

Патруль Ринпоче

СЛОВА МОЕГО НЕСРАВНЕННОГО УЧИТЕЛЯ

С предисловиями Далай-Ламы и

Дилго Кхентсе Ринпоче

*Учителям прошлого  
настоящего и будущего*

# ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие Далай-Ламы  
Предисловие Дилго Кхентсе Ринпоче  
Введение

Пролог

## ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

### ОБЩИЕ ИЛИ ВНЕШНИЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

#### ГЛАВА ПЕРВАЯ

#### СКОЛЬ ТРУДНО ОБРЕСТИ СВОБОДЫ И ПРЕИМУЩЕСТВА

##### I НАДЛЕЖАЩИЙ СПОСОБ СЛУШАТЬ НАСТАВЛЕНИЯ УЧИТЕЛЯ

###### 1 Надлежащий подход

###### 1.1 Необъятность охвата с позиции бодхичиты

###### 1.2 Безграничность умелых средств как основной подход в рамках Секретной Мантра-яны

###### 2. ПОВЕДЕНИЕ

###### 2.1 Чего следует избегать

###### 2.1.1 Трм дефекта сосуда

###### 2.1.2 Шесть загрязнений

###### 2.1.3 Пять ошибочных способов запоминать учение

###### 2.2 ЧТО СЛЕДУЕТ ДЕЛАТЬ

###### 1.1 Дксять. неблагих действий которых следует избегать

###### 2.2.1 Четыре метафоры

###### 2.2.2. Шесть высших совершенств

###### 2.2.3. Другие образцы поведения

##### II. САМО УЧЕНИЕ: РАССУЖДЕНИЕ О ТОМ, КАК ТРУДНО ОБРЕСТИ СВОБОДЫ И ПРЕИМУЩЕСТВА

###### 1. Размышления о природе свободы

###### 2. Размышления о частных преимуществах, связанных с практикой Дхармы

###### 2.1 ПЯТЬ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРЕИМУЩЕСТВ

###### 2.2 ПЯТЬ БЛАГОПРИЯТНЫХ ПРИВХОДЯЩИХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ

###### 2.3 ВОСЕМЬ ПРИВНЕСЕННЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ, КОТОРЫЕ ЛИШАЮТ СВОБОДЫ ПРАКТИКОВЫТЬСЯ В ДХАРМЕ

###### 2.4 ВОСЕМЬ НЕПРИЕМЛЕИНЫХ СКЛОННОСТЕЙ, КОТОРЫЕ ЛИШАЮТ СВОБОДЫ ПРАКТИКОВЫТЬСЯ В ДХАРМЕ

###### 3. Размышление с привлечением примеров, показывающих сколь трудно обрести названные свободы и преимущества

###### 4. Размышление с привлечением числовых сравнений

## ГЛАВА ВТОРАЯ

### ПРЕХОДЯЩНОСТЬ ЖИЗНИ

I. ПРЕХОДЯЩНОСТЬ ВНЕШНЕГО МИРА, В КОТОРОМ ОБИТАЮТ СУЩЕСТВА

II. ПРЕХОДЯЩНОСТЬ СУЩЕСТВ, НАСЕЛЯЮЩИХ ЭТУ ВСЕЛЕННУЮ

III. ПРЕХОДЯЩНОСТЬ СВЯТЫХ СУЩЕСТВ

IV. ПРЕХОДЯЩНОСТЬ ТЕХ, КТО ОБЛЕЧЕН ВЛАСТЬЮ

V. ДРУГИЕ ПРИМЕРЫ ПРЕХОДЯЩНОСТИ

VI. НЕОПРЕДЕЛЕННОСТЬ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ СМЕРТИ

VII. ОСТРОЕ ОСОЗНАНИЕ ПРЕХОДЯЩНОСТИ

## ГЛАВА 3

### ПОРОКИ САНСАРЫ

I. СТРАДАНИЯ В САНСАРЕ В ЦЕЛОМ

II СПЕЦИФИЧЕСКИЕ СТРАДАНИЯ, КОТОРЫЕ ИСПЫТЫВАЮТ СУЩЕСТВА В КАЖДОЙ ИЗ ШЕСТИ СФЕР СУЩЕСТВОВАНИЯ

**1 Восемнадцать адских сфер**

1.1 ВОСЕМЬ ГОРЯЧИХ АДОВ

1.1.1 Возрождающий ад

1.1.2 Чернолинейный ад

1.1.3 Свалочно-дробильный ад

1.1.4 Воющий ад

1.1.5 Истошно воющий ад

1.1.6 Горячий ад

1.1.7 Сверхгорячий ад

1.1.8 Ад беспредельных мучений

1.1.9 Соседствующие ады

1.2 ВОСЕМЬ ХОЛОДНЫХ АДОВ

1.3 ПРЕХОДЯЩИЕ АДЫ

**2. Голодные духи (преты)**

2.1 ГОЛОДНЫЕ ДУХИ, ЖИВУЩИЕ КОЛЛЕКТИВНО

2.1.1 Голодные духи, страдающие вследствие препятствий внешнего порядка

2.1.2 Голодные духи, страдающие вследствие препятствий внутреннего порядка

2.1.3 Голодные духи, страдающие вследствие препятствий особого порядка.

2.2 ГОЛОДНЫЕ ДУХИ, ПЕРЕМЕЩАЮЩИЕСЯ В ПРОСТРАНСТВЕ

**03. Животные**

3.1 ЖИВОТНЫЕ, ЖИВУЩИЕ В ГЛУБИНАХ

3.2 ЖИВОТНЫЕ, РАЗБРОСАННЫЕ В РАЗЛИЧНЫХ МЕСТАХ

**4. Сфера людей**

4.1 ТРИ ОСНОВНЫХ ТИПА СТРАДАНИЯ

4.1.1 Страдание вследствие перемен

4.1.2 Страдание сверх страдания

4.1.3 Страдание, как следствие всего составного

4.2 СТРАДАНИЕ ВСЛЕДСТВИЕ РОЖДЕНИЯ, БОЛЕЗНИ, СТАРОСТИ И СМЕР-

ТИ

- 4.2.1 Стрaдание в момент рождения
- 4.2.2 Стрaдание вследствие старости
- 4.2.3 Стрaдания вследствие болезни
- 4.2.4 Стрaдание в момент смерти
- 4.3 ДРУГИЕ СТРАДАНИЯ ЛЮДЕЙ
- 4.3.1 Страх встретиться с ненавистными врагами
- 4.3.2 Страх потерять любимых
- 4.3.3 Стрaдание от невозможности получить желаемое
- 4.3.4 Стрaдание от столкновения с нежелательным
- 5. Асуры
- 6. Боги

ГЛАВА 4

### **КАРМА : ПРИНЦИП ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ**

#### **1. НЕБЛАГИЕ ДЕЙСТВИЯ, КОТОРЫХ СЛЕДУЕТ ИЗБЕГАТЬ**

##### **1. Десять. неблагих действий, которых следует избегать**

- 1.1 УБИЙСТВО
- 1.2 ВОРОВСТВО ИЛИ ПРИСВОЕНИЕ ЧУЖОГО
- 1.3 НАРУШЕНИЯ НОРМ СЕКСУАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ
- 1.4 ЛОЖЬ
- 1.5 СЕЯНИЕ ВРАЖДЫ
- 1.6 ГРУБЫЕ СЛОВА
- 1.7 ПУСТОСЛОВИЕ
- 1.8 АЛЧНОСТЬ
- 1.9 ЗЛОНАМЕРЕННОСТЬ
- 1.10 ЛОЖНЫЕ ВОЗЗРЕНИЯ

##### **2. Следствия десяти неблагих действий**

- 2.1 ПОЛНОСТЬЮ СОЗРЕВШЕЕ СЛЕДСТВИЕ
- 2.2 СЛЕДСТВИЕ, СХОДНОЕ С ПРИЧИНОЙ
- 2.2.1 Действия, сходные с причиной
- 2.2.2 Проявления в жизни, сходные с причиной
- 2.3 ОБУСЛОВЛИВАЮЩЕЕ СЛЕДСТВИЕ
- 2.4 МНОЖАЩЕЕСЯ СЛЕДСТВИЕ

#### **II БЛАГИЕ ДЕЙСТВИЯ, КОТОРЫХ СЛЕДУЕТ ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ**

#### **III. КАРМИЧЕСКАЯ ПРИРОДА ВСЕХ ВЕЩЕЙ**

ГЛАВА ПЯТАЯ

### **БЛАГОТВОРНОСТЬ ОСВОБОЖДЕНИЯ**

- I. ПРИЧИНЫ, ВЕДУЩИЕ К ОСВОБОЖДЕНИЮ
- II. РЕЗУЛЬТАТ - ТРИ УРОВНЯ ПРОСВЕТЛЕНИЯ

## ГЛАВА ШЕСТАЯ

### КАК СЛЕДОВАТЬ СВОЕМУ ДУХОВНОМУ УЧИТЕЛЮ

1. ИЗУЧАЯ СВОЕГО УЧИТЕЛЯ
- II КАК СЛЕДОВАТЬ СВОЕМУ УЧИТЕЛЮ
- III КАК ПОДРАЖАТЬ УЧИТЕЛЮ В ЕГО ПОСТИЖЕНИЯХ И В ЕГО ДЕЙСТВИЯХ

## ЧАСТЬ ВТОРАЯ

### ЭКСТРАОРДИНАРНЫЕ ИЛИ ВНУТРЕННИЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

#### ГЛАВА 1

#### ПРИНЯТИЕ ПРИБЕЖИЩА, КРАЕУГОЛЬНЫЙ КАМЕНЬ ВСЕХ ПУТЕЙ

1. ВОЗМОЖНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ПРИНЯТИЮ ПРИБЕЖИЩА
  - 1. Вера**
    - 1.1 Искренняя вера
    - 1.2 Страстная вера
    - 1.3 Вера убеждая
  - 2. Мотивация**
    - 2.1 ПРИБЕЖИЩЕ СУЩЕСТВ С НАИМЕНЬШИМИ УСТРЕМЛЕНИЯМИ
    - 2.2 ПРИБЕЖИЩЕ СУЩЕСТВ СО СРЕДНИМИ УСТРЕМЛЕНИЯМИ
    - 2.3 ПРИБЕЖИЩЕ СУЩЕСТВ С ВЫСШИМИ УСТРЕМЛЕНИЯМИ
- II. КАК ПРИНИМАТЬ ПРИБЕЖИЩЕ
- III. ЗАПОВЕДИ ПРИ ПРИНЯТИИ ПРИБЕЖИЩА И ПРОИСТЕКАЮЩИЕ ИЗ ЭТОГО БЛАГА
  - 1. Заповеди при принятии прибежища**
    - 1.1 ТРИ ВЕЩИ, КОТОРЫХ СЛЕДУЕТ ИЗБЕГАТЬ
    - 1.2 ТРИ ВЕЩИ, КОТОРЫЕ СЛЕДУЕТ ВЫПОЛНЯТЬ
    - 1.3 ТРИ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЗАПОВЕДИ
  - 2. Блага, проистекающие из принятия прибежища**

#### ГЛАВА ВТОРАЯ

#### ПОРОЖДЕНИЕ БОДХИЧИТТЫ - ОСНОВА ВЕЛИКОЙ КОЛЕСНИЦЫ

1. ТРЕНИРОВКА СОЗНАНИЯ В ЧЕТЫРЕХ БЕЗМЕРНОСТЯХ
  - 1. Медитация о ровности**
  - 2. Медитация о любви**
  - 3. Медитация о сострадании**
  - 4. Медитация о разделенной радости**

## **II ПОРОЖДЕНИЕ БОДХИЧИТТЫ<sup>1</sup>**

### **1. Классификация в соответствии с тремя степенями отваги**

1.1 ОТВАГА СУВЕРЕНА

1.2 ОТВАГА ЛОДОЧНИКА

1.3 ОТВАГА ПАСТЫРЯ

### **2. Классификация в соответствии с уровнями бодхисаттв**

### **3. Классификация по характеру бодхичитты**

3.1 ОТНОСИТЕЛЬНАЯ БОДХИЧИТТА

3.1.1 Бодхичитта устремления

3.1.2 Бодхичитта в действии

3.2 АБСОЛЮТНАЯ БОДХИЧИТТА

### **4. Принятие обета бодхичитты<sup>2</sup>**

## **III. ЗАПОВЕДИ БОДХИЧИТТЫ**

### **1. Заповеди бодхичитты устремления**

1.1 СЧИТАТЬ ДРУГИХ РАВНЫМИ СЕБЕ

1.2 СТАВИТЬ СЕБЯ НА МЕСТО ДРУГИХ, УСТУПАЯ ИМ СВОЕ

1.3 ПРИДАВАТЬ ДРУГИМ БОЛЬШУЮ ЗНАЧИМОСТЬ, ЧЕМ СЕБЕ

### **2. Предписания бодхисаттвы в действии:**

**шесть трансцендентальных совершенств**

2.1 ТРАНСЦЕНДЕНТАЛЬНАЯ ШЕДРОСТЬ

2.1.1 Материальное даяние

2.1.2 Даяние Дхармы

2.1.3. Даяние защиты от страха

2.2 ТРАНСЦЕНДЕНТАЛЬНАЯ ДИСЦИПЛИНА

2.2.1 Избегать неблагих действий

2.2.2 Совершать благие действия

2.2.3 Нести благо другим

2.3 ТРАНСЦЕНДЕНТАЛЬНОЕ ТЕРПЕНИЕ

2.3.1 Терпение, которое пересиливает вред, наносимый другими

2.3.2 Терпение, способное выносить трудности во имя Дхармы

2.3.3 Терпение, готовое встретить глубокие истины

2.4 ТРАНСЦЕНДЕНТАЛЬНОЕ УСЕРДИЕ

2.4.1 Железное усердие

2.4.2 Усердие в действии

2.4.3 Неудержимое усердие

2.5 ТРАНСЦЕНДЕНТАЛЬНАЯ СОСРЕДОТОЧЕННОСТЬ

2.5.1 Отринуть отвлечения

2.5.2 Сосредоточенность

2.6 ТРАНСЦЕНДЕНТАЛЬНАЯ МУДРОСТЬ

2.6.1 Мудрость, приходящая, когда слушаешь учение.

2.6.2 Мудрость, приходящая в результате размышления

2.6.3 Мудрость, обретенная в медитации

## **ГЛАВА 3**

## **ОЧИЩЕНИЕ ОМРАЧЕНИЙ С ПОМОЩЬЮ МЕДИТАЦИИ ОБ УЧИТЕЛЕ В**

## **ОБЛИКЕ ВАДЖРАСАТТВЫ И ЧТЕНИЯ ЕГО МАНТРЫ**

### **1. КАК ОЧИСТИТЬ ОМРАЧЕНИЯ ИСПОВЕДЬЮ**

#### **И Ч Е Т Ы Р Е С И Л Ы**

- 1. Сила поддержки**
- 2. Сила раскаяния о содеянном**
- 3. Сила решимости**
- 4. Смла действия в качестве противоядия**

#### **III МЕДИТАЦИЯ О ВАДЖРАСАТТВЕ**

## **ГЛАВА 4**

### **ПОДНЕСЕНИЕ МАНДАЛЫ ДЛЯ НАКОПЛЕНИЯ ЗАСЛУГ И МУДРОСТИ**

#### **I. НЕОБХОДИМОСТЬ ДВУХ НАКОПЛЕНИЙ**

#### **II МАНДАЛА СВЕРШЕНИЯ**

#### **III. МАНДАЛА ПОДНОШЕНИЯ**

- 1. Подношение мандалы в тридцать семь элементов**
- 2. Подношение мандалы трех кай согласно этому тексту**
  - 2.1 ОБЩАЯ МАНДАЛА<sup>3</sup> НИРМАНАКАЙИ**
  - 2.2 ОСОБАЯ МАНДАЛА САМБХОГАКАЙИ**
  - 2.3 ИСКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ МАНДАЛА ДХАРМАКАЙИ**

## **ГЛАВА 5**

### **НАКОПЛЕНИЕ КУСАЛИ: УНИЧТОЖАЕНИЕ ОДНИМ УДАРОМ ЧЕТЫРЕХ ДЕ-МОНОВ**

#### **I. ТЕЛО КАК ОБЪЕКТ ПОДНОШЕНИЯ**

#### **II. ПРАКТИКА ПОДНОШЕНИЯ ТЕЛА**

- 1. Белое пиршество для приглашенных сверху**
- 2. Белое пиршество для приглашенных снизу**
- 3. Многоцветное пиршество для приглашенных сверху**
- 4. Многоцветное пиршество для приглашенных снизу**

#### **III ЗНАЧЕНИЕ ЧЁ**

## **ГЛАВА 6**

### **ГУРУ-ЙОГА- ДОСТУП К БЛАГОСЛОВЕНИЯМ, ВЫСШИЙ МЕТОД ПОРОЖДЕНИЯ МУДРОСТИ ПОСТИЖЕНИЯ**

- 1. ОСНОВАНИЕ ДЛЯ ГУРУ-ЙОГИ**
- 2. КАК ПРАКТИКОВАТЬСЯ В ГУРУ - ЙОГЕ**

1. Визуализация поля заслуг
  2. Подношение Семи Ветвей
    - 2.1 ПРОСТИРАНИЕ - ПРОТИВОЯДИЕ ПРОТИВ ГОРДОСТИ
    - 2.3 ИСПОВЕДАНИЕ ВРЕДНОСНЫХ ДЕЙСТВИЙ
    - 2.4 ЧУВСТВО РАДОСТИ - ПРОТИВОЯДИЕ ПРОТИВ ЗАВИСТИ
    - 2.5 УМОЛЯТЬ БУДД ПОВЕРНУТЬ КОЛЕСО ДХАРМЫ
    - 2.6 ПРОСИТЬ БУДД НЕ ПЕРЕХОДИТЬ В НИРВАНУ
    - 2.7 ПОСВЯЩЕНИЕ ЗАСЛУГ
  3. Безгранично доверительное моление
  4. Принятие четырех посвящений
- III. ИСТОРИЯ ПОЯВЛЕНИЯ УЧЕНИЯ О НОВОЫХ ПЕРЕВОДАХ
1. Линия ментальной передачи знания Победителей
  2. Ли ния символической передачи знания Видьядхар
    - 2.1 ТАНТРЫ МАХАЙОГИ
    - 2.2 ПЕРЕДАЧА АНУЙОГИ
    - 2.3 СУЩНОСТНЫЕ УКАЗАНИЯ К АТИЙОГЕ
    - 2.4 ПРИХОД АТИЙОГИ В СФЕРУ ЛЮДЕЙ
  3. Устная передача знания ординарным людям.
    - 3.1 РАСПОРОСТРАНЕНИЕ ОСНОВНЫХ УЧЕНИЙ В ТИБЕТЕ, ЗЕМЛЕ СНЕГОВ
    - 3.2 УСТНАЯ ПЕРЕДАЧА ЗНАНИЯ ЛЮДЯМ

## **ТРЕТЬЯ ЧАСТЬ**

### **БЫСТРЫЙ ПУТЬ ПЕРЕНОСА**

#### **ГЛАВА 1**

#### **УКАЗАНИЯ НА МОМЕНТ СМЕРТИ, ПЕРЕНОС СОЗНАНИЯ, БУДДОВОСТЬ БЕЗ МЕДИТАЦИИ**

##### **I. ПЯТЬ СЛУЧАЕВ ПЕРЕНОСА**

1. Высший тип переноса в дхармакайю с использованием печати Воззрения
2. Средний тип переноса в самбогакайю через соединение этапов порождения и завершения.
3. Низший тип переноса в нирманакайю при посредстве безбрежного сострадания
4. Ординарный перенос с использованием трех сравнений
5. Перенос сознания умершего с помощью «крюка» сострадания

##### **II. ОРДИНАРНЫЙ ПЕРЕНОС С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕХ СРАВНЕНИЙ**

1. Тренировка
2. Собственно перенос сознания
3. Указания к переносу сознания; процесс медитации
  - 3.1 ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ
  - 3.2 ОСНОВНАЯ ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

#### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Послесловие

Примечания

Глоссарий

**БИБЛИОГРАФИЯ**

Иллюстрации

Выражение благодарности



## ПРЕДИСЛОВИЕ ДАЛАЙ ДАМЫ

Джигме Гьялве Ньюгу - один из выдающихся учеников Джигме Лингпа, открывшего духовное сокровище Дзогпа Ченпо Лонгчен Ньингтиг, - имел обыкновение давать устные наставления к *Лонгчен ньингтиг* (Драгоценная Сущность Обширного простора). Его ученик Дза Патруль Ринпоче записал эти наставления и дал им название *Кунсанг ламе шелунг* (в русском переводе «Слова моего несравненного учителя»).

В учении Дзогчен (Великое Совершенство) говорится, что прозрение достигается изошренным сознанием. Речь идет, точнее говоря, о том, чтобы идентифицировать свое сознание с первозданным сознанием и осознать, что все явления представляют собой игру этого первозданного сознания. Далее следует процесс непрерывного и целенаправленного освоения этого открытия. Однако для полного осознания этого недостаточно лишь чтения книг. Необходимо провести все без исключения предварительные упражнения по системе ньинг-мапа, а также получить специальные наставления и благословения квалифицированного учителя этой традиции. Непременным, к тому же, является накопление значительных заслуг. Вот почему великие учителя школы ньингма, такие как Джигме Лингпа и Додрупчен, вынуждены были приложить столь много усилий для достижения этой цели.

В наши дни перевод подобного текста о предварительных упражнениях Великого Совершенства будет иметь огромное значение. Я поздравляю Переводческую группу Падмакара, которая сделала это сочинение доступным на английском, французском, испанском и русском языках. Я уверен, что это истинное описание предварительной практики принесет благо всем, кто интересуется учением о Великом Совершенстве.

## ПРЕДИСЛОВИЕ ДИЛГО КХЕНТЦЕ РИНПОЧЕ

*Слова моего несравненного учителя, руководство для предварительных упражнений к Драгоценной Сущности Обширного Простора в рамках Великого Совершенства*, описывает Пути четырех главных школ тибетского Буддизма без каких-либо конфликтов между ними.

В тексте содержатся все наставления: Три основные элемента пути; Три восприятия; предварительные упражнения Пути и Завершения; природа Будды как причина, драгоценная человеческая жизнь как опора, духовный друг как стимул, его наставления как метод, кайи и мудрости как результат, что в совокупности представляет традиции Кадмпы и Махамудры; а также черты пути Ньингма, опирающегося на решимость освободиться вследствие глубокого отвращения к сансаре, на веру вследствие убеждения в неизбежности следствия из действий, на стремление достичь прозрения ради блага всех существ и на восприятие абсолютной чистоты всего сущего.

Этот текст незаменим в качестве наставления ко всем упражнениям - как предварительным, так и основным. Вот почему в это благоприятное время, когда учение Будды начинает озарять весь мир, была переведена эта книга с глубокой надеждой на то, что - поскольку ее ценность огромна, а опасности она не таит никакой, и поскольку она охватывает все основные аспекты Пути - всякое соприкосновение с ней будет плодотворным и она станет объектом изучения, размышления и медитации. В высшей степени важно, чтобы практикующие Дхарму преподавали и изучали этот текст.

## ВВЕДЕНИЕ

*Слова моего несравненного учителя* это одно из самых любимых введений в основы тибетского Буддизма, постоянно рекомендуемое Его Святейшеством Далай-Ламой и

другими выдающимися учителями. В нем дается подробное руководство для использования методов, с помощью которых ординарное существо может преобразовать свое сознание и вступить на путь Буддовости, то есть обрести состояние прозрения и свободы. В первой половине книги содержится серия размышлений о крахе надежд и о глубоких страданиях в сансаре, круговерти существования, порожденной неведением и обманчивыми эмоциями; и об огромной ценности человеческой жизни, которая создает уникальную возможность достичь Буддовости. Во второй половине дается объяснение к первым шагам на пути Ваджраяны (Алмазной Колесницы), располагающей мощными методами трансформации, которые являются отличительной чертой тибетского Буддизма.

Этот текст Патруля Ринпоче является не трактатом, предназначенным для экспертов, но практическим руководством для тех, кто намерен искренне практиковаться в Дхарме. В нем излагается все, что мы должны знать чтобы практиковаться в учении. В нем также перечисляются, подчас с поразительной иронией, те многочисленные ошибки, которые, бывает, встречаются на духовном пути.

Текст написан в таком стиле, который может быть адресован в равной мере как кочевникам и крестьянам, так и ламам и монахам. Кстати, Патруль Ринпоче неоднократно подчеркивает, что это не литературный текст, но лишь собрание полученных им от учителя устных наставлений, представленных в том самом виде, в каком он их слышал. Язык повествования включает как поэтические обороты, так и разговорные выражения. Каждый пункт иллюстрируется многочисленными ссылками, примерами из повседневной жизни и множеством историй. Некоторые из этих историй восходят к самым истокам Буддизма в VI веке до н.э. и даже к более раннему периоду. Одни из них извлечены из жизни великих учителей Индии и Тибета. Другие относятся к нравам простых людей в Кхаме, родной земле Патруля Ринпоче.

Особая магия этой книги состоит в том, что мы ощущаем себя учениками Патруля Ринпоче. Мы воспринимаем идущие от сердца советы просветленного мастера, основанные на устной традиции, которая была ему передана его учителем, а также на его собственном глубоком опыте, обретенном за годы практики.

Патруль Ринпоче был знаменит своим умением проникать в самую глубину сознания своих учеников. Он твердо верил в максиму Атиши: «Наилучший духовный друг – это тот, кто борется с нашими скрытыми недостатками.» Хотя его труд явно ориентирован на тех, кто были его слушателями, мы без большого труда найдем подтверждение тому факту, что, несмотря на прошедшие века и различия в культуре, человеческая природа остается, в основном, неизменной. Мы чувствуем, как раскрываются самые тайники нашего естества. Нас вынуждают поставить под вопрос свой привычный способ мышления и открыть свое сознание для новых горизонтов.

В заключительной главе автор так описывает свой труд:

Я писал эти наставления не под воздействием каких-либо эстетических или литературных соображений. Моя главная цель состояла лишь в том, чтобы точно передать устные указания моего почитаемого учителя, сделав их при этом легкими для понимания и полезными для сознания. Я всеми силами стремился не исказить эти наставления, привнеся в них свои собственные слова и идеи. В ряде случаев мой учитель любил добавлять особые указания, имеющие целью вскрывать неочевидные недостатки. Я включил в соответствующие разделы те из них, которые смог вспомнить. Пользуйтесь ими не для того, чтобы отмечать ошибки других, но как зеркалом чтобы открывать свои собственные. Внимательно присмотритесь к себе чтобы понять, имеются ли эти недостатки у вас; и если они у вас есть, признайте их наличие и стремитесь их искоренить. Выпрямите свое сознание и идите без всяких препон по истинному Пути...

Для Буддизма в рамках Ваджраяны Просветление является не далеким идеалом, но тем, что, при использовании надлежащих методов и приложении максимальных усилий, может быть достигнуто здесь и сейчас, в этой жизни. В Тибете, где жива традиция прямой передачи мудрости, каждое писание, каждое упражнение в медитации и каждая тренировка сознания переходит от учителя к ученику и осваивается до тех пор, пока не становится неотъемлемой частью опыта практикующего. *Ньямлен* (одно из тибетских слов для обозначения духовной практики) буквально означает «экспериментировать».

Подлинным держателем преемственности, истинно квалифицированным духовным учителем может считаться лишь тот, кто обрел постижение. Патруль Ринпоче был, поистине, держателем традиции непрерывной передачи знания, которая восходила к самому Будде. После него эта преемственная линия столь же непрерывно, вплоть до настоящего времени, передавалась от одного просветленного учителя к другому.

## ПАТРУЛЬ РИНПОЧЕ И ТРАДИЦИЯ, КОТОРУЮ ОН НАСЛЕДОВАЛ

В школе нингмапа, к которой принадлежал Патруль Ринпоче и которая является наиболее древней традицией тибетского Буддизма, существуют две линии передачи знания. Одна из них устная передача (*кама*) от учителя к ученику, которая имела место на протяжении веков; и другая - чудом осуществляемая прямая передача духовных сокровищ, (*терма*). Эти духовные сокровища были скрыты в VIII веке Падмасамбавой и его великой ученицей Йеше Цогьял с тем чтобы быть открытыми в одну из последующих эпох, когда наступит надлежащий момент. «*Слова моего несравненного учителя*» это пояснения к предварительным упражнениям *Лонгчен нинтиг (Драгоценная Сущность Обширного Простора)* - духовного сокровища, отытого видьядхарой Джигме Лингпа (1729-1798).

Хотя Джигме Лингпа не прошел почти никакого обучения, он обладал необозримой эрудицией в результате того, что в ходе ряда медитационных ретритов сумел раскрыть мудрость своего сознания. Он получил *Драгоценную Сущность Обширного Простора* в видении от Лонгченпы, великого ламы XIV века,.

Лонгченпа систематизировал доктрины школы нингмапа в своих *Семи сокровищах* и других сочинениях, которые затрагивают все аспекты обучения в рамках Буддизма и полностью отражают, в частности, все тонкости Дзогчена (Великого Совершенства). Он также много писал об обучении в рамках других школ, но эти сочинения не сохранились. Лонгченпа жил на много веков раньше чем Джигме Лингпа, но тем не менее был, фактически, его главным учителем.

Джигме Лингпа сначала практиковался сам и достиг мастерства в том учении, которое он открыл, а затем передал его нескольким ближайшим ученикам, способным сохранить это учение в чистоте. Одним из них был учитель Патруля Ринпоче, Джигме Гьялве Ньюгу, который провел долгое время с Джигме Лингпой в Центральном Тибете, а затем вернулся в свой Кхам (Восточный Тибет). Там он практиковался в том, чему его обучил Джигме Лингпа. Он жил во впадине у подножья одинокой горы, где не было даже пещеры чтобы укрыться, а для еды были только лесные растения. Он был безразличен к физическим неудобствам, ибо принял твердое решение пренебрегать всеми обыденными заботами и устремляться лишь к достижению полного Просветления. Постепенно вокруг него стали собираться ученики, которые жили в исстеганных ветром палатках на склонах горы. Одним из них был молодой Патруль, получивший от него те наставления, которые содержатся в книге, по крайней мере четырнадцать раз.

Впоследствии Патруль учился также у других великих учителей той поры, в том числе у своеобразного До Кхентсе Йеше Дордже, который непосредственно ввел его в природу сознания.

Всю свою жизнь Патруль Ринпоче подражал бескомпромиссной простоте своего учителя. Хотя он был в детстве признан перерожденным ламой или тулку (его имя является сокращением от Палгье Тулку) и, по обыкновению, должен был бы занять видное место в монастырских сферах, он кочевал с места на место в облачении обыкновенного нищего, проводя ночи под открытым небом. Если ему подавали золотую или серебряную монету, он оставлял ее на земле, считая, что богатство лишь создает сложности. Даже став знаменитым учителем, он обычно путешествовал инкогнито и жил все так же просто и непритязательно. Существует даже рассказ о том, как во время одного путешествия он встретил ламу, и как тот, подумав, что он добрый малый и ему будет полезно узнать такое замечательное учение, посвятил его в этот самый текст о предварительных упражнениях к Лончен Ньинтиг. В другой раз он путешествовал с бедной вдовой, помогая ей ухаживать за детьми, которых он носил на спине, и готовить еду. Когда они доехали до места назначения, Патруль Ринпоче отлучился, сказав, что у него есть важное дело. А женщина, прослышав, что в монастыре будет давать наставления великий Патруль Ринпоче, пошла туда чтобы на него посмотреть и к своему удивлению обнаружила, что на возвышении сидит и дает наставления большому числу людей ее спутник по путешествию. После окончания обучения Патруль Ринпоче попросил, чтобы все сделанные ему подношения отдали этой вдове.

Он был чрезвычайно приветлив со своими учениками, но и чрезвычайно требователен к ним. Он относился совершенно одинаково как к нищим, так и к правителям. Во всех ситуациях его единственной заботой было благо других; и он всегда, невзирая на общественные условности, говорил то, что было наиболее целесообразным.

## ЭТАПЫ ТРЕНИРОВОК

*Слова моего несравненного учителя* принадлежат к классу литературы, известной как «письменные руководства» (triyigs), которые иллюстрируют и дополняют устные объяснения, необходимые для понимания текста медитации. В данном случае текст, о котором идет речь, это предварительная практика к *Драгоценной Сущности Обширного Простора*.

Цикл наставлений к *Драгоценной Сущности Обширного Простора*, который Лонгченпа передал Джигме Лингпе, стал в школе ньингмапа одним из наиболее широко практикуемых текстов такого рода. Он содержит в полном объеме путь Ваджраяны: начальным этапом является предварительная практика (ngondro); а за ней следует основная практика (ngosgzhi), состоящая из трех частей: этап развития (kyetim), этап завершения (dzogrim) и Великое Совершенство (dzogpa chenpo).

Предварительная практика включает два раздела, внешний и внутренний; и наш текст делится соответственно на две части. Первый раздел, внешние или общие предварительные упражнения описывает: 1) свободы и преимущества, которые нам предоставляет драгоценная человеческая жизнь; 2) преходящность, 3) страдания в сансаре, 4) карма - принцип причины и следствия, который распространяется на все наши действия; 5) блага освобождения и 6) как следовать духовному учителю. Эти аспекты существенны, ибо они дают надлежащее представление об основных ценностях Буддизма. Они носят общий характер, поскольку закладывают основы Буддизма в целом. Размышления, предлагаемые в этом разделе, могут практиковаться всеми, буддистами и не буддистами.

Второй раздел - внутренние предварительные упражнения

включает: 1) принятие прибежища чтобы обрести полное доверие к Будде, Дхарме (его учению) и Сангхе (сообществу буддистов); в этом заключается сущность принимаемого на себя в Буддизме обязательства, общего для всех традиций; 2) порождение бодхичитты, «сознания просветления» - это выражение безусловной любви и сострадания в сочетании со стремлением привести все существа к полной свободе является основанием Махаяны; 3) медитация о Ваджрасаттве и чтение его мантры с целью очистить следствия из своих негативных действий в прошлом; 4) поднесение Мандалы с целью накопить энергию, необходимую для продвижения по пути; в этих упражнениях очищения и накопления широко используются характерные для Ваджраяны техника визуализации и чтение мантр. 5) Гуру - йога, слияние нашего сознания с сознанием учителя; эта практика, в которой поднимается на щит полнота связи между учителем и учеником, является в Ваджраяне центральной.

Третий, дополнительный раздел в составе предварительной практики к *Драгоценной Сущности Обширного Простора* посвящен практике роуа или переносу сознания - быстрому методу, который позволяет тому, кто не достиг конца пути, все же обрести освобождение в момент смерти.

Чтобы практиковаться в упражнениях второго и третьего разделов необходимо руководство квалифицированного учителя. В сущности, это рекомендуется при проведении любых духовных упражнений. В до-коммунистическом Тибете почти все тибетцы считали себя буддистами и стремились соблюдать этику Буддизма, делать подношения и читать некоторое число молитв и мантр. Это, в основном, остается в силе даже и в нынешнем оккупированном Тибете. Буддисты в широком смысле называются по-тибетски *paṅga* (те, кто внутри /буддизма/). А те, кто намерены активно следовать духовным путем, называются *chōra* (люди, преданные Дхарме). Именно эти последние практикуются в упомянутых упражнениях, обычно повторяя каждое из них по сто тысяч раз; хотя при этом часто повторяются также и другие тексты и упражнения.

Затем идет **основная практика**, которая включает этап развития, этап завершения и завершается Великим Совершенством. В тибетской традиции принято тщательно обрисовывать все этапы внутреннего пути. К каждому этапу практики существуют устные наставления и письменные комментарии. Ваджраяна это наука о сознании; и учитель, знаток этой Колесницы, досконально знает значение каждого переживания и решение в случае любой ошибки. В данном тексте не рассматриваются детали основной практики, но мы дадим здесь краткий, панорамный ее обзор чтобы создать некоторое представление о том, в каком направлении движется путь после завершения предварительной практики.

### **Этап развития**

Находясь на этапе развития мы учимся развивать просветленное видение мира, представляя себя Буддой, а свое окружение - чистой землей Будды, и читая в то же время соответствующие мантры. В начале этот процесс является искусственным, как бы придуманным или генерированным, однако визуализация соответствует опыту видения просветленных существ. Освоив эти новые привычки восприятия, можно ослабить старые привычки, приобретенные в результате обыденного восприятия, в основе которого лежит неведение и эмоциональные тенденции, и таким образом соприкоснуться с более утонченным уровнем опыта. По форме эта практика представляет собой ряд *сандан*, ритуальные тексты к которым бывают подчас в высшей степени поэтическими.

### **Этап завершения**

После того как чистое видение становится живым опытом, процесс заканчивается на этапе завершения, где он с помощью различных йог, оперирующих тонкими энергиями тела, переносится на более внутренний уровень.

### **Великое Совершенство**

На этапах развития и завершения - при помощи переживаний, служащих указанием на конечную природу сознания - приобретает некоторое иллюстративное знание (pe'i yeshe). В Дзогчене (Великом Совершенстве) природа сознания вводится учителем прямо и без предварительной подготовки. Это непосредственное открытие природы Будды как таковой в опыте. Последующая практика состоит, в основном, в том, чтобы освоиться с этим опытом восприятия и как можно больше его развивать и расширять. Здесь постигается истинное или абсолютное знание (don gyu ye shes), приобретается прямой опыт восприятия абсолютной истины.

В некотором смысле, каждый уровень практики строится на базе предыдущего; и в то же время он сдирает

новые слои заблуждения, все более обнажая и раскрывая реальность. Каждая практика это также завершённый в себе путь, в который - для тех, кто обладает достаточным знанием чтобы это увидеть, - включены все остальные. Даже предварительные упражнения и, в сущности, каждая из частей в составе предварительных упражнений могут сами по себе составить законченный путь к Просветлению.

Гуру - йога, в частности, это квинтэссенция всех путей. Учителя этой традиции часто говорят, что всякая практика должна проводиться в форме Гуру-йоги. Полная открытость и преданность просветленному учителю - это наиболее верный и скорый путь для продвижения вперед.

Патруль Ринпоче подчеркивает огромную важность

духовного учителя в самом заглавии книги Kunzang Lamai Shelung, которое мы перевели как *Слова моего несравненного учителя*.

Kunzang означает «совершенный во всем», «неизменно совершенный». Это сокращенная форма от Kuntungzangpo (на санскрите Samantabhadra) - первозданный Будда, исток всех традиций. Иконографически Kuntungzangpo представляется как обнаженный будда глубокого небесно - синего цвета. Это, однако, символическое изображение не отдельной личности, а самой природы Будды, неизменной чистоты сознания, которая является исконной природой всех существ. Обычно эта природа скрыта; и именно учитель, постигший ее сам, может подвести нас к раскрытию в себе этой природы во всем ее обнаженном блеске. *Лама* буквально значит «нет ничего выше». Тибетское *лама* соответствует индийскому *гуру*. Оба слова в разговорном языке употребляются слишком часто; однако же для нас, как подчеркивает Патруль Ринпоче, духовный учитель это сам Будда. Он дает нам посвящения, пришедшие от будд прошлого, воплощает для нас будд настоящего и через свои наставления связывает нас с буддами будущего. Патруль Ринпоче говорит, что, в известном смысле, Гуру - йога превосходит этапы развития и завершения, потому что через благословения учителя она открывает прямой путь к абсолютной мудрости. *Shelung*, которое означает буквально «изустные наставления», -

ссылка на то, что эти наставления были получены прямо из уст Патруля Ринпоче. Это устные наставления, переданные по линии *Сердечной Сущности Обширного Простора*, которые затем были зафиксированы письменно.

### **ИСТОКИ ЭТОГО ПЕРЕВОДА**

С VIII века и до настоящего времени тибетцы сохранили нетронутыми все аспекты индийского Буддизма. Это было, однако, не просто статическое сохранение священных сокровищ. Для лучших умов Тибета Дхарма Будды была в течение веков основным объектом их интересов, что привело к возникновению исключительно богатой духовной, философской, поэтической и научной литературы, а также породило несравненные, великолепные образцы художественного и архитектурного творчества. Тибетцы однако использовали Буддизм, главным образом, в его прямом назначении, то есть как инструмент для трансформации человеческого сознания; и тысячи практикующих - знаменитые учителя и безвестные йоги - смогли достичь своей конечной цели.

Могут подумать, что главная слава Тибета идет от его далекого прошлого и что последние века явились периодом упадка, но это не соответствует действительности. На самом деле, каждый век - в том числе и наше столетие - и каждое поколение внесли свой вклад в список духовных гигантов. XIX век, к примеру, был своего рода возрождением. Патруль Ринпоче принадлежал к несектантскому (гiме) движению, зачинателями которого были Джамьянг Кёнтсе Ванпо, Джемьонг Конгтрул и другие великие учителя, которые намеревались, беспристрастно изучая и преподавая сложившиеся в различных школах разновидности Буддизма, разрушить тем самым воздвигнутые между ними барьеры. Этот дух сотрудничества все еще жив в наши дни. Мы находим его, к примеру, у Его Святейшества Далай Ламы; он был также присущ покойному Дилго Кёнтсе Ринпоче, который был воплощением Джамьянга Кёнтсе Ванпо.

Дилго Кёнтсе Ринпоче, как и Патруль Ринпоче, был родом из Восточного Тибета. Он провел двадцать лет своей жизни,

медитируя в ретритах и почти всегда в условиях максимальной неприязнительности. Он учился у многих великих учителей и даже знал в юности некоторых учеников самого Патруля Ринпоче. После страшного разрушения Тибета в пятидесятых и шестидесятых годах нашего столетия он неустанно трудился, стремясь разыскать, сохранить и воспроизвести утраченные тексты; создавая монастырские общины в изгнании и, главным образом, обучая и вдохновляя молодое поколение. Он считал Патруля Ринпоче идеальным последователем Дзогчена и потому вдохновлял и помогал создать перевод этого текста, который он считал непревзойденным руководством для практикующих, вступающих на путь Буддизма.

Перевод этого текста выполнен строго в рамках традиции. В известном смысле, у этого текста сложилась своя собственная родословная: Дюджом Ринпоче, Дилго Кхёнтсе Ринпоче, Кангур Ринпоче, Ньошул Кхенпо Ринпоче и другие ламы, которые давали устные наставления к этому тексту и в процессе перевода разъясняли трудные пассажи. Все они являются просветленными хранителями учения Патруля Ринпоче.

Хотя дословное следование оригинальному тексту вызывает в тибетских кругах уважение, мы полагаем, что такие переводы часто без надобности превращают идеи, вполне ясные и осмысленные при выражении по-тибетски, в смутные и даже звучащие странно., когда они выражены на другом языке. Поэтому в нашем варианте текста мы старались быть точными при переводе технических терминов, но стремились сохранять не столько слова, сколько аромат и стиль исходного текста и передавать смысл целого в естественных выражениях; иными словами, мы сохраняли, сколько возможно, верность языку оригинала, но не за счет ясности и естественности текста в целом.

Некоторые короткие объяснения, которые, мы полагали, будут полезны многим читателям, приводятся в форме постраничных сносок.

Кроме того, текст сопровождается большим числом примечаний. Хотя ряд из них пред-

ставляют интерес не для всех читателей, мы все же сочли важным сохранить их, ибо они содержат комментарии, взятые из заметок учеников Патруля Ринпоче, а также разъяснения трудных пассажей текста, сделанные Дилго Кхентсе Ринпоче и другими выдающимися учителями. Эти примечания помогут читателю избежать наиболее частых ошибочных представлений о ряде идей в Буддизме. А тем практикующим, которые имеют некоторое предварительное знание в этой области, эти комментарии помогут глубже проникнуть в содержание книги.

## СЛОВА МОЕГО НЕСРАВНЕННОГО УЧИТЕЛЯ

### РУКОВОДСТВО ДЛЯ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ К “СОКРОВЕННОЙ СУЩНОСТИ БЕЗБРЕЖНОГО ПРОСТОРА” В РАМКАХ ВЕЛИКОГО СОВЕРШЕНСТВА

#### Пролог

Я преклоняюсь перед вами, почитаемые Учители, чье сострадание безграично и бесконечно!

Будды ментальной передачи, видьядхары символической; удачливые из людей, покорившие под водительством, просветленными двойную цель, учителя трех линий передачи, я простираюсь пред вами в почтении.

В просторе, где все явления себя исчерпывают, ты обрел мудрость дхармакьи; в ясном свете абсолютного пространства ты узрел чистые земли самбхогакайи; чтобы действовать во благо существ, ты явился пред ними в нирманакайе. Всеваедущий Повелитель Дхармы<sup>4</sup>, я простираюсь пред тобой в почтении. Мудростью своей ты узрел подлинную природу всего постижимого; Благой свет твоей любви озарял все существа; Ты прояснил учение о глубокого пути, вершине всех Колесниц. Видхьядара Джигме Лингпа, я простираюсь пред тобой в почтении.

Ты Авалокитешвара, явившийся в облике духовного друга; Ты открыл всем, кто слушал твои речи, путь к



освобождению;  
Твоя деятельность не мела границ, ибо ты стремился  
утишить нужды всех существ.  
Мой добросеречный коренной учитель, я простираюсь  
перед тобой в почтении.

Все наследие Будды собрано в этом тексте, линии  
Всеведующего  
Квинтэссенция коренных наставлений, ведущих  
к достижению Буддовости в одной жизни:  
общие или внешние и внутренние предварительные  
упражнения,  
и, в дополнение, советы как осуществить быстрый  
перенос сознания.

Да благословят меня будды и учителя чтобы я смог  
точно изложить, как я их помню,  
поразительно глубокие и одновременно ясные и  
легко доступные для понимания  
непогрешимые слова моего несравненного учителя.

Эта доподлинная запись наставлений моего несравненного учителя к внешним или  
общим предварительным упражнениям  
и внутренним упражнениям *Сокровенной Сущности Безбрежного Простора* в рамках  
Великого Совершенства поделена на три части:  
общие или внешние предварительные упражнения, исключительные или внутрен-  
ние предварительные упражнения; и, как часть основной практики, описание быстро-  
го пути переноса сознания.

## **Часть Первая**

### **Общие или внешние предварительные упражнения**

Сколь трудно обрести свободы и преимущества

Преходящность жизни

Пороки сансары

Карма, принцип причины и следствия

Блага обретения свободы

Как следовать своему духовному другу

## **ГЛАВА ПЕРВАЯ**

### **СКОЛЬ ТРУДНО ОБРЕСТИ СВОБОДЫ И ПРЕИМУЩЕСТВА**

Учение о том, как трудно получить свободы и преимущества, составляющее главную тему этой главы, предваряется объяснением о том, как надлежит слушать наставления духовного учителя.

#### **I НАДЛЕЖАЩИЙ СПОСОБ СЛУШАТЬ НАСТАВЛЕНИЯ УЧИТЕЛЯ**

Надлежащий способ слушать наставления Учителя имеет два аспекта: надлежащий подход и надлежащее поведение.

##### **1 Надлежащий подход**

Надлежащий подход сочетает в себе необъятность охвата с позиции бодхичитты - сознания просветления, и необъятность охвата с позиции умелых средств в рамках Секретной Мантраяны.

## 1.1 Необъятность охвата с позиции бодхичитты.

Нет ни одного существа в сансаре, этом океане страдания, которое когда-либо в безначальные времена не было нашим родителем. Когда эти существа были нашими родителями, их единственной заботой было вырастить нас со всей возможной добротой, любовно нас оберегая и отдавая нам лучшую еду и одежду.

Все эти существа, которые были так добры к нам, хотят быть счастливыми, однако им неведомо, как действовать сообразно тому, что приносит счастье, то есть придерживаться десяти благих действий. Никто из них не желает страдать, но они не знают, как отбросить те десять неблагих действий, которые лежат в основе всякого страдания. Таким образом вступают в противоречие их действия и их самые сокровенные желания. Эти несчастные, потерянные и заблудшие существа подобны слепцу, оставленному в одиночестве посреди пустого поля. Скажите себе: «Я буду слушать исполненное глубокого смысла дхармическое учение и практиковаться в этом учении ради блага всех этих существ. Я поведу их, моих бывших родителей, истерзанных страданиями в шести сферах существования, ко всеведению Буддовости и таким образом осовобужу их от кармических следствий, моделей привычного поведения и страданий в шести сферах существования». Очень существенно всегда слушать слова учения и практиковаться в нем с этой позиции. Когда вы совершаете что-либо положительное, будь то большое или малое, необходимо усилить это, прибегнув к трем непревзойденным приемам. Перед тем как совершите это действие, в качестве умелого средства поднимите в себе бодхичитту; это даст вам уверенность, что ваше действие будет в будущем источником благого. Совершая действие, стремитесь воздержаться от каких-либо концептуализаций<sup>1</sup> чтобы не зачеркнуть заслуги от него привходящими обстоятельствами<sup>2</sup>. В конце завершите действие надлежащим посвящением заслуг, которые в силу этого будут непрерывно расти и множиться<sup>3</sup>. Очень важно то, как вы слушаете дхармическое учение. Но еще существеннее мотивация, с какой вы его слушаете.

Что делает действие благим или неблагим?

Не то, каким оно кажется, и велико оно или мало,  
но стоящие за ним благие либо неблагие мотивы.

Сколько бы учений вы ни прослушали, но если вы руководствуетесь низменными побуждениями, - такими как желание обрести величие, славу и тому подобное, - ваши действия не являются истинно дхармическими. Итак, весьма важно прежде всего разобратся в себе и изменить свои устремления. Если вы сумеете изменить свое отношение к вещам, ваши благие действия будут проникнуты умелыми средствами и вы тем самым вступите на путь великих свершений. Если же вы не сможете этого сделать, ваши занятия дхармой и практика учения будут лишь видимостью подлинного пути. Поэтому, когда вы слушаете учение и когда практикуетесь в нем — будь то медитация о божестве, совершение простираций, обхождение посолонь или чтение мантры, даже если это всего лишь одна *мани*, — следует всегда сначала поднять в себе бодхичитту.

## 1.2 Безграничность умелых средств как основной подход в рамках Секретной Мантраяны

Вот как характеризуется Секретная Мантраяна в *Факеле трех методов*:

Она ведет к той же цели, но не таит растерянности<sup>4</sup>,  
Она богата приемами, но не чревата трудностями<sup>5</sup>

Она для тех, кто одарен остротой восприятия<sup>6</sup> Колесница Мантр велика и возвышенна.

К Мантраяне ведет множество путей. В ней много методов, ведущих к накоплению заслуг и к росту мудрости, и много глубоких умелых средств, позволяющих без особых усилий раскрыть свои потенциальные возможности<sup>7</sup>. В основе своей эти методы служат тому, чтобы направлять наши устремления, ибо

Все является привходящим  
И зависит исключительно от наших устремлений.

Не следует считать, что место, где преподается дхарма, учитель, учение и все прочее являются ординарными и нечистыми. Слушая учение, постоянно помните о *пяти совершенствах*:

Совершенное *место* является оплотом абсолютного простора, именуемого Аканишта - непревзойденая. Совершенный *учитель* являет собой Самантабхадру, воплощение дхармакайи. Совершенное *сообщество* является собранием бодхисаттв в мужском и женском обличьи и божеств из ментальной линии передачи Победителей и из символической лмнмм передачи Видьядхар.

Или вы можете представить себе место, где преподается Дхарма, как светозарный дворец-лотос на прославленной Медной горе, учителя - как Падмасамбхаву из Уддияны, а нас самих, слушателей — как даков и дакини, знаменитых двадцать пять учеников и восемь Видьядхар.

Или посчитайте, что это несравненное место не что иное как поле Будды на стороне восходящего солнца, воплощение Радости, где несравненный учитель Ваджрасаттва, идеальный самбхогакайа, обучает собрание божеств из семейства Ваджра и Бодхисаттв в мужском и женском обличьи.

Точно так же несравненное место, где преподается Дхарма, можно представить себе как поле Будды на заходящей стороне солнца - оплот Блаженства, идеального учителя - как Будду Амитабху, а его слушателей - как собрание Бодхисаттв в мужском и женском обличьи и божеств из семейства Будды.

В любом случае, *учение* это Великая Колесница, а *время* - бесконечно вращающееся колесо вечности.

Эти визуализации<sup>9</sup> помогают понять истинную природу вещей. Мы отнюдь не создаем временно нечто такое, что, на самом деле, не существует.

Учитель воплощает в себе сущность всех Будд на протяжении всех трех времен. Он соединяет в себе Три Драгоценности: его тело - это сангха, его речь - это Дхарма, его сознание - это Будда. Он соединяет в себе Три Корня: его тело - это учитель, его речь — это йидам, его сознание — это дакини. Он соединяет в себе три кайи: его тело — это нирманакайа, его речь — это самбхогакайа, его сознание — это дхармакайа. Он воплощение всех Будд прошлого, источник всех Будд будущего и представитель всех Будд настоящего. Поскольку он принимает в свои ученики такие деградированные существа как мы, которым ни один из тысячи Будд Благой кальпы<sup>10</sup> не мог бы помочь, он щедростью и состраданием превосходит всех Будд.

Учитель - это Будда, учитель — это Дхарма,  
Учитель — это также и Сангха.  
Учитель — это тот, кому открыты любые свершения.  
Учитель — это Всеславный Видьядхара.

Мы, собравшиеся слушать учение, используем в качестве исходного основания нашу собственную природу Будды, в качестве поддержки - наше драгоценное человеческое существование, в качестве благоприятного обстоятельства — то, что мы обрели духовного друга, и в качестве метода — готовность следовать его наставлениям и стать Буддами будущего. Как говорится в *Тантре Хеваджры* :

Все существа являются Буддами,  
это, однако, скрыто под чужеродным налетом.  
Когда этот налет будет расчищен,  
их Буддовость раскроется.

## 2. ПОВЕДЕНИЕ

Надлежащее поведение описывается в терминах того, что следует делать и чего следует избегать.

### 2.1 Чего следует избегать

Нежелательное поведение включает в себя три дефекта сосуда, шесть пятен и пять ошибочных способов запоминать прослушанное.

#### 2.1.1 Трм дефекта сосуда

Не слушать того, что говорится, значит уподобиться сосу-ду, перевернутому вверх дном. Не быть в состоянии удерживать то, что слышишь, значит уподобиться дырявому сосуду. Приме-шивать к тому, что слышишь, омрачающие эмоции, подобно тому как пользоваться сосудом, в котором *содержится яд*.

*Сосуд, перевернутый вверх дном*. Когда слушаете учение, будьте внимательны к тому, что говорится, не позволяя себе ни на что отвлекаться. Иначе вы уподобляетесь перевернутому вверх дном сосуду, в который пытаются налить жидкость. Хотя вы физически присутствуете, вы не слышите ни одного слова из того, что говорится.

*Дырявый сосуд*. Если вы просто слушаете, не запоминая и не понимая ничего из того, что говорится, вы уподобляетесь дырявому сосуду: сколько бы жидкости в него ни наливать, из него все вытекает. Сколько бы наставлений вы ни слушали, вы никогда не сумеете ни усвоить их, ни применить на практике.

*Сосуд, в котором содержится яд*. Если слушаешь учение с неправильным к нему отношением, - например, если мечтаешь стать великим или знаменитым или если сознание при этом заполнено пятью ядами, то Дхарма не только не повлияет на сознание положительно, но и превратится в нечто, не имеющее к Дхарме никакого отношения; это равносильно тому, как наливать нектар в сосуд, в котором содержится яд.

Вот почему индийский мудрец Падампа Санге говорил:

Слушай наставления как олень, прислушивающийся к музыке;  
Созерцай их как северный кочевник, стригущий овец<sup>56</sup>  
Медитируй о них как немой, смакующий еду<sup>7</sup>;  
Практикуйся в них как голодный як, пережевывающий траву;  
Тянись к плодам от них как солнце, выходящее из-за туч.

Слушая наставления, следует уподобиться оленю, который так захвачен звуками цитры, что не замечает спрятавшегося охотника, готового выпустить свою отравлен-

ную стрелу. Сложи молитвенно руки и слушай, не позволяя никаким другим мыслям увести тебя в сторону и чувствуя, как все твое тело охватывает дрожь напряжения, а глаза увлажняются слезами.

Будет неправильным, если, слушая учение, присутствуешь только лишь физически, в то время как твое сознание бродит вслед за мыслями, а речь повсюду выискивает и тебе в угоду выплескивает наружу целую обойму сплетен. Когда слушаешь учение, следует прекратить даже читать молитвы, считать мантры или выполнять другие достойные похвалы упражнения. Важно также, прослушав наставления так, как было описано выше, удержать их в памяти и постоянно применять их на практике. Ибо как сказал сам Великий Святой,

Я показал тебе пути,  
Ведущие к освобождению.  
Но ты должен знать,  
Что освобождение зависит от тебя.

Учитель дает ученику наставления, объясняя, как слушать Дхарму и как претворять ее в жизнь; как отбросить неблагие действия, как совершать благие и как практиковаться. Ученик же должен озаботиться тем, чтобы помнить все эти наставления, ничего не упуская; чтобы применять их на практике и чтобы добиться желаемых результатов.

Просто слушать Дхарму, по-видимому, полезно. Однако, если не запоминать услышанное, то не будет представления ни об использованных словах, ни о смысле целого, - что равносильно тому, как если бы не слушать учения вовсе.

Если помнить наставления, но смешивать их со своими омрачающими эмоциями, то они отнюдь не будут источником чистой Дхармы. Как говорит несравненный Дагпо Ринпоче,

Если не практиковаться в Дхарме в соответствии с Дхармой,  
То сама Дхарма становится причиной низших перерождений.

Отбрось все недостойные мысли об учителе и о Дхарме; не критикуй и не оскорбляй своих духовных собратьев и попутчиков; освободись от гордыни, от презрения и решительно отбрось все негативные мысли. Ибо все это является причиной перерождения в низших сферах.

### 2.1.2 Шесть загрязнений

В *Хорошо изложенных доводах* говорится:

Гордыня, отсутствие веры и отсутствие старания, Внешние отвлечения, внутренняя напряженность и

упадок духа,-

Таковы эти шесть загрязнений

Избегай следующих шести пороков: полагать в гордыне своей, что превосходишь учителя, дающего объяснения к Дхарме; выказывать недоверие к наставнику и его учению; проявлять небрежение к занятию Дхармой; отвлекаться на внешние обстоятельства; концентрировать все свои чувства на внутренних ощущениях; и впадать в уныние, если, к примеру, учение слишком затянулось.

Из всех негативных эмоций труднее всего бывает признать гордыню и ревность.

Поэтому пристально всматривайся в свое сознание. Если закрадется мысль, что в обыденной жизни или в духовной практике хотя бы на йоту превосходишь других, это делает слепым к своим недостаткам и глухим к высоким качествам других. Так что отринь гордыню и всегда держись в тени.

Отсутствие веры закрывает доступ к Дхарме. Из четырех типов веры<sup>1 1</sup> стремись обрести веру безоговорочную.

Устремление к Дхарме<sup>1 2</sup> – это то основание, на котором строятся свершения. Стало быть, в зависимости от того, является ли устремление к Дхарме исключительным, средним или ниже среднего, будешь практикантом Дхармы исключительным, средним или ниже среднего. А если совсем нет устремления к Дхарме, то никаких результатов и не будет. Как говорится в пословице

Дхарма не является ничьей собственностью.

Она принадлежит тому, кто проявляет больше старания.

Сам Будда преодолевал сотни трудностей ради того, чтобы получить наставления. Однажды для того лишь чтобы получить простое четверостишие, он выдолбил в своем теле углубления для лампад, налил в них масло и воткнул тысячи горящих фитилей. Он прыгал в огненные ямы и вгонял в свое тело тысячи железных гвоздей<sup>1 3</sup>.

Ищи Дхарму до последнего дыхания,  
Даже пред лицом огнедышащего ада или острых  
клинков

Итак, слушай наставления учителя с большим рвением, презирая жару, холод и любые другие испытания.

Склонность сознания устремляться к объектам шести органов чувств<sup>1 4</sup> лежит в основе всех галлюцинаций в сансаре и является источником всех страданий. Мотылек сгорает на огне лампы потому, что его зрительное сознание притягивается к формам; олень убивает пуля охотника потому, что его слух прикован к звукам; пчелы попадают в сети хищных растений потому, что их привлекает запах этих растений; рыба попадает на удочку потому, что ее соблазняет вкус удочки; слоны вязнут в трясине болота потому, что они жаждут соприкосновения с грязью.

Точно так же, когда слушаешь наставления, обучаешь, медитируешь или выполняешь дхармические упражнения, важно не поддаваться прошлым склонностям, не предаваться эмоциям относительно будущего и не позволять сиюминутным мыслям отвлекать на что-либо стороннее. Как говорит Гьялсе Ринпоче,

Ваши прошлые радости и печали подобны письменам на воде:

От них не остается и следа. Не гоняйтесь за ними.

А если они приходят вам на ум, размышляйте о том, как приходят и уходят успех и поражение.

Есть ли что-нибудь кроме Дхармы, чему вы, читающие мани, можете доверять?<sup>1 5</sup>

Ваши будущие проекты и планы подобны сетям, заброшенным в высохшее русло реки:

Они никогда не принесут желаемых плодов.

Умерьте же свои желания и надежды!

А если они приходят на ум, вспомните о том, что вам неведомо, когда придет смерть.

Есть ли у вас, читающих мани, время на что-либо,  
кроме Дхармы?  
Ваша нынешняя работа подобна блужданиям во сне.  
Эти усилия никуда не ведут, а посему не лучше ли  
отбросить их совсем.  
Относитесь без привязанности даже к деньгам, добытым  
честным трудом.  
Знайте же, читающие мани, что любая деятельность  
вообще лишена какой-либо сущности!  
Вне медитации учитесь контролировать все мысли  
порожденные тремя ядами,  
До той поры, пока все мысли и восприятия не станут  
плодом дхармакайи,  
Это непреложно, всегда помните об этом.  
Вам, читающим мани, надлежит всегда держать в узде свои  
иллюзорные мысли.

Там также говорится:

Не призывайте будущее. А иначе,  
Уподобитесь отцу знаменитого Месяца.

Это намек на рассказ о бедняке, который набрел на кучу ячменя. Он сложил ячмень  
в большой мешок, привязал его к стропилу, лег под ним и предался мечтам.

«На этом ячмене, - думал он, - я заработаю много денег.

Когда я стану богатым, я заведу себе жену Она, конечно, принесет мне сына. Как я  
его назову?»

В это время взошел месяц, и он решил, что назовет сына Знаменитый Месяц. А тем  
временем крыса подгрызала веревку, которой мешок был привязан к стропилу. Вереж-  
ка вдруг оборвалась, мешок рухнул на бедняка и убил его.

Подобные мечты о прошлом и будущем никогда не приносят плодов и лишь уводят  
в сторону. Будь сосредоточен и слушай внимательно и вдумчиво.

Не будь слишком напряжен, стремясь, — подобно том неповоротливому яти (снеж-  
ному человеку), который силится выкопать всех сурков, - уловить каждое слово, каж-  
дую деталь: схватил одно и тут же забыл, что шло перед этим; ибо таким образом никог-  
да не дойдешь до сути целого. К тому же слишком большая концентрация навеивает сон.  
Вместо этого держись середины между слишком большим напряжением и полной рас-  
слабленностью.

Однажды в прошлые времена Ананда учил Шрону медити-ровать. Шрона никак не  
мог взять в толк, как это делать правильно. Иногда он слишком напрягался, а иногда  
слишком расслаблялся. Шрона пошел за советом к Будде.

«Когда ты был мирянином, - спросил его Будда, - ты ведь хорошо играл на цитре, прав-  
да?»

«О да, я играл очень хорошо».

«Когда твоя цитра звучала лучше, когда струны были очень расслаблены или очень  
натянуты?»

«Она звучала лучше, когда струны не были ни натянуты, ни расслаблены».

«То же самое и с твоим сознанием».

Шрона стал медитировать, памятуя этот совет, и достиг желаемой цели.

Мачик Лобдрон говорит:



Будь железно сконцентрирован, но не напряжен, расслаблен;  
это крайне важно чтобы выработать правильное Видение<sup>16</sup>.

Не допускай, чтобы твое сознание было слишком напряжено или слишком сосредоточено на внутренних ощущениях; все чувства должны быть в их естественном состоянии, то есть сбалансированы между напряжением и расслабленностью.

Когда слушаешь учение, не следует поддаваться чувству усталости. Не ослабляй внимание, даже если во время обучения, которое длится слишком долго, почувствуешь голод или жажду, или же испытываешь физическое неудобство из-за дождя, солнца, ветра и т.п. Напротив, порадуйся тому, что сейчас у тебя есть свободы и преимущества, которые дает существование в челове-ческом облике, и что встретил подлинного учителя, и что имеешь возможность слушать его глубокие наставления.

Тот факт, что в настоящее время слушаешь глубокое учение о Дхарме, является следствием заслуг, накопленных в течение бесчисленной череды кальп. Это подобно тому, как дорваться, наконец-то, до еды, которая во всю прежнюю жизнь перепадала хорошо если раз в три с лишним месяца. А потому слушать учение надо с восторгом и с непреложной готовностью вынести жару, холод и любые другие испытания и трудности ради того чтобы получить эти наставления.

### 2.1.3 Пять ошибочных способов запоминать учение

Избегай запоминать слова учения, но упускать его смысл, Или запоминать смысл, но забывать слова.

Избегай запоминать и то и другое, но без понимания;  
А также запоминать все не в том порядке или же запоминать неправильно.

Не поступай как рвущий цветы ребенок, то есть не придавай слишком большой важности красивым оборотам, не делая даже попыток понять их глубокий смысл. Сами по себе слова никакого блага нашему сознанию не приносят. С другой стороны, нельзя оставить без внимания и манеру изложения, считая, что это-де всего лишь слова, а это несущественно. В таком случае, даже уловив глубокий смысл учения, будешь лишен средств чтобы выразить этот смысл. Будет утрачена связь между значением и словами<sup>17</sup>

Если запоминаешь учение, но не вычленять различные его уровни: подобающее значение, истинное или абсолютное значение, опосредствованное значение – то невозможно будет понять, к чему относятся эти слова в каждом отдельном случае.<sup>18</sup> Это может увести в сторону от подлинной Дхармы. Если запоминать учение не в том порядке, то спутаешь последовательность изложения, и эта путанница будет лишь углубляться всякий раз, как станешь слушать учение, объяснять его или медитировать о нем. Неправильное запоминание того, что было сказано, породит бесконечное и все растущее число ложных представлений.<sup>19</sup> Это будет разрушительно для сознания и умалит ценность учения. Избегай всех этих промахов и запоминай все - слова, смысл учения и порядок изложения – надлежащим образом.

Каким бы долгим и трудным ни было учение, не впадай в уныние и не жди с нетерпением его конца; будь настойчив. С другой стороны, каким бы коротким и простым ни было учение, не следует недооценивать его, считая элементарным.

Итак, непреложным является точно запоминать как слова, так и смысл учения, при-

том в правильном порядке и так, чтобы все части его были сочленены одна с другой соответствующим образом.

## 2.2 ЧТО СЛЕДУЕТ ДЕЛАТЬ

Поведение, которого следует придерживаться, когда слушаешь объяснения к учению, приводятся в терминах четырех метафор, шести трансцендентальных совершенств и в терминах других образцов поведения.

### 2.2.1 Четыре метафоры

В *Сутре в форме дерева* говорится:

О, благородный, узри в себе больного,  
В Дхарме - лекарство,  
В своем духовном друге — опытного врача,  
А в прилежной практике - путь к выздоровлению.

Мы больны. В этом безбрежном океане, именуемом сансарой, нас с безначальных времен терзает болезнь трех ядов и ее последствия - три вида страдания.

Когда люди тяжело больны, они обращаются к опытному врачу. Они следуют предписаниям врача, принимают те лекарства, которые он прописал, и делают все, что в их власти, чтобы одолеть болезнь и выздороветь. Таким же образом и нам следует лечиться от болезней кармы, негативных эмоций и страдания, следуя предписаниям своего опытного врача — истинного учителя - и принимая лекарство Дхармы.

Быть последователем учителя, но не следовать его советам равносильно тому, как не подчиняться своему врачу, что лишает его возможности лечить нашу болезнь. Не принимать лекарство Дхармы, то есть не практиковаться в учении, аналогично тому, как держать многочисленные рецепты и лекарства у изголовья постели, но не пользоваться ими. Это не вылечит от болезни.

В наши дни слышишь, как люди просят с надеждой: «Учитель, обрати на меня свое сострадание». Они думают, что, хотя они совершили множество страшных дел, им вовсе не придется пожинать плоды содеянного. Они полагают, что из сострадания учитель одним броском перекинет их наверх, в небесные сферы. Однако же, когда мы говорим, что учитель спасает нас своим состраданием, мы, на самом деле, имеем в виду, что он любовно принял нас в качестве своих учеников, что он дает нам свои глубокие наставления; что он открывает нам глаза на то, что надо делать и чего делать не следует; что он указывает нам путь к освобождению, как этому учил Победитель. Может ли быть большее сострадание! От нас самих зависит, извлечем ли мы пользу из этого сострадания, станем ли мы на путь освобождения.

Сейчас мы обладаем человеческим воплощением, дающим нам свободы и открывающим большие возможности; мы знаем, что следует делать и чего делать не следует; и то решение, которое мы примем на этом схождении дорог, где у нас есть свобода выбора, станет поворотным пунктом, который определит изменение нашей судьбы в будущем к лучшему или к худшему.<sup>20</sup> Критически важно раз и навсегда сделать выбор между сансарой и нирваной и претворить на практике наставления своего учителя.

Устроители деревенских процессий станут уверять, что и на смертном одре все еще есть возможность, так сказать, управлять поводами, то есть делать выбор, двигаться ли вверх или вниз. Однако же в ту пору, если ты не овладел Учением, тебя будет неизбежно преследовать яростный вихрь прошлых действий, швыряя, словно беспомощ-

ную щепку, в устрашающую темень мрака и прогоняя сквозь длинный, чреватый ужа-сами путь бардо. Бесчисленные приспешники Повелителя Смерти станут преследовать тебя с криками «Бей его, бей! Убей, убей!» Как может такая минута, - если некуда бежать и негде скрыться, если нет прибежища и нет надежды, если ты в отчаянии и не знаешь, что делать, - стать поворотным пунктом, когда можно еще выбирать двигаться ли вверх или вниз? Вот что говорит об этом Великий Святой из Уддияны:

В тот час, когда выбор пал на карточку с твоим именем,<sup>21</sup> - уже слишком поздно! Твое сознание, бродящее точно ослепленный светом пес в промежуточном состоянии, едва ли сможет даже и подумать о высших сферах.

В сущности, то единственное время, которое может стать поворотным пунктом, — это сейчас, пока еще жив и способен направлять себя, словно лошадь поводьями, либо вверх либо вниз.

Когда находишься в человеческом облике, позитивные действия имеют значительно большую силу, чем подобные же действия других существ. Это дает возможность уже в этой жизни вырваться раз и навсегда<sup>22</sup> из круговерти рождений. Но и негативные действия имеют большую силу, так что, с другой стороны, имеется возможность раз и навсегда укорениться в низших сферах, без всякой надежды когда-либо вырваться из их бездны. Стало быть, именно теперь, когда встретил учителя - своего опытного доктора, и нашел Дхарму — этот эликсир, побеждающий смерть, настал тот момент, когда следует претворить в жизнь четыре метафоры, обратив тем самым полученное учение в практику и вступив на Путь Освобождения.

Вот как описываются в *Сокровище драгоценных духовных качеств* те четыре ошибочных действия, которых следует избегать и которые противостоят упомянутым четырем метафорам:

Мелкотравчатые злонравные люди  
Относятся к Учителю как к мускатному оленю:  
Извлекши весь мускат - святую Дхарму,  
Они ликут и глумятся над самайей.

Такие люди ведут себя так, будто духовный Учитель — это мускатный олень, Дхарма - это мускат, они сами — охотники, а интенсивная практика - это способ убить оленя из лука или отловить его капканом. Они не практикуются в учении, которое было им дано, и не чувствуют благодарности к Учителю. В их случае Дхарма лишь путь к накопленному неблагих действий, которые подобно жерновам сволокут их в низшие сферы существования.

### 2.2.2. Шесть высших совершенств

В *Тантре глубокого постижения наставлений к дхармичкской практике* говорится:

Делай наилучшие подношения, такие как цветы и подушки  
для сиденья,  
Содержи свое место в порядке и контролируй свое  
поведение,  
Не причиняй вреда ни одному живому существу,  
Храни искреннюю веру в учителя,  
Слушай его наставления, не отвлекаясь,

И задавай ему вопросы, чтобы развеять сомнения;  
Вот шесть высших совершенств того, кто слушает Учение

Тот, кто слушает учение, должен осуществлять эти шесть совершенств следующим образом:

Подготовить место для учителя, разложив на нем подушки, совершить подношение мандалы, преподнести цветы и другие дары - это практика *щедрости*;

Тщательно обрызгать пыль водой, а затем чисто подмести помещение или комнату и воздерживаться от каких-либо проявлений неуважения - это практика *дисциплины*;

Стремиться не причинять вреда ни одному живому существу, вплоть до мельчайшего насекомого, и терпеливо переносить жару, холод и другие испытания - это практика *терпения*;

Отбросить все неподобающие суждения об учителе и учении и слушать учение радостно, с чистосердечной верой - это практика *прилежания*;

Слушать наставления Учителя, не отвлекаясь - это практика *концентрации* ;

Задавать вопросы, чтобы прояснить все неясности и сомнения - это практика *мудрости*.

### 2.2.3. Другие образцы поведения

Все формы неуважительного поведения должны быть одброшены. В «*Винайе*» говорится следующее:

Не учи тех, у кого нет уважения,  
Кто, будучи здоров, покрывает голову,  
Кто опирается на трость, прячется под зонтом от солнца  
и носит при себе оружие,  
А также того, чья голова обмотана тюрбаном.

А в *Джатаках* говорится следующее:

Занимай место в самом низу.  
Достоинно и неизменно храни дисциплину.  
Впитывай слова учителя словно нектар,  
Изображая во взоре брызжущую радость,  
И будь предельно сконцентрирован.  
Вот как следует слушать учение.

## II. САМО УЧЕНИЕ: РАССУЖДЕНИЕ О ТОМ, КАК ТРУДНО ОБРЕСТИ СВОБОДЫ И ПРЕИМУЩЕСТВА

Главный предмет этой главы обсуждается в четырех разделах: размышления о природе свободы; размышления о частных преимуществах, связанных с Дхармой; размышления об образах, которые показывают как трудно обрести свободы и преимущества; и размышления в форме числовых сравнений.

### 1. Размышления о природе свободы

Под «свободой» здесь подразумевается, вообще говоря, возможность практиковаться в Дхарме и не быть рожденным в одном из восьми состояний, в которых такая возможность исключена. «Отсутствие свободы» относится к восьми состояниям, при которых названная возможность отсутствует.

Быть рожденным в адских сферах или среди голодных  
духоа,  
В мире животных, богом-долгожителем или среди варваров;  
Иметь ложный взгляд на вещи; родиться там, где нет Будды;  
Или родиться глухонемым, - вот те восемь состояний,  
при которых нет свободы.

Те, кто рождены в адских сферах, не имеют возможности практиковаться в Дхарме, потому что их непрестанно терзает

невыносимая жара или невыносимый холод,

Голодные духи не имеют возможности практиковаться в Дхарме, потому что они страдают от холода и жажды.

Животные не имеют возможности практиковаться в Дхарме, потому что они находятся в рабстве и страдают от нападений других животных.

Боги-долгожители не имеют возможности практиковаться в Дхарме, потому что они постоянно находятся в состоянии умственной прострации<sup>2,3</sup>.

Те, кто рождены в окраинных странах, не имеют возможности практиковаться в Дхарме, потому что в этих местах неизвестно учение Будды.

Те, кто по рождению являются тиртхиками<sup>8</sup> или имеют подобные ложные взгляды не имеют возможности практиковаться в Дхарме, потому что их сознание подверглось влиянию этих ложных верований.

Те, кто рождены во время темной кальпы, не имеют возможности практиковаться в Дхарме, потому что они никогда даже не слышали о Трех Драгоценностях и не умеют отличать добро от зла.

Те, кто родились умственно отсталыми, не имеют возможности практиковаться в Дхарме, поскольку их способности ущербны.

Обитатели трех низших сфер, которых - вследствие их негативных действий в прошлом - постоянно терзают жара, холод, голод, жажда и другие страдания, также не имеют возможности практиковаться в Дхарме.

Под «варварами» понимаются те, кто живут в тридцати двух окраинных странах, таких как Ло Кхатха<sup>2,4</sup> также все те, кто считают нанесение вреда другим проявлением веры или кто в силу своих варварских верований видят в убийстве благо. Эти люди, расселившиеся на отдаленных землях, имеют человеческий облик, однако их сознание устроено таким образом, что они не в состоянии воспринимать Дхарму. Унаследовав от своих предков такие извращенные обычаи как, например, жениться на собственной матери, они ведут жизнь, прямо противоположную дхармической практике. Все, что они делают, является воплощением зла, и более всего они преуспели именно в вершении своих вредоносных действий, таких как уничтожение насмекомых и охота на диких животных. Многие из<sup>2,5</sup> них сразу же после смерти отправляются в низшие сферы существования. У этих людей нет возможности практиковаться в Дхарме.

Боги-долгожители это те боги, которые погружены в состояние умственной прострации. Они рождены в этой сфере в результате своей веры в то, что освобождение - это состояние, при котором всякая умственная деятельность, благая или неблагая, отсутствует, а также в результате медитации об этом состоянии. Они пребывают в состоянии такой концентрации на протяжении долгих больших кальп. Но как только исте-

кает эффект тех прошлых действий, которые вызвали их пребывание в состоянии умственной прострации, они, вследствие своих ложных взглядов, перерождаются в низших сферах существования. У них также нет возможности практиковаться в Дхарме.

Термин «ложные взгляды» включает в себя, главным образом, этернализм и нигилизм - взгляды, которые противоречат учению Будды и с ним несовместимы. Этого рода взгляды отравляют наше сознание, отнимают интерес к истинной Дхарме и тем самым лишают нас возможности практиковаться в Дхарме. Сюда, в Тибет, сами тиртхики приехать не смогли благодаря тому, что второй Будда Падмасамбава из Уддианы поручил защиту этой земли двенадцати Тенма. Однако же существуют люди, чье понимание вещей подобно взглядам тиртхиков и, стало быть, противоречит подлинной Дхарме и учению истинно просветленных учителей. Вследствие этого они лишены возможности практиковаться в этом учении в его подлинном виде<sup>24</sup>. Монах Сунакшатра в течение двадцати пяти лет прислуживал Будде; и тем не менее, поскольку у него не было никакой веры и он придерживался крайне ложных взглядов, он переродился в облике голодного духа в некоем цветнике.

Рождение в темную кальпу означает перерождение в период, когда Будда не является. В мире, куда никогда не приходил Будда, никто даже не слышал о Трех Драгоценностях. Поскольку нет Дхармы, нет и возможности практиковаться в ней.

Сознание человека, рожденного глухим и немым, не может функционировать нормально, что является препятствием к тому, чтобы слушать наставления, воспринимать их, размышлять о них и применять их на практике. Понятие «глухонемой» обычно связывают с речевой дисфункцией. Это состояние является условием, при котором человек лишен возможности практиковаться в Дхарме, поскольку отсутствует свойственная людям способность использовать и понимать язык. В эту категорию, стало быть, следует включить также тех, чья умственная отсталость делает их неспособными понимать наставления и, следовательно, лишает их возможности практиковаться в этих наставлениях.

## 2. Размышления о частных преимуществах, связанных с практикой Дхармы

В этот раздел включены пять индивидуальных преимуществ и пять привходящих преимуществ.

### 2.1 ПЯТЬ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРЕИМУЩЕСТВ

Нагарджуна перечисляет их следующим образом:

быть рожденным в человеческом облике, в центральной зоне, со всеми человеческими способностями, без порочных наклонностей и с верой в Дхарму.

Не будучи человеком, невозможно даже обнаружить Дхарму. Стало быть, человеческое тело является вашим преимуществом и *поддержкой*.

Если бы вы родились в отдаленном месте, где о Дхарме даже не слышали, вы никогда бы не повстречались с ней. Однако то место, где вы родились, является по отношению к Дхарме центральным, и, стало быть, вы располагаете преимуществом *места*.

При отсутствии тех или иных сенсорных способностей невозможно практиковаться в Дхарме. Если вы избавлены от такого рода неполноценности, вы имеете преимущество *владения всеми сенсорными способностями*.

Если бы у вас были порочные наклонности, вы были бы всегда вовлечены в недостойные действия, что несовместимо с Дхармой. Но поскольку вы сейчас склонны к

достойным действиям, вы имеете преимущество *благого намерения*.

Если бы у вас не было веры в учение Будды, вас не привлекала бы Дхарма. То, что вы смогли устремить свое сознание к Дхарме, дает вам преимущество *веры*.

Поскольку эти пять преимуществ находятся в прямой зависимости от личных характеристик и склонностей человека, их называют «*пять индивидуальных преимуществ*».

Чтобы практиковаться в настоящей, истинной Дхарме абсолютно необходимо быть в человеческом облике. Теперь предположим, что у вас нет поддержки в виде человеческого тела, но вы обладаете высшей формой жизни в одной из трех низших сфер существования, а именно, в мире животных; и вы, предположим, самое красивое и самое замечательное животное, известное человеку. Однако, если бы кто-нибудь обратился к вам со словами: «Стоит тебе произнести один раз Ом-мани-падме-хум и ты обратишься в Будду», вы были бы решительно неспособны понять эти слова, уловить их смысл, а также неспособны произнести хотя бы одно слово. Ведь даже если бы вы умирали от холода, все что вы были бы в состоянии делать - это лежать на груди соломы; в то время как человек, даже самый слабый, понял бы, что надо укрыться в пещере или под деревом, или разжег бы костер чтобы согреть лицо и руки. Если животные неспособны даже на такие простые действия, как же у них может зародиться мысль практиковаться в Дхарме?

Боги и другие подобного рода существа, сколь ни совершенен их физический облик, не отвечают требованиям, обязательным для тех, кто принимает обет пратимокши; и, стало быть, они не в состоянии постичь Дхарму во всей ее совокупности.

Говоря о «центральной зоне», следует различать центральную зону в географическом плане от того места, которое является центральным в отношении Дхармы.

Центральной зоной в географическом плане обычно называют Ваджра-Престол в Бодх-гайе<sup>9</sup>, которая находится в Индии, в центре Джамбудвипы, то есть Южного Континента. Вся тысяча Будд Благой Кальпы обретут Прозрение именно в этом месте. Даже при всемирном разрушении в конце Кальпы четыре стихии не смогут нанести урон этому месту, и оно будет пребывать там, словно подвешенное в пространстве. В центре его растет Древо Прозрения. В географическом плане это место со всеми окружающими его индийскими городами считается центральной зоной.

В дхармическом плане центральной считается та зона, где существует Дхарма, учение Великого Будды. Все другие области считаются периферийными.

В далеком прошлом, - начиная с того времени, когда Великий Будда пришел в этот мир, и до того времени, пока Его Учение еще существовало в Индии,- эта зона была, центральной как в географическом, так и в дхармическом

плане. Однако теперь, когда эта земля стала достоянием тиртхиков и учение Победителя там более не культивируется, в дхармическом плане даже Бодх-гайя является периферийным местом.

Во времена Будды Тибет, Земля Снегов, именовался «пограничная страна Тибет», потому что это была мало населенная земля, куда еще не проникло учение Будды. Позднее население в Тибете мало-помалу увеличилось и

ряд тамошних правителей были эманациями Будды. Дхарма впервые появилась в Тибете во времена правления

Лха-Тхотхори Ньенстена, когда на крышу дворца попадали *Сутра ста призываний и простираний*, форма *тса-тса* и другие предметы.

В соответствии с предсказаниями, через пять поколений после этого в Тибете появился дхармический правитель Сонгцен Гампо -эманация Великого Сострадателя<sup>10</sup> который раскрыл значение сутры. Во время правления Сонгцена Гампо в Индию был направлен переводчик Тонми Самбхота чтобы изучать там языки страны и священные писания. Вернувшись в Тибет, он впервые ввел в обращение алфавит. Он перевел на

тибетский язык двадцать одну сутру и тантры Авалокитешвары, *Могущественную тайну*, а также множество других текстов. Сам правитель являлся во множестве различных форм и вместе со своим министром Картонгценом использовал в целях защиты страны различные магические средства. Он выбрал себе в жены двух принцесс, - одну из Китая, другую из Непала, - которые привезли в качестве приданого большое количество предметов, представляющих тело, речь и сознание Будды, в том числе Джово Микьо Дордже и Джово Шакьямуни, которые изображают самого Будду<sup>11</sup>. Правитель построил ряд храмов, известных как Тхадул и Янгдул, главным из которых был Раса Трулнанг<sup>12</sup>. Таким образом он ввел в Тибете буддизм.

Пятый после него правитель Трисонг Децен пригласил в Тибет сто восемь пандитов (ученых мужей), в том числе Падмасамбаву - наставника из Уддияны, величайшего хранителя мантр, равного которому не было никого во всех трех мирах. Чтобы поддержать представление земного воплощения Будды Трисонг Децен воздвигнул ряд храмов, в том числе «нетленный, спонтанно восставший» Самье. Чтобы поддержать речь Будды - истинную Дхарму были приглашены сто восемь переводчиков, в том числе искушенный в искусстве перевода великий Вайроцана, который перевел все главные сутры, тантры и шастры, имевшие тогда хождение в благородной индийской земле. Чтобы поддержать сознание Будды были пострижены в монахи «семеро для зачина» и некоторые другие, что положило начало сангхе.

С той поры и до сего дня, подобно солнцу озаряет Тибет Учение Будды; и, несмотря на все подъемы и спады, доктрина Победителя сохранила в неприкосновенности свои главные аспекты: передачу учения и его постижение. Стало быть, в плане Дхармы Тибет является центральной землей.

Человек, не обладающий всеми пятью сенсорными способностями, не отвечает требованиям, обязательным для тех, кто принимает монашеский обет. Также никогда не сможет воспринять Дхарму в полной мере тот, кому не посчастливилось либо обрести вдохновение при виде изображения Победителя, либо иметь возможность читать и слушать, в качестве материала для изучения и медитации, его драгоценные и непревзойденные наставления.

«Порочные наклонности» относятся, строго говоря, к стилю жизни людей, живущих в окружении охотников, проституток и им подобных, которые с ранней юности вовлечены в такого рода активность. Но это, по существу, относится в равной мере ко всякому, чьи помыслы, слова и действия находятся в прямом противоречии с Дхармой; в то же время даже и те, кто родились в упомянутом выше окружении, могут без труда вырваться из этих тисков в последующие годы жизни. Итак, чрезвычайно важно избегать таких действий, которые несовместимы с подлинной Дхармой.

Если вы верите не в Учение Будды, а в богов, могущественных нагов и тому подобное или в доктрины вроде тех, которые исповедуют тиртхики, то как бы ни сильна была ваша вера, она не защитит вас от страданий сансары и от возрождения в низших сферах существования. Но если вы обрели основанную на разуме веру в доктрину Победителя, основанную на передаче Учения и его постижении, вы, без сомнения, являетесь приемлемым сосудом для восприятия истинной Дхармы. А это величайшее из пяти индвидуальных преимуществ.

## 2.2 ПЯТЬ БЛАГОПРИЯТНЫХ ПРИВХОДЯЩИХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ

Будда пришел и проповедовал Дхарму,  
Его Учение еще существует, и каждый может  
в нем практиковаться,  
И есть еще люди, болеющие сердцем за других.



Те, кто не родились в светлую кальпу, - то есть в кальпу, когда в мир пришел Будда, - никогда даже не слышали о Дхарме. Но мы сейчас живем в такую кальпу, когда приходил Будда; и, стало быть, у нас есть то благоприятное обстоятельство, что мы можем встретиться *учителя*.

То, что Будда приходил на земле было бы для нас благоприятным, если бы он не оставил своего учения. Но так как Будда повернул Колесо Дхармы на трех различных уровнях, у нас есть то благоприятное обстоятельство, что нам доступно *дхармическое учение*.

То, что Будда оставил свое учение, было бы для нас бесполезным, если бы оно не сохранилось. Но так как то время, в течение которого его учение будет сохранять свою жизненность, еще не истекло, у нас есть благоприятное обстоятельство *времени*.

Существование учения, если не следовать ему, не приносило бы нам никакого блага. Но так как мы приняли Дхарму, у нас есть благоприятное обстоятельство *нашей счастливой предрасположенности*.

Даже приняв Дхарму, мы никогда бы не постигли ее истинную сущность, если бы не благоприятные обстоятельства, в силу которых мы были приняты духовным другом.

Но так как мы были приняты духовным другом, у нас есть благоприятное обстоятельство *исключительного сострадания*.

Так как осуществление этих пяти факторов лежит за пределами наших личных обстоятельств, они именуется *пять благоприятных привходящих обстоятельств*

То время, которое необходимо для того, чтобы вселенная сложилась, пребывала в этом качестве, была разрушена и оставалась в состоянии пустоты, называется кальпа. Кальпа, в течение которой в мир приходил совершенный Будда, называется «светлая кальпа», а та, в течение которой Будда не появляется в мире, называется «темная кальпа». В давние времена, в течение светлой кальпы Откровения Радости, в мир приходили тридцать три тысячи Будд. За этим последовало сто темных кальп. Затем во времена Несравненной Кальпы в мир приходили восемьсот миллионов Будд, а затем опять последовало сто кальп без Дхармы. Далее во времена Великолепной Кальпы в мир приходили сто сорок миллионов Будд, а потом опять было пятьсот темных кальп. Во времена Восхитительной кальпы в мир приходили восемьсот миллионов Будд, а затем было семьсот кальп во мраке. Шестьсот тысяч Будд появились во времена Радостной Кальпы. За нею последовала наша собственная Благая Кальпа.

Перед тем как возникла наша кальпа, космос с миллиардом вселенных представлял собой необъятный океан, на поверхности которого плавала тысяча тысячелетних лотосов. Боги из мира Браммы смогли с помощью ясновидения объяснить это поначалу непонятное явление как знак того, что в течение этой кальпы в мир придут тысяча Будд. «Это будет благая кальпа», сказали они; так «Благая» стало названием нашей кальпы.

В период, начиная с того времени, когда продолжительность жизни существ была восемьдесят тысяч лет и в мир пришел Будда - Разрушитель Сансары, и до того времени, когда продолжительность жизни существ станет безграничной и придет Будда Безграничной Устремленности, их место на Ваджра Престоле в центре Континента Джамбудвита будут занимать попеременно тысяча Будд. Каждый из них, восседая на этом престоле, достигнет абсолютной Буддовости и повернет Колесо Дхармы. Стало быть, наша кальпа является поистине светлой кальпой.

За ней последует шестьдесят пограничных, темных кальп, а затем во время Кальпы Обширных Чисел в мир придут десять тысяч Будд. Далее наступит период из десяти тысяч темных кальп. Если бы в этом чередовании светлых и темных кальп мы родились во времена темной кальпы, мы никогда бы даже не услышали, что существует нечто,

именуемое Три Драгоценности.

Более того, как указывает Великий Мастер из Удаяны, особенно редко преподается учение о Ваджраяне Секретных Мантр - Секретная Мантраяна:

В давние времена первой кальпы, Кальпы Завершенной Совокупности, Будда, известный как «Вновь Пришедший Правитель» обнарудовал учение о Секретной Мантраяне,

ставшее широко известным. То учение, которое нам доступно сейчас и которое нам принес наш нынешний Будда Шакья-муни, также включает в себя Секретную Мантраяну. Через десять миллионов кальп во времена Кальпы Совокупности Цветов в мир придет, как пришел сейчас я, Манджушри Будда, который вновь откроет миру учение о Секретной Мантраяне. Это потому, что в течение упомянутых трех кальп существа способны полноценно воспринимать Секретные Мантры. Причина, в силу которой учение о Мантраяне не появляется в другие времена, заключается в том, что в эти времена люди неспособны извлечь из этого учения какую-либо пользу для себя<sup>13</sup>.

Во время нынешней Благой Кальпы, когда продолжительность жизни человека равна ста годам, в мир пришел несравненный Будда Шакьямуни, и, стало быть, это светлая кальпа.

Предположим, что Будда пришел в мир, но он еще погружен в медитацию и еще не учил Дхарме. Если бы свет Дхармы не озарил мир, приход Будды не имел бы для нас никакого значения. Это было бы равносильно тому, как если бы он вовсе не приходил.

Обретя на Ваджра-Престоле полную и совершенную Буддовость, наш Учитель воскликнул:

Я открыл Дхарму, подобную амброзии:  
Глубокую, миротворную, за пределами  
крйностей, не обусловленную, лучезарную.  
Если я стану ее объяснять, никто меня не поймет,  
Так лучше мне оставаться в лесу, и хранить  
молчание.

В соответствии с этим намерением, он не учил в течение семи недель, пока Брама и Индра не умолили его повернуть Колесо Дхармы.

Впрочем, если познавший подлинное знание не учит ему, тогда Дхарма едва ли может принести существам истинное благо. Примером тому служит великий Смритиджнана из Индии, который отправился в Тибет, потому что его мать переродилась там в одной из кратковременных адских сфер. Во время путешествия умер его переводчик и Смритиджнана, который бесцельно бродил по провинции Кхам, не зная ни слова на местном языке, стал пастухом и умер там, не принеся никому сколько-нибудь ощути-мого блага. Когда позднее в Тибет пришел Джово Атиша и услышал, что произошло, он воскликнул:

«Как это печально! Тибетцы, сколь же малы ваши заслуги! Нигде в Индии, ни на Востоке ни на Западе, не было пандита, который мог бы сравниться со Смритиджнаной».

И, сложив молитвенно ладони, он зарыдал.

В нашу эру Будда Шакьямуни повернул Колесо Дхармы на трех уровнях; и, являясь в необозримом множестве форм, - в соответствии с нуждами и способностями существ, которым предназначалась помощь, - он повел их через девять колесниц учения к зрелости и освобождению.

Даже и в ту кальпу, когда на землю приходил Будда и учил Дхарме, как только время для этого учения истекает и истинная

Дхарма, которой он учил, перестает существовать, все происходит

точно так же как во времена темной кальпы. Период между исчезновением учения Будды и следующим появлением учения Будды именуется «лишенным Дхармы». В тех местах, в которых существа, по счастью, обладают достаточными заслугами, появляются пратьекабудды, однако учение не преподается и не практикуется.

В наши дни учение Будды Шакьямуни еще доступно. Оно будет продолжать существовать в соответствии со следующей десятиричной последовательностью. Сначала идут три периода, состоящие каждый из пятисот частей<sup>14</sup>. В это время появляется «учение о глубинной сущности Самантабхадры», что и есть плод учения<sup>15</sup>. Затем идут три периода практики<sup>16</sup> из пятисот частей каждый. За ними следуют три периода из пятисот частей, знаменующие *передачу учения*. Наконец, вступает в силу последний период из пятисот частей, когда *сохраняются лишь символы*. В целом, это составляет десять периодов, каждый из пятисот частей. В настоящее время мы достигли седьмого или восьмого периода. Мы живем в эпоху возрастания деградации в пяти планах: в плане длительности жизни, верований, эмоций, времени и существ. Тем не менее, доктрина передачи учения и его постижения все еще жизнедеятельна. Поскольку эта часть учения жива, мы все еще имеем благовую возможность *открыть для себя Дхарму во всей ее полноте*.

То, что учение Будды все еще доступно, не приносит плодов, если его не использовать, - подобно тому как восходящее солнце, освещающее весь мир, не вносит никаких изменений в мир слепого. Как вся вода в огромном озере не утолит жажду путника, подошедшего к его берегу, если он не станет ее пить, так и Дхарма передачи учения и его постижения не внедрится в ваше сознание сама по себе.

Если вы вступаете на путь Дхармы лишь для того, чтобы уберечь себя от болезней и негативных воздействий в этой жизни, или из страха, что в будущих жизнях вам выпадут страдания в одной из низших сфер существования, то такая Дхарма, именуемая «Дхарма как защита от страхов», не является достойным основанием для вступления на Путь.

Если вы вступаете на путь Дхармы лишь для того, чтобы иметь в этой жизни еду, одежду и тому подобное, или чтобы получить в качестве желанного вознаграждения рождение в будущем в облике бога или человека, то это будет Дхарма, именуемая «Дхарма как поиск блага».

Если вы вступаете на путь Дхармы в силу понимания, что сансара, в целом, не имеет смысла, а также из стремления найти способ освободиться от нее, то это будет Дхарма, именуемая «принятие учения вступлением на Путь в его первоначале».

Однако, даже если вы начнете практиковаться в Дхарме, но не будете приняты духовным учителем, это не принесет вам пользы. В *Насыщенной трансцендентальной мудрости* говорится так:

Будда и его наставления стоят в зависимости от духовного друга.

Так сказал Победитель, высшее воплощение всех благих качеств.

Учение Будды огромно, возможности передавать это Учение многочисленны и аспекты, которое оно затрагивает, неисчерпаемы. Если вы не будете полагаться на коренные указания учителя, вы никогда не сможете понять, как связать воедино существенные аспекты всех этих наставлений и применить их на практике.

Однажды, когда Джово Атиша был в Тибете, Кху, Нгок и Дром<sup>17</sup> спросили его: «Что

важнее для того, чтобы добиться освобождения и постигнуть всеведение, наличие канонических Писаний и комментариев к ним или же наставления учителя?»

«Наставления учителя», ответил Атиша.

«Почему?»

«Потому что, даже если вы знаете на память всю Трипитаку и изоощренны в метафизике, однако практикуясь без руководства учителя, вы уклонитесь от Дхармы».

«Значит ли это, что главное в наставлениях учителя, - продолжали они, - это соблюдать три обета и стремиться совершать благое в плане тела, речи и сознания?»

«В этом нет ни малейшей пользы» - ответил Атиша.

«Как это так?» воскликнули они.

«Вы можете идеально соблюдать свои три обета, но если вы не полны решимости вырваться из трех миров сансары, то это будет создавать все новые причины для сансары. Вы можете денно и нощно стремиться вершить благие дела в плане тела, речи и сознания, но если вы не знаете как посвящать эти заслуги делу полного Просветления, две-три ложные мысли могут полностью зачеркнуть все ваши усилия. Вы можете быть учителями и медитаторами, исполненными благочестия и книжного знания, но если ваше сознание не ограждено от восьми обыденных забот, все ваши действия будут ориентированы лишь на эту жизнь, и вы не откроете путь, который приносит облегчение в будущих жизнях».

Это показывает, как важно быть под опекой учителя -духовного друга.

Если, просматривая свою жизнь и обстоятельства на предмет восьми свобод и десяти преимуществ, вы обнаружите, что все эти благоприятные условия у вас налицо, это будет означать, что вы обладаете тем, что известно как «человеческая жизнь, наделенный восемнадцатью свободами и преимуществами» Однако же Всеведущий король Дхармы Лонгченпа в своем *Сокровище, исполняющем желания* называет шестнадцать дополнительных условий, которые являются препятствием к тому, чтобы практиковаться в Дхарме. Это восемь привнесенных обстоятельств<sup>18</sup> и восемь неприемлемых склонностей<sup>19</sup>, воздействия которых необходимо избегать. По его словам:

Смятение, порождаемое пятью ядами;  
Глупость, подчинение дурным влияниям, лень,  
Обремененность следствиями неблагих действий в прошлом;  
Подчиненность другим, поиски укрытия от опасностей  
и лицемерные действия-  
Таковы восемь привнесенных обстоятельств,  
Которые лишают свободы.

Прикованность к своим узам;  
Вопиющая безнравственность;  
Нежелание отринуть самсару;  
Полное отсутствие веры;  
Наслаждение плодами неблагих действий;  
Отсутствие интереса к Дхарме;  
Безответственное отношение к обетам и самайе,  
Таковы восемь неприемлемых склонностей,  
Которые лишают свободы практиковаться в Дхарме.

### 2.3 ВОСЕМЬ ПРИВНЕСЕННЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ, КОТОРЫЕ ЛИШАЮТ СВОБОДУ ПРАКТИКОВАТЬСЯ В ДХАРМЕ

Те, у кого сильно выражены пять ядов, - то есть негативные эмоции, такие как ненависть к врагам, привязанность к друзьям и родственникам и тому подобное - могут порой испытывать желание практиковаться в Дхарме. Однако пять ядов в этих людях настолько сильны, что они почти непрерывно контролируют их сознание, делая для них достижение существенных свершений в Дхарме невозможным.

Бывает, что крайне глупые люди, у которых нет даже проблеска интеллекта, вступают на путь Дхармы, но они неспособны понять ни отдельные слова, ни смысл учения в целом, и потому не могут ни изучать Дхарму, ни размышлять или медитировать о ней.

Если становишься учеником лжеучителя, который преподносит воззрение и действие в извращенном виде; таким образом сознание направляется по ложному пути и оттого никогда не сможешь быть в согласии с истинной Дхармой.

Те, кто хотят изучать Дхарму, но слишком ленивы и не обладают даже и крупинкой прилежания, никогда не смогут добиться свершений, потому что они погрязли в своем сибаритстве и в привычке откладывать все в долгий ящик.

У некоторых их омрачения и недостойные действия столь многочисленны что, несмотря на все их старания в занятиях Дхармой, им не удастся развить в своем сознании ни одного благого качества. Они перегружены багажом собственных неблагих действий, но не понимают, что это следствие их прошлых поступков, и подвергают сомнению учение.

Те, кто находятся в услужении и потеряли свою самостоятельность, могут пожелать обратиться к Дхарме; однако люди, их контролирующие, не позволяют им практиковаться.

Некоторые приходят к Дхарме из страха за свою жизнь - когда нет еды или одежды, или испытываешь другие лишения. Но поскольку у них нет глубокой веры в Дхарму, они предаются своим старым привычкам и совершают поступки, далекие от Дхармы.

Наконец, существуют мошенники, которые, притворяясь поклонниками Дхармы, пытаются завладеть чужой собственностью, добиться чьих-либо услуг или завоевать престиж. Перед другими они надевают личину практикующего Дхарму; но в сознании своем

они помышляют лишь о нынешней жизни, так что они далеки от пути к освобождению.

Вот те восемь привнесенных обстоятельств, которые исключают возможность практиковаться в Дхарме.

## 2.4 ВОСЕМЬ НЕПРИЕМЛЕИНЫХ СКЛОННОСТЕЙ, КОТОРЫЕ ЛИШАЮТ СВОБОДЫ ПРАКТИКОВАТЬСЯ В ДХАРМЕ

Люди, которые прикованы к своим земным обязательствам, богатству, удовольствиям, детям, родственникам и тому подобному, так заняты и озабочены стремлением все это сохранить, что у них нет времени практиковаться в Дхарме.

Некоторые лишены даже намека на человечность и по природе своей столь порочны, что не в состоянии изменить свое поведение к лучшему. Даже самый достойный духовный учитель испытал бы немалые трудности, пытаясь наставить этих людей на благородный путь Дхармы. «Можно формировать способности ученика, но не его глубинные качества», говорили в старину Посвященные.

Тот, кто не цепенеет от ужаса ни при упоминании о низших сферах существования и пороках сансары, ни перед лицом всех страданий этой жизни, лишен всякой устрем-

ленности к освобождению от сансары; и поэтому у него нет никакой причины чтобы практиковаться в Дхарме.

Полное отсутствие веры в истинную Дхарму или в учителя закрывает доступ к учению и делает невозможным вступление на путь освобождения.

Те люди, которые испытывают удовольствие от вредоносных или неблагих действий и не в состоянии контролировать свои мысли, слова и дела, лишены каких-либо благородных качеств и потому отворачиваются от Дхармы.

Некоторых духовные ценности Дхармы привлекают не больше, чем собаку сено в ее миске. Так как у них нет никакого интереса к Дхарме, в их сознании не могут зародиться дхармические качества.

Всякий, кто, вступив на путь Основной Колесницы, нарушает свои обеты и обязательства в плане бодхичитты, неминуемо отправится в низшие сферы существования. Он неизбежно окажется в таких условиях существования, при которых у него не будет возможности практиковаться в Дхарме.

Всякий, кто, вступив на путь Колесницы Секретной Мантраяны, нарушает самую - обязательства перед учителем и своими духовными братьями и сестрами, роет яму себе и также другим, лишает себя всякой надежды достичь духовных свершений.

Таковы восемь неприемлемых склонностей, которые уводят от Дхармы и гасят путеводную лампу освобождения.

Если тщательно не сформулировать эти шестнадцать факторов, которые лишают возможности практиковаться в Дхарме, то может сложиться впечатление, будто в эти темные времена люди имеют все свободы и преимущества и воистину практикуются в Дхарме. Вождь племени, восседающий на своем возвышении; лама под балдахином<sup>20</sup>, отшельник в горной пустоши; функционер, ушедший от государственных дел, - все они полагают, что выбрали благой путь; однако же всякий из них, к кому относится одна из упомянутых ограничивающих характеристик, даже если он практиковался уже многие годы, все же не стоит на истинном дхармическом пути.

Поэтому не выбирайте ту или иную дхармическую практику вслепую, а сначала скрупулезно проверьте себя, чтобы понять, имеете ли вы в своем распоряжении все тридцать четыре свободы и преимущества. Если вы ими обладаете, то возрадуйтесь и постоянно, вдумчиво размышляйте о том, как трудно их получить. И пообещайте себе, что теперь, когда вы обрели все эти труднодоступные свободы и преимущества, вы будете, чего бы это ни стоило, практиковаться в истинной Дхарме. Если, однако, вы обнаружите, что по некоторым пунктам вы не находитесь на высоте, стремитесь любыми доступными вам средствами восполнить этот пробел.

Возьмите на себя труд постоянно и тщательно проверять, располагаете ли вы всеми аспектами свобод и преимуществ. Если вы не станете этого делать и окажется, что один из элементов отсутствует, вы упустите свой шанс практиковаться в истинной Дхарме. Ведь даже для выполнения простого повседневного действия требуется совмещение множества взаимозависимых вещей и условий. Следует ли удивляться тому, что достижение нашей конечной цели - Дхармы - невозможно без совмещения множества взаимозависимых факторов.

Представьте себе путника, который хочет заварить чай. Для приготовления чая необходимо иметь много различных вещей: чайник, воду, дрова, огонь и тому подобное. Только для того чтобы разжечь огонь требуются кремень, огниво, сухое дерево, руки путника и прочее. Если хотя бы одна вещь, например, сухое дерево, отсутствует, тогда то обстоятельство, что все остальное, налицо, совершенно бесполезно. У путника попросту нет всего, что необходимо, чтобы приготовить чай. Точно так же, если хотя бы один элемент из перечня свобод и преимуществ отсутствует, нет решительно никакой возможности практиковаться в истинной Дхарме.

Если приглядеться внимательно к собственному сознанию, то станет очевидно, что крайне трудно обрести даже основные восемь свобод и десять преимуществ, а обладание всеми десятью преимуществами - это еще более редкое явление, чем наличие всех восьми свобод.

Тот, кто родился в облике человека со всеми надлежащими способностями и в центральной зоне, но его стиль жизни,

противоречит Дхарме и он не верит в Учение Победителя, обладает лишь тремя преимуществами. Даже если он получит любое их двух других, у него и тогда их будет только четыре. Стало быть, вести жизнь, которая ни в чем не противоречит Дхарме, в высшей степени трудно. Если мысли, дела и действия человека являются негативными, а его побуждения мотивированы этой жизнью, то даже если он славится добротой и ученостью, стиль его жизни все же находится в противоречии с Дхармой.

То же самое относится к пяти привходящим преимуществам.

Если Будда пришел на землю, учил Дхарме и его Учение еще существует, но человек не всупил на путь Дхармы, то у него только три из этих преимуществ. Здесь снова «вступить на путь Дхармы» не означает просто просить и получать наставления. Исходной точкой на пути к освобождению является убеждение в том, что сансара в целом бессмысленна, и искренняя решимость из нее вырваться. Чтобы двигаться по пути Великой Колесницы важно прежде всего и с полным чистосердчием поднять в себе бодхичитту. Абсолютно непреложно иметь столь неколебимую веру в три Драгоценности, чтобы не отречься от них даже ради спасения собственной жизни. А без этого, просто чтение молитв и ношение желтой одежды еще не является доказательством, что вы вступили на путь Дхармы.

Удостоверьтесь, что вы умеете идентифицировать все свободы и преимущества, и проверьте, обладаете ли вы ими. Это в высшей степени важно.

### **3. Размышление с привлечением примеров, показывающих сколь трудно обрести названные свободы и преимущества**

Будда говорил, что получить рождение в человеческом теле менее вероятно, чем то, что черепаха, всплывающая со дна океана, случайно попадет головой в просвет деревянного ярма, брошенного на гребень вздыбившихся волн.

Представьте себе весь космос в биллион миров как безбрежный океан. На его поверхности плавает ярмо — кусок дерева с дырой посередине, который надевается на рога тягловых волов. Это ярмо, швыряемое волнами взад и вперед - то на запад, то на восток - ни секунды не стоит на месте. В глубинах океана живет слепая черепаха, которая всплывает на поверхность лишь один раз в сто лет<sup>21</sup>. В высшей степени маловероятно, чтобы черепаха и ярмо сошлись в одной точке. Ярмо неодушевленный предмет, а черепаха не имеет намерения его отыскивать. Поскольку черепаха слепа, она не может воспользоваться зрением, чтобы установить местонахождение ярма. Если бы ярмо не двигалось, то все же еще оставалась возможность, что они сойдутся в одной точке; но оно непрерывно перемещается. Если бы черепаха всю свою жизнь плавала на поверхности, она может быть, могла бы натолкнуться на ярмо. Но она всплывает только один раз в сто лет. Поэтому вероятность, что ярмо и черепаха встретятся, в высшей степени мала. А если бы черепаха к тому же просунула голову в дыру посередине ярма, это было бы уже редчайшим совпадением. И тем не менее, согласно сутрам, еще труднее получить человеческое воплощение со всеми свободами и преимуществами. Вот что пишет об этом Нагарджуна в своем *Совете Правителю Сурабхихадре*.<sup>22</sup>

Маловероятно, чтобы черепахе могла просунуть голову в ярмо, брошенное в волны огромного океана.

Однако же, если сравнивать с числом рожденных в облике животных,  
Рождение человеком еще менее вероятное событие.  
А посему, о светлейший из людей, практикуйся в истинной  
Дхарме,  
чтобы твоя судьба принесла тебе благие результаты.

А Шантидева говорит:

Будда говорил, что родиться человеком столь же трудно,  
Как черепахе ненароком попасть головой в ярмо,  
Плавающее в волнах безбрежного моря.

Трудность обрести человеческий облик также сравнивают с попыткой прилепить сухие горошины, бросая их на гладкую стену; или с попыткой уравновесить горстку горошин на острие вертикально поставленной иглы – притом что достаточно трудно преуспеть в этом деле даже и с одной горошиной! Следует знать эти сравнения, взятые из *Сутры Нирваны*, и им подобные в других текстах.

#### **4. Размышление с привлечением числовых сравнений**

Сопоставив численность различного рода существ, можно прийти к мысли, что едва ли вообще существует какая-либо вероятность родиться в человеческом облике. В качестве иллюстрации обычно говорят, что, если бы число существ в адских сферах было равно числу звезд на небосклоне, то число голодных духов можно было бы сравнить с количеством звезд, видимых при свете дня; и что, если бы голодных духов было столько, сколько звезд на небосклоне, то количество животных было бы равно числу звезд, видимых днем; и что, если бы было столько животных сколько звезд на небосклоне, то число людей и богов было бы равно числу звезд, видимых днем.

Говорят также, что столько существ в адских сферах, сколько пылинок во всем мире; столько голодных духов сколько песчинок на дне Ганга; столько животных, сколько зерен в бочке пива<sup>23</sup>; столько асуров сколько снежинок в одном снежном заносе; однако богов и людей всего лишь столько, сколько пылинок помещается на ногте одного пальца руки.

Вообще говоря, рождение в одной из высших сфер достаточно редкое явление; но еще более редким является рождение в облике человека, наделенного всеми свободами и преимуществами. Нетрудно заметить насколько меньше людей, чем животных. Подумайте о том, сколько насекомых гнездится в летнее время в одном коме земли, или сколько муравьев кишат в одной муравьиной куче; едва ли столько людей насчитывается на всем земном шаре. А среди людей число тех, кто родился в окраинных землях, где учение никогда не было известно, по сравнению с родившимися в местах, где Дхарма известна, весьма незначительно. Однако отнюдь немногие из этих последних имеют все свободы и преимущества.

Размышляя обо всем этом, вы должны испытывать радость, если убедитесь, что вы действительно располагаете полным набором всех свобод и преимуществ.

Человеческая жизнь может быть названа «драгоценной человеческой жизнью» лишь в том случае, когда налицо полный набор всех свобод и преимуществ; тогда эта жизнь становится воистину драгоценной. Если же какие-либо из указанных аспектов отсутствуют, то сколь ни обширны ваши знания, ваш талант и осведомленность в делах мирских, вы тем не менее не располагаете драгоценной человеческой жизнью. В вашем



распоря-жении то, что именуется просто человеческой жизнью, ординарной человеческой жизнью, злополучной человеческой жизнью, бессмысленной человеческой жизнью, бесплодной человеческой жизнью. Это как если держать в руках драгоценный камень, исполняющий все желания, но ни разу им не воспользоваться.; или как отправиться в земли, изобилующие ценным золотом, но вернуться оттуда с пустыми руками.

Найти драгоценный алмаз - ничто  
В сравнении с обретением драгоценной  
человеческой жизни.

Поглядите, как те, кого не печалит сансара,  
Растрачивают свою жизнь по мелочам!

Завладеть целым королевством — ничто  
В сравнении со встречей с несравненным учителем.  
Поглядите, как те, кому неведома почтительная  
привязанность,  
Обращаются с учителем как с равным!

Обрести власть в стране — ничто  
В сравнении с получением обета Бодхисаттвы.  
Поглядите, как те, у кого нет сострадания,  
Попирают свои обеты!

Быть властелином Вселенной — ничто  
В сравнении с получением тантрического  
посвящения.  
Поглядите, как те, кто нарушают самаю,  
Предают свои обещания!

Встретиться с Буддой — ничто  
В сравнении с открытием истинной природы  
сознания.  
Поглядите, как те, в ком не достает устремленности,  
Вновь окунаются в свои заблуждения

Эти свободы и преимущества приходят к нам не случайно или по совпадению. Они результат накопления заслуг и мудрости в течение многих кальп. Великий ученый Тракпа Гьялцен говорит так:

Эта свободная и благодатная человеческая жизнь  
Не следствие вашей изобретательности,  
Но плод тех заслуг, которые вы накопили.

Получить человеческую жизнь и использовать ее исключительно для совершения неблагих дел, не имея при этом ни малейшего представления о Дхарме, — это значит спуститься ниже, чем в низшие сферы существования. Обращаясь к охотнику Гонпо Дордже, Джетсун Мила говорит:

Говорят, что рождение со всеми свободами и  
преимуществами

делают человеческую жизнь драгоценной.  
Но жизнь такого человека как ты  
вовсе не кажется драгоценной.

Человеческая жизнь, более чем что-либо другое, имеет власть стащить вас вниз, в низшие сферы существования. Как вы сейчас распорядитесь этой жизнью, зависит только от вас.

Использованное умело, наше тело, — это паром,  
держаций путь к освобождению.  
Использованное неумело, наше тело, — это якорь,  
держаций нас в сансаре.  
Наше тело делает ставку на благое либо неблагое.

Благодаря заслугам, накопленным в прошлом, мы получили это человеческое воплощение и все восемнадцать свобод и преимуществ. Пренебречь самым существенным — высшей Дхармой — и вместо этого растрачивать жизнь, покупая еду и одежду и предаваясь восьми обыденным заботам, было бы непростительным расточительством этих свобод и преимуществ. Какая бессмыслица - ждать прихода смерти и лишь тогда с раскаянием бить себя в грудь! Ибо уже был сделан ложный выбор. Как говорится в *Пути Бодхисаттвы*:

Если теперь, обладая свободами человеческой жизни,  
Я упущу возможность практиковаться во благо,  
То это будет величайшее безумие  
И неслыханное по отношению к себе предательство.

Итак, данная жизнь — это поворотный пункт, когда вы можете выбрать, будет ли ваше будущее положительно лучше или хуже. Если вы не воспользуетесь этой возможностью и не вступите во владение цитаделью абсолютного сейчас, вам будет крайне трудно вновь получить подобную свободу в последующих жизнях. Коль скоро вы получите рождение в одной из форм жизни в низших мирах, вам будет недоступно представление о Дхарме. Совершенно сбитые с толку и неспособные понять, что следует делать и чего делать не следует, вы будете непрестанно спускаться все глубже и глубже в низшие сферы существования. Поэтому скажите себе, что именно сейчас то время, когда следует сделать надлежащее усилие. Медитируйте об этом снова и снова, применяя три высших метода: начните с мысли о бодхичитте; затем проведите, без концептуализации, основную практику; и в завершение посвятите заслуги всем живым существам.

Чтобы понять, насколько эта практика поистине стала для вас существенной, сравните себя с Геше Ченгава, кото-рый непрестанно практиковался и даже никогда не спал. Геше Тонпа говорил ему:

«Ты бы лучше отдохнул, сын мой, а то заболеешь».

«Да, мне нужно отдохнуть», отвечал Ченгава. «Но когда я думаю, как трудно получить свободы и преимущества, которые у нас есть, я не могу позволить себе отдыхать».

Он не спал всю свою жизнь и прочитал мантры Мийовы девятьсот миллионов раз. Мы должны медитировать до тех пор, пока в нашем сознании не возникнет такое же убеждение.

*Хотя я получил эти свободы, но их сущность, Дхарма,*

*еще не укоренилась во мне.  
Хотя я вступил на путь Дхармы, я растрачиваю время  
попусту, занимаясь другими вещами.  
Благослови меня и других подобных мне глупцов,  
Чтобы мы извлекли из этих свобод и преимуществ их  
главную суть.*

## ГЛАВА ВТОРАЯ

### ПРЕХОДЯЩНОСТЬ ЖИЗНИ

*Воспринимая трехмерный мир как скоротечную  
иллюзию,  
Ты отбросил от себя, как плевков заботы этой  
жизни.  
Приняв на себя тяготы, сколько их есть,  
Ты пошел по стопам учителей прошлого.  
О, Несравненный Учитель, я склоняюсь  
пред тобой в почтении.*

Учение следует слушать, как описано в первой главк.

Предметом данной главы являются семь медитаций о преходящности: преходящность внешнего мира, в котором обитают существа; преходящность обитающих в нем существ; преходящность святых существ; преходящность тех, кто облечен властью; другие примеры преходящности; неопределенность обстоятельств смерти и полное осознание преходящности.

#### **I. ПРЕХОДЯЩНОСТЬ ВНЕШНЕГО МИРА, В КОТОРОМ ОБИТАЮТ СУЩЕСТВА**

Наш мир - внешняя среда, сформированная коллективной благой кармой существ с ее жесткой, плотной структурой, включающей в себя четыре континента, гору Меру и небесные сферы, остается неизменной в течение всей кальпы. Тем не менее, и она преходяща и не избежит финального разрушения сначала в семиступенчатом пожаре, а затем в потоках воды.

По мере того как нынешняя великая кальпа приближается ко времени своего разрушения, существа, обитающие в каждой из сфер, расположенных ниже сферы богов первого медитативного состояния, будут постепенно, в сфере за сферой, исчезать, пока не останется ни одного существа.

Затем, одно за другим, на небе взойдут семь солнц. Первое солнце выжжет все плодоносящие деревья и леса. Второе солнце испарит воду из всех потоков, ручьев и прудов.

дов; третье осушит все реки, а четвертое — все великие озера, даже Манасаровар. С появлением пятого солнца также и океаны станут постепенно испаряться, сначала на глубину в сто лиг, затем на глубину в двести, семьсот, тысячу, десять тысяч и, наконец, восемьдесят тысяч лиг. Оставшаяся морская вода сожмется сначала из первоначальной толщины в лигу до слоя в один полет стрелы и далее до того, что она не покрыла бы даже и след от человеческой ступни. К тому времени, когда взойдет шестое солнце, вся земля целиком, включая ее снежные вершины, заполыхает в пламени. А когда появится седьмое солнце, будет сожжена даже и гора Меру вместе с четырьмя континентами, восемью субконтинентами, семью золотыми горами и стеной гор, опоясывающей вселенную. Все сольется в одну необъятную массу огня. Спускаясь вниз, эта масса огня поглотит все адские сферы. Поднимаясь вверх, огонь уничтожит ранее покинутый небесный дворец Браммы. Молодые боги из сферы Чистого Света будут сверху кричать в страхе: «Какой необъятный пожарище!» Но старейшие боги станут их успокаивать, говоря: «Не бойтесь! Достигнув мира Браммы, пожар отступит. Это бывало и прежде»<sup>24 25</sup>

После этого разрушения пламенем, в сфере богов второго медитативного состояния начнут собираться грозные облака и обрушится ливень, который зальет все вокруг на глубину ярма, а за ним последует еще один, потоки которого зальют все на глубину плуга. Все, включая сферу богов Ясного Света, растает — точно соль в воде. Будет всего семь периодов опустошения водой, после чего от основания Вселенной поднимется ветер в форме двойной ваджры. Все вплоть до сферы богов третьего медитативного состояния будет начисто сдуто, словно пыль, развеянная ветром.

Подумайте и поразмыслите... Если одновременно и точно таким же образом разрушается каждая из миллиарда Вселенных, составляющих космос, со своей горой Меру, четырьмя континентами и небесными сферами, оставая после себя лишь космическое пространство, как же тогда эти наши человеческие тела, смахивающие на мух в конце сезона, могут оставаться вечными и неизменными?

## **II. ПРЕХОДЯЩНОСТЬ СУЩЕСТВ, НАСЕЛЯЮЩИХ ЭТУ ВСЕЛЕННУЮ**

**Нигде, начиная с вершины самой высокой из небесных сфер и кончая самыми глубинами ада, мы не найдем ни одного существа, которое могло бы избежать смерти. В *Утешительном письме* говорится:**

**Вы когда-либо видели, чтобы на земле или на небесах Родилось существо, не подвластное смерти?**

**Или слышали, чтобы кто-либо не умер?**

**Или могли бы предположить, что такое бывает?**

**Что рождено, тому суждено умереть. Никто никогда не видел и не слышал, чтобы в какой-либо из сфер существования, даже и в мире богов, кто-либо родился, но не умер. В сущности, нам даже и в голову не приходит сомневаться относительно каго бы то ни было, умрет он или нет. Это безусловная данность. Особенно для нас, чья смерть придет достаточно скоро, ибо мы родились в этот мир в конце эры<sup>26</sup> когда длительность жизни непредсказуема. Смерть приближается к нам с самого момента нашего рождения. Жизнь может стать лишь короче, никак не длиннее. Смерть наступает на нас неотвратимо, не останавливаясь ни на минуту, как тень от горы при заходе солнца.**

**Знаете ли вы точно, где и когда умрете? Это может произойти завтра или сегодня вечером. А может быть, вы умрете сию минуту, между этим вдохом и следующим. Как говорится в *Собрании предусмотрительных изречений*:**

Кто уверен, что доживет до завтра?  
Готовым надо быть сегодня,  
Ибо легионеры смерти  
Не на нашей стороне.

И Нагарджуна также говорит:

Жизнь, точно гонимый течением ручья  
воздушный пузырь,  
Мерцает в шквале тысячи бедствий.  
Дыхание во сне уходит и вновь приходит;  
Какое чудо, что наутро мы еще живы!

Люди наслаждаются своей ночной дремотой, обрاملенной в легкое дыхание. Однако же нет никакой гарантии, что между тем не проскользнет смерть. Проснуться в добром здравии — это событие, которое, поистине, следует считать чудом, но мы принимаем его как само собой разумеющееся.

Хотя мы знаем, что в один прекрасный день умрем, эта постоянно присутствующая вероятность смерти никак, в сущности, не влияет на наше отношение к жизни. Мы все еще проводим время в надеждах и беспокойствах по поводу своего будущего существования, как будто будем жить вечно. Мы боремся за свое благополучие, счастье и положение в обществе... пока Смерть, застав нас врасплох, не набрасит свой черный аркан, оскаливая при этом клыки и устрашающе закусывая нижнюю губу.

Тогда уже ничто не может нам помочь. Все будет бесполезно: и армия солдат, и повеления правителя, и деньги богача, и блестящая ученость, и очарование красоты, и быстрота спортсмена. Даже если запереться в непроницаемом, обитом броней ящике, охраняемом сотней тысяч воителей, оцетинившихся острыми копьями и стрелами, то и тогда все это защитит и оградит нас не более, чем стены толщиной в волос. Едва лишь повелитель смерти накидывает на шею свой черный аркан, лицо начинает бледнеть, глаза застилают слезы, голова и члены слабеют и нас волочат, хотим мы того или нет, по дороге, ведущей к следующей жизни.

Смерть нельзя победить силой оружия, отринуть силой власти, подкупить деньгами. От смерти никуда не убежишь, нигде не спрячешься; он нее нет убежища, нет защиты, нет помощи. Смерть не одолеешь ни с помощью мастерства, ни силой сострадания. Если время нашей жизни истекло, то даже и Будда Медицинский, явись он собственной персоной, был бы не в состоянии отсрочить нашу смерть.

Призадумайтесь над этим и медитируйте о том, как важно впредь, начиная с этого момента, никогда не предаваться ленности и не откладывать вещи в долгий ящик, а практиковаться в истинной Дхарме, том единственном, что, несомненно, поможет вам в момент смерти.

### III. ПРЕХОДЯЩНОСТЬ СВЯТЫХ СУЩЕСТВ

В течение нынешней Благой Кальпы на землю уже приходили в окружении несметного множества шраваков и архатов Випашин, Шикхин и другие пять будд. Каждый из них действовал во имя блага бесчисленных существ, применял учение о Трех Колесницах. Однако сегодня мы располагаем лишь тем, что сохранилось от учения Будды Шакьямуни. А те другие Будды ушли в нирвану, и чистое дхармическое учение, которое

они приносили с собой, постепенно исчезло.

Также и множество великих шраваков, приверженцев нынешней доктрины каждый со своей свитой в пятьсот архатов, один за другим освободились от страдания, перейдя в сферы, где пять агрегатов перестают существовать.

В Индии жили однажды пятьсот архатов, собравшие воедино учение Будды, а также Шесть Украшений и Два Высочайших, Восемьдесят Сиддхов и многие другие, кто, мастерски овладев всеми аспектами путей и уровней, обладали безграничным ясновидением и чудотворными умениями. Но сегодня все, что от них осталось, это рассказы о их жизни.

Здесь в Тибете, Земле Снегов, в те времена, когда

Второй Будда из Уддияны<sup>27</sup> повернул Колесо Дхармы чтобы просветить и освободить существа, жили его последователи: Двадцать пять учеников, известные как Король и его подданные; и Восемьдесят Сиддхов из Йерпа. А потом пришли просветленные мастера Старой Школы из кланов Со, Цур и Нуб; а также просветленные из Новой Школы - Марпа, Миларепа и Дакпо; и многие другие просвещенные и постигшие высшие свершения. Большинство из них достигли высоких уровней совершенства и господства над четырьмя стихиями. Они могли производить всевозможные сверхестественные трансформации; умели извлекать материальные предметы из ниоткуда и отправлять их в никуда; не горели в огне, не тонули в ураганном потоке воды, не разбивались о землю, не падали с обрыва в пропасть; иначе говоря, не были подвержены ни одному из увечий, порождаемых четырьмя стихиями.

Вот один пример. Однажды Джетсун Миларепа медитировал в тиши пещеры Ньешангкатья в Непале. Мимо пещеры проходила ватага охотников и, увидя в пещере Миларепу, они спросили, человек он или привидение. Миларепа по-прежнему сидел неподвижно, устремив взгляд перед собой, и ничего не отвечал. Охотники выпустили в него град отравленных стрел, но ни одна из них даже не поцарапала его кожу. Они бросали его в реку, кидали с обрыва, но каждый раз он снова оказывался в пещере — сидел там же, где они его видели прежде. Наконец, они обложили его поленьями и подожгли, однако он не горел в огне. Было немало таких, кто постигли подобные же умения. Но, в конечном итоге, все они по доброй воле продемонстрировали преходящность всего сущего<sup>28</sup>

и все, что осталось от них сегодня, — это рассказы о их жизни.

Что же касается нас, то наши неблагие действия, влекомые ветром негативных обстоятельств в направлении, соответствующем нашим негативным тенденциям, привели

нас сюда в это мерзкое, слепленное из четырех стихий, сооружение, которое держит нас в западне и от которого зависит наше человеческое существование. А поскольку мы не можем знать достоверно, когда и где это чучело - наше воображаемое тело — распадется, то очень важно делать впредь все от нас зависящее, чтобы наши мысли, слова и дела были всегда благими. Памятуя об этом, медитируйте о преходящности всего сущего

#### IV. ПРЕХОДЯЩНОСТЬ ТЕХ, КТО ОБЛЕЧЕН ВЛАСТЬЮ

Даже замечательные и прославленные боги и риши, которые могут жить в продолжение всей кальпы, должны, в конечном счете, умереть. Те, кто повелевают существами, - такие как Брама, Индра, Вишну, Ишвара и другие великие боги, которые живут целую кальпу и могут быть ростом либо в несколько лиг, либо едва различимы глазом; и обладают властью и великолепием, затмевающим солнце и луну, - даже и они, тем не менее, подвержены смерти. Как говорится в *Сокровище драгоценных духовных качеств*,

Даже Брама, Индра, Махешвара и Вселенские монархи  
Не в состоянии избежать Демона Смерти.

Даже риши как в божественном, так и в человеческом обличи, постигшие пять ступеней ясновидения и обретшие способность летать по небу, в конечном итоге, не избегают смерти. В *Утешительном письме* говорится:

Великие риши, одаренные пятикратными умениями,  
Могут летать по небу вдоль и поперек,  
Но им никогда не достичь такой земли,  
Где бы господствовало бессмертие.

Здесь, в нашем мире людей, бывали Вселенские монархи, которые достигали самой вершины власти и материального благосостояния. В Индии, было, начиная с Махасамматы, бесчисленное множество правителей, которые царили на всем континенте. Позднее в Индии властвовали с востока до запада три правителя по имени Пала, тридцать семь по имени Чандра и множество других богатых и облеченных огромной властью правителей.

В Тибете, Земле Снегов, первый правитель Ньятри Ценпо был божественного происхождения. Он был эманацией бодхисаттвы Ниваранашишкамбхина. Затем у власти были семь правителей божественного происхождения, именуемых Три; шесть правителей земного происхождения, именуемых Лек; восемь промежуточных правителей, именуемых Дэ; пять связующих правителей, именуемых Цен; двенадцать с половиной<sup>29</sup> правителей из Счастливой династии, включая пять из Сверхсчастливой династии; а также другие. Во времена дхармического правителя Сонгцена Гампо волшебная армия завоевала все земли от Непала до Китая. Правитель Трисонг Децен подчинил своей власти две трети Дзямбудвипы<sup>30</sup>; а во время правления Ралпачена на берегу Ганга была воздвигнута железная колонна, отмечавшая границу между Индией и Тибетом. Тибет распространял свою власть на многие области Индии, Китая, Гейсара, Таджикистана и ряда других стран. Во время празднования Нового года послы из этих стран были обязаны провести один день в Лхасе. Вот какую власть имел Тибет в прошлом. Однако это длилось недолго, и сегодня от всего этого не осталось ничего, кроме рассказов о старых временах.

Размышляйте об этом канувшем в лету величии. По сравнению с ним наши дома, личные вещи, слуги, власть и все другое, чем мы дорожим, имеет не больше ценности, чем пчелиный улей. Медитируйте об этом и спрашивайте себя, как вы могли предполагать, что все это будет жить вечно, не подвергаясь изменениям.

## V. ДРУГИЕ ПРИМЕРЫ ПРЕХОДЯЩНОСТИ

В качестве примера, иллюстрирующего процесс преходящности, рассмотрим цикл подъема и падения в течение одной кальпы. Давным - давно, в начальный период этой кальпы, на небе не было ни солнца ни луны, и источником света для человеческих существ было их собственное внутреннее свечение. Они могли чудодейственно перемещаться в пространстве, были ростом в несколько лиг, питались божественным нектаром, а их идеальное счастье и благосостояние уподобляло их богам. Однако постепенно, под влиянием негативных эмоций и неблагих действий, человеческая раса дегенерировала до ее нынешнего состояния. Еще и в наши дни, вследствие того что этого рода эмоции возрастают, длительность жизни людей и их заслуги все более сокращают-

ся. Этот процесс будет продолжаться до того времени, когда люди будут жить всего лишь десять лет. Большинство существ, населяющих мир, исчезнут вследствие эпидемий чумы, войн и голода. Затем оставшимся в живых явится эманация Будды Майтрейи, который будет учить их воздерживаться от убийств. Люди в ту пору будут ростом в один локоть. Начиная с этого времени продолжительность их жизни будет увеличиваться и дойдет сначала до двадцати лет; а затем будет все более и более расти, пока не достигнет восьмидесяти тысяч лет. В этот момент в мир явится сам Великий Майтрейя, который станет Буддой и повернет Колесо Дхармы. После восемнадцати таких циклов падения и подъема, когда человеческие существа будут жить неизмеримое число лет, явится Будда Бесконечной Устремленности, который будет жить столько времени, сколько вся тысяча Будд Благой кальпы вместе взяты. Его деятельность на благо существ также будет равна всему, что совершили все другие Будды вместе взятые. В конечном итоге, эта кальпа завершится полным разрушением. Рассматривая эти изменения в рамках кальпы, вы можете убедиться, что даже и в сфере явлений самого крупного масштаба ничто не ограждено от преходящности.

Вы можете также увидеть, как действует преходящность, наблюдая смену четырех времен года. В летнее время нектар летних проливных дождей одевает луга роскошным зеленым покровом; и все живое согревается в лучах счастья и благосостояния. Является на свет бесчисленное множество цветов, и весь ландшафт обращается в божественное райское поле, расцвеченное белым и золотым, ярко-красным и голубым. А затем, по мере того как все больше веют холодом осенние бризы, зеленое поле травы постепенно меняет свою окраску. Фрукты и цветы, один за другим, засыхают и вянут. Вскоре наступает зима, и вся земля становится твердой и ломкой как скальная порода. Пруды и реки замерзают, и ледяные ветры шныряют по полям и лесам. Сколько бы ни ездить в округе в поисках тех летних цветов, нигде не сыщешь ни одного. Так одно время года сменяется другим: лето уступает место осени, осень — зиме, а зима — весне; каждое из них отличается от того, на смену которому оно пришло, и каждое из них в равной мере недолговечно. Посмотрите, как быстро вчера переходит в сегодня, утро переходит в вечер, этот год переходит в следующий. Ничто не долговечно, ничто не устойчиво.

Подумайте о своей деревне или своей монастырской общине, или другом месте, где вы живете. Люди, которые еще в недавнем прошлом процветали и жили в довольстве, вдруг оказались перед лицом разорения; а другие, некогда бедные и жалкие, теперь говорят с авторитетом и имеют власть и деньги. Ничто не является неизменным, не остается навсегда. В вашей собственной семье последовательно, одно за другим вымирали поколения ваших предков, а затем и родителей. От них остались теперь только имена. А когда пришло время, то умерли и многочисленные братья, сестры и другие родственники; и никто не знает, ни куда они отправились, ни где они сейчас пребывают. Многие из тех могущественных, богатых и процветавших людей, которые еще в прошлом году были в наших краях у всех на виду, в этом году стали лишь именами. Кто знает, будут ли те, чье нынешнее богатство и важное положение составляет предмет зависти простых людей, — будут ли они в следующем году или даже в следующем месяце все еще в том же качестве. Сколько из ваших домашних животных — коз, овец, собак — уже умерли и сколько еще живы? Размышляя о том, что происходит во всех этих случаях, вы придете к заключению, что ничто не является вечным, неизменным. Ни один из тех людей, которые были живы более ста лет назад, не избежал смерти. А еще через сто лет абсолютно каждый из ныне здравствующих людей будет уже мертв. Не останется в живых ни одного из них.

Следовательно, во Вселенной нет ничего, одушевленного или неодушевленного, что было бы стабильным, неизменным.



Все, что рождено, - преходяще и неизбежно умрет.  
Все, что запасено, - преходяще и неизбежно иссякнет.  
Все, что собрано воедино, - преходяще и неизбежно  
распадется.  
Все, что построено, - преходяще и неизбежно  
разрушится.  
Все, что воздвигнуто, - преходяще и неизбежно  
обрушится.  
Точно так же дружба и вражда, радость и горе, добро и  
зло, все мысли, протекающие в вашем сознании, -  
все это постоянно изменяется.

Вы можете быть так возвышенны как небеса, так могущественны как удар молнии, так богаты как нага, так хороши собой как бог, так привлекательны как радуга, но когда внезапно приходит смерть, то кем бы вы ни были и чем бы вы ни были, вы не можете получить отсрочку даже и на мгновение. У вас тогда нет другого выхода как отправляться в путь —нагишом, в холод; с пустыми руками, намертво зажатые подмышками. Невыносимо тяжело расставаться со своими деньгами, с дорогими сердцу владениями, с друзьями, любимыми, служителями, учениками, со своей страной, землями, подчиненными, собственн-остью, едой, напитками, богатством — но приходится все это отбросить, как волос, извлеченный из куска масла<sup>31</sup> Вы можете быть главным ламой, стоящим над тысячами монахов, но вы не можете взять с собой даже и одного из них. Вы можете быть губернатором, стоящим над десятками тысяч людей, но вы не можете взять себе в услужение ни одного из своих людей. Все богатство на свете не даст вам возможности взять с собой даже и иголку с ниткой.

И обожаемое вами тело также должно быть отброшено. То самое тело, которое вы при жизни обряжали в шелк и парчу, которое вы запоняли вдосталь чаем и пивом, которое было некогда красивым и утонченным - под стать богу, теперь называется труп и лежит вон там, зловеще лиловый, тяжеловесный и обезображенный. Как говорит Джетсун Мила:

Вот эта вещь, такая страшная с виду  
и называемая трупом, Ведь это наше собственное тело.

Ваше тело скручивают веревкой, прикрывают занавеской и обкладывают землей и камнями. На вашей подушке стоит ваша чашка, перевернутая вверх дном. Сколько бы вас раньше ни ценили и ни любили, теперь вы вызываете только ужас и тошноту. Когда живой ложится спать, - даже и на мехах или на мягкой подстилке из овечьей шкуры, - он скоро начинает ощущать неудобство и постоянно пере-ворачивается с боку на бок. Но мертвый просто лежит себе - голова забрызгана грязью, щека прижата к камню или к пучку травы.

Те из вас, кто яляется главой семьи или предводителем клана, возможно, беспокоитесь о людях, которые находятся под вашей опекой. Если вас не будет и некому будет заботиться о них, не умрут ли они от голода и холода, не будут ли убиты недругами, не утонут ли в реке. Разве не от вас зависит все их богатство, комфорт и счастье? На самом же деле, после вашей смерти они испытают лишь чувство облегчения от того, что избавились от вашего трупа, предав его кремации или бросив в реку, или же свалив его на кладбище.

Когда вы умираете, у вас нет иного выхода как одиноко, без всяких сопровождающих бродить в бардо. Тогда вашим единственным прибежищем является Дхарма. Так

что повторяйте себе снова и снова, что отныне и впредь вы будете делать все от вас зависящее, чтобы достичь совершенства, по крайней мере, в одной из тренировок в рамках истинной Дхармы.

Все, что запасено, должно иссякнуть. Правитель может управлять всем миром и все же под конец стать бродягой. Многие в начале жизни окружены богатством, а в конце ее теряют все и умирают от голода. Те, кто в предыдущем году владели стадами в сотни голов, в следующем году могут впасть в нищету из-за эпидемий или сильного снегопада; а тот, кто лишь накануне был богатым, может вдруг оказаться вынужденным просить подаяние, потому что его недруги уничтожили все, что у него было. На подобных примерах легко убедиться, что вы не можете вечно держаться за свои богатства и собственность. Никогда не забывайте, что щедрость — это самый важный капитал, который вы можете накопить<sup>32</sup>

Любой союз непостоянен и кончается расставанием. Мы подобны жителям из разных мест, тысячи или даже десятки тысяч которых съезжаются на большой рынок или религиозный фестиваль, чтобы после этого снова разъехаться по своим домам. Самые сердечные и близкие отношения — учителя и ученики, хозяева и слуги, покровители и их подопечные, товарищи по духу, братья и сестры, мужья и жены, — все они неминуемо кончаются разлукой. Мы не можем быть даже уверены, что смерть или какое-либо другое трагическое обстоятельство не разлучит нас с ними сию же минуту. Поскольку духовные собратья, супружеские пары и т.п. могут быть разлучены неожиданно, в любую минуту, следует избегать вспышек гнева, ссор, резких слов и баталий. Мы никогда не знаем, как долго мы будем вместе, поэтому мы должны принять решение, что в то короткое время, которое у нас еще осталось, мы будем проявлять к нашим близким только заботу и любовь. Вот что говорит Падампа Сангье:

Семьи столь же недолговечны, как толпа в рыночный день;  
А посему, люди из Тингри, не ссорьтесь и не пререкайтесь!

Все, что построено, должно разрушиться. Поселения и монастыри, которые некогда преуспевали и были богаты, теперь стоят пустые, заброшенные; а где раньше жили рачительные хозяева, теперь птицы выют свои гнезда. Даже уентральный трехэтажный храм в Самье, который был построен во времена правления Тристона Децтена работниками, чудодейственно явившимися в человеческом облике, и освящен Вторым Буддой из Уддияны, погиб в одну ночь в огне. Дворец на Красной горе, существовавший во времена правителя Сонгцена Гампо, мог сравниться с дворцом самого Индры, но теперь от него не осталось даже и фундамента. В сравнении с этим наши нынешние города, дома и монастыри подобны множеству гнезд, в которых ютятся насекомые. Так почему же мы так ими дорожим? Лучше бы нам устремить свои помыслы на подражание примеру тех из школы Кагью-па, кто в старые времена покидали свою родную землю и уходили в девственные места. Они жили у подножья горных утесов, соседствуя только лишь с дикими животными, и нимало не заботились о пище, одежде или известности, но стремились претворить в жизнь четыре основных завета кагьюпинцев:

Положи в основу сознания Дхарму;  
Положи в основу Дхармы жизнь в смирении;  
Положи в основу смиренной жизни мысль о смерти;  
Положи для себя умереть в пустой, голой пещере<sup>33</sup>

Высокое положение и могущественные армии недолг-овечны. Вселенский монарх Мандхатри повернул золотое колесо, что дало ему власть над четырьмя континентами; он правил в небесной сфере Тридцати трех богов; он даже делил трон с Индрой, правителем среди Богов, и был способен раз-бить в битве асуров. Однако и он, в конечном счете, рухнул наземь и умер, не успев осуществить своих честолюбивых замыслов. Как можно видеть, никто из тех, кто обладает властью и авторитетом, – будь то правители стран, ламы, вассалы или власть придержащие, - ни один из них не в состоянии удерживать свое положение вечно; и многие из тех, кто в одном году были облечены могуществом и вершили суд над другими, годом позже сами томились в заточении. Какую пользу могли бы вы извлечь из подобной быстротеч-ной власти? С другой стороны, состояние несравненной Буддовости не может быть ни ущемлено, ни запятнано, и достойно подношений как от богов, так и от людей. Вам следует неукоснительно стремиться достичь этого.

Дружба и вражда также отнюдь не постоянны. Однаж-ды, когда Архат Катьяна собирал подаяние, ему повстречал-ся человек с ребенком на руках. Человек с большим наслаж-дением ел рыбу и швырял камнями в суку, которая пыталась подобраться к костям. Однако же, благодаря своему яснови-дению, просветленный мастер увидел вот что: рыба была отцом того, кто был человеком в данном рождении, а сука была его матерью; недруг, которого этот человек убил в прошлом рождении, переродился как его сын, что было его кармической расплатой за погубленную им жизнь. Катьяна вскричал:

Он ест плоть отца, отгоняет камнями мать  
Качает на руках врага, которого убил;  
А жена глодает кости своего мужа.  
До чего же смехотворен мне этот спектакль сансары!

Бывает, что в течение одной жизни некогда яростные враги примиряются и становятся добрыми друзьями. Случа-ется даже, что бывшие враги породняются и между ними, в конечном итоге, устанавливаются самые близкие отношения. С другой стороны, люди, тесно связанные кровными или брачными узами, подчас ссорятся и наносят друг другу всяческий ущерб, и все ради какой-нибудь незначительной собственности или ничтожного наследства. Бывает, что супружеские пары и закадычные друзья расстаются из-за какого-нибудь пустяка, и дело иногда доходит даже до убийства. Поскольку, как вы видите, любая дружба и вражда весьма эфемерны, напоминайте себе снова и снова, что ко всем людям следует относиться с любовью и состраданием.

Богатство и нищета никогда не делятся бесконечно. Мно-гие начали свою жизнь в комфорте и роскоши, а закончили ее в нищете и страдании. Другие же начинали в крайней нищете, но потом обрели благополучие. Были даже и такие, кто начинали жизнь нищими, а кончили ее правителями государства. Существует бесчисленное число примеров такого полного изменения судьбы. Дядя Миларепы, к примеру, однажды поутру веселился на пирушке, которую он устроил в честь своей невестки, а к вечеру обрушился его дом и он оплакивал свою жалкую участь. Однако, если тяготы выпали вам на долю через Дхарму, то сколько бы всевозможных страданий вам ни довелось претерпеть,- как, к примеру, Джетсуну Миле и многим Победителям в прошлом,- вы, в конечном счете, испытаете бесподобное счастье. Если же вы богатеете вследствие неблагоприятных действий, то хотя временно вы блаженствуете, но в итоге вашим уделом будут бес-ко-нечные страдания.

Счастье и печаль столь непредсказуемы! Давным давно в королевстве Апарантака семь дней непрерывно с неба сыпалось зерно, потом семь дней падала одежда и еще

семь дней - драгоценные камни. А напоследок обрушились потоки зем-ли, похоронившей всех жителей, которые переродились в низших сферах существования. Будучи во власти надежд и страхов, бесполезно даже пытаться взять под свой контроль эти постоянно сменяющиеся друг друга периоды счастья и страданий. Вместо этого просто отбросьте от себя - словно плевков в придорожную пыль - весь комфорт, богатство и удовольствия этого мира. Возьмите себе за правило следовать по стопам Победителей прошлого, храбро перенося во имя Дхармы все выпадающие вам на долю тяготы..

Совершенство и посредственность также непостоянны.

В мирской жизни, каким бы авторитетом вы ни пользовались, каким бы красноречием, эрудицией и талантом ни блистали, какой бы силой и мастерством ни отличались, но приходит время, когда все эти качества иссякают. Едва лишь вы исчерпали те заслуги, которые накопили в прошлом, как ваши мысли становятся неблагими, а все начинания терпят крах. Вас осуждают со всех сторон. На вас валятся несчастья и все вас презирают. Иные утрачивают даже те малые достоинства, какие у них до того были, и остаются с пустыми руками. А другие, кого раньше считали плутами и лгунами, не имеющие ни талантов, ни здравого смысла, становятся со временем богатыми и благополучными; все им доверяют и почитают за хороших и добропорядочных людей. Как говорится в пословице, «Стареющие жулики занимают завидные места».

И в религиозной жизни также, согласно пословице: «В старости мудрецы впадают в детство, отрешенные скапливают богатство, а блюстители заповедей заводят семьи». Бывает, что люди, которые в молодости отрешились от мирской деятельности, принимаются к концу жизни копить богатства и делать припасы. Другие начинают с того, что учат Дхарме и разъясняют Учение, а кончают тем, что становятся охотниками, ворами и грабителями. Просвещенные монастырские наставники, хранившие в молодости верность всем монашеским обетам, в старости производят на свет множество детей. С другой стороны, есть немало и таких примеров, когда люди в молодые годы вершили неблагое; но в конце жизни полностью посвятили себя практике святой Дхармы и либо достигли высоких свершений, либо, по крайней мере, оставались до конца жизни на Пути, что открывает им возможность ко все более и более высоким перерождениям..

Если человек кажется нам сегодня плохим или хорошим, - это всего лишь мимолетное впечатление, а отнюдь не его постоянное, стабильное качество. Быть может, вы испытали некое разочарование в сансаре и, почувствовав смутное желание обрести освобождение, надели на себя личину серьезного последователя Дхармы. Это могло произвести впечатление на простых людей и они могли даже пожелать поддерживать вас материально и быть вашими учениками. Если в этот момент вы не взгляните со всем тщанием в свое сознание, вы можете легко поверить, что вы действительно тот, за кого вас принимают. Ведомые гордыней, вы оказываетесь полностью во власти видимости вещей и приходите к заключению, что можете делать все, что пожелаете. Это, безусловно, ловушка, расставленная злыми силами. Стало быть, отбросьте веру в самосущее бытие эго и развивайте в себе мудрость непривязанности к самосущности<sup>34</sup> Пока вы не достигнете высочайших уровней Бодхисаттвы, никакая видимость — благая или неблагая — не может быть продолжительной. Постоянно медитируйте о смерти и преходящности. Анализируйте свои ошибки и всегда выказывайте смирение. Культивируйте в себе неудовлетворенность сансарой и стремление достичь освобождения. Выработывайте в себе умиротворенность, дисциплинированность и добросовестность. Подобно Джетсуну Миларепе постоянно развивайте в себе чувство острой и глубокой печали при мысли о временности всех составных вещей и о страданиях в сансаре:

В скалистой пещере в пустынном краю  
Моя печаль неотступно со мною.

Непрестанно к тебе я устремляюсь,  
О мой учитель — Будда трех времен.

Если не придерживаться постоянно такого умонастроения, то трудно предвидеть, куда могут завести все эти постоянно меняющиеся и неожиданно возникающие мысли. Жил когда-то человек, которой, после того как у него была распря с родственниками, вступил на путь Дхармы и стал известен как Гелонг Тхангпа, практикующий Дхарму. Научившись контролировать свою энергию и сознание<sup>35</sup>, он был в состоянии летать по небу. Однажды, наблюдая большое стечение голубей, слетевшихся на ту еду, которую от им выставил, он подумал, что, будь у него такая же многочисленная армия, он мог бы уничтожить всех своих врагов. Он не обратил эту неблагодарную мысль в веху на Пути к Прозрению<sup>40</sup>. Это значит использовать все ситуации повседневной жизни как часть своей практики. Если бы Гелонг Тхангпа поместил свои негативные мысли, используя, к примеру, любовь как противоядие против агрессии, или же подумал о пустой природе мысли, как только она зародилась, то мысль эта не причинила бы ему никакого вреда. А в результате, когда, в конечном итоге, он вернулся в родные края, он стал командующим армии.

В настоящее время, благодаря своему учителю и духовным друзьям, у вас, возможно, появилось некоторое

поверхностное представление о Дхарме. Но памятуя о том, сколь нестабильны человеческие ощущения, доверьтесь полностью водительству Дхармы и примите за правило практиковаться в Дхарме до конца своих дней.

Поразмышляв над приведенными здесь примерами, вы, без сомнения, придете к убеждению, что ничто — начиная с самых высоких уровней существования и кончая глубочайшей из адских сфер — не имеет даже и намека на неизменность или стабильность. Все подлежит изменению, все претерпевает подъемы и падения.

## **VI. НЕОПРЕДЕЛЕННОСТЬ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ<sup>41</sup> СМЕРТИ**

**Всякий человек, рожденный в этом мире, несомненно умрет. Но как, когда, где и при каких обстоятельствах это произойдет предсказать невозможно.**

**В этом мире лишь немного благоприятствует жизни, но множество вещей являются ей угрозой. Как замечает просветленный учитель Арьядева,**

**Причины смерти многочисленны;**

**Содействует жизни лишь немного.**

**Но даже и это последнее может стать причиной смерти.**

Огонь, вода, яды, пропасти, дикари, дикие животные...; многочисленны обстоятельства, при которых можно расстаться с жизнью; но лишь немного содействует ее продлению. Даже еда, одежда и все другое, что - как обычно считают-поддерживает жизнь, может обратиться в причину смерти. Часто смерть наступает вследствие еды: еда может быть отравлена; или, бывает, мы едим что-либо ради целебных свойств, но при известных обстоятельствах<sup>42</sup> эта еда оказывается токсичной; или она может быть некоторым людям вредна. Это особенно ощутимо в наши дни, когда многие не могут жить без мяса и, не задумываясь, потребляют живую плоть и кровь, совершенно забывая о всех болезнях, которые вызывает старое мясо<sup>43</sup> и вредоносные мясные духи. Нездоровая диета и ненормальный стиль жизни могут также вызвать опухоли, болезни слизистой, водянку и другие заболевания, которые нередко приводят к смерти.

Подобным же образом стремление к богатству, славе и всевозможным регалиям по-

буждает людей вести битвы, бросать вызов диким животным, безрассудно преграждать реки и подвергаться риску во множестве других ситуаций, которые могут привести к смерти.

К тому же тот момент, когда одно из этих многочисленных обстоятельств может вызвать смерть, абсолютно непредсказуем. Некоторые умирают в чреве матери, при рождении или до того, как они научились ползать. Некоторые умирают молодыми, другие старыми и уже изрядно дряхлыми. Некоторые умирают прежде, чем поспеет лекарство или помощь со стороны. А другие угасают медленно, будучи многие годы прикованы болезнью к постели и глядя на все живое мертвыми глазами; и когда они умирают, от них остаются только скелеты, обернутые кожей. Многие умирают внезапно или в результате несчастного случая во время еды, беседы или на работе. Некоторые даже сами лишают себя жизни.

При наличии такого количества причин, вызывающих смерть, жизнь имеет не больше вероятности уцелеть, чем плямя свечи при ветре. Нет никакой гарантии, что в эту самую минуту вас не настигнет смерть и что завтра вы не переродитесь в облике животного с рогами или бивнями во рту. Вы должны поверить в то, что время смерти непредсказуемо и что невозможно знать заранее, где вы переродитесь в следующий раз.

## VII. ОСТРОЕ ОСОЗНАНИЕ ПРЕХОДЯЩНОСТИ

Во всякое время и при всех обстоятельствах неизменно медитируйте о смерти. Стоите ли вы, сидите или лежите, говорите себе: «Это последнее, что я делаю в этой жизни» и с полной убежденностью медитируйте об этом. Когда вы куда-нибудь идете, скажите себе: «А, может, я там умру и не вернусь назад.» Собираясь в путешествие или останавливаясь на отдых, спросите себя, не здесь ли вы умрете. Где бы вы ни были, вы всегда должны думать, что, быть может, это то место, где вы умрете. Вечером, ложась в постель, спросите себя, умрете ли вы этой ночью или проснетесь на следующее утро. Вставая утром, задайте себе вопрос, не умрете ли вы в течение этого дня; и размышляйте о том, что нет никакой уверенности, что вечером вы снова ляжете в эту постель.

Постоянно и напряженно, всем своим существом, предавайтесь мыслям о смерти. Тренируйтесь в этом, как это делали в прошлые времена все Геше из школы Кадампа, которые всегда думали, что они могут в любую минуту умереть; вечером, перед сном, они не покрывали тлеющие угли, полагая, что, возможно, наутро не понадобится разжигать огонь, и поворачивали вверх дном свои чаши для подаяния.<sup>36</sup>

Однако одной лишь медитации о смерти будет недостаточно. Единственное, что реально помогает в момент смерти, - это Дхарма. Побуждайте себя упорно, с постоянным вниманием и полной сосредоточенностью тренироваться в Дхарме; и неизменно помните, что всякая деятельность в сансаре преходяща и бессмысленна. По существу, непостоянно и само соединение тела и сознания, так что не считайте это своей собственностью; оно дается только во временное пользование.

Все дороги и пути непостоянны; поэтому, куда бы вы ни шли, направляйте свои стопы к Дхарме. Как говорится в *Насыщенной трансцендентной мудрости*,

Если при ходьбе сосредоточенно глядеть  
на расстоянии локтя перед солой,  
тогда сознание будет в смятении

Все места, где вы можете оказаться, являются преходящими; а потому считайте всякое из них чистым полем Будды. Еда, питье и все другое, от чего вы получаете удовольствие, преходящи, а потому сдерживайте своей пищей глубокую концентрацию. Сон преходящ, а потому очищайте ночные галлюцинации, погружая их в ясный свет.<sup>44</sup> Богатство, если оно у

вас есть, преходяще; а по-тому устремляйтесь к семи богатствам высшего порядка.<sup>37</sup> Друзья, близкие и все, к кому мы питаем привязанность, преходящи; а потому в уединенном месте развивай-те в себе желание высвободиться из этих пут. Высокое положение и слава преходящи, а потому всегда проявляйте смирение. Слова преходящи, а потому побуждайте себя читать мантры и молитвы. Вера и желание освободиться преходящи, а потому стремитесь быть верными своим обязательствам. Идеи и мысли преходящи, а потому развивайте в себе благие побуждения. Духовные переживания и свершения преходящи, а потому продвигайтесь вперед, пока не достигнете того состояния, когда все растворяется в природе вещей как они есть. В этот момент разрывается связь между смертью и перерождением<sup>4 5</sup> и возникает чувство полной готовности принять смерть. Вы овладели крепостью бессмертия и уподобились орлу, которому доступно парение в небесных высотах После этого отпадает горестная необходимость медитировать о надвигающейся смерти.

Вот что пел об этом Джетсун Мила:

Страшась смерти, ушел я в горы,  
Медитировал без устали о ее непредсказу-  
емости  
И одолел твердыню подлинной бессмертной  
природы.  
Теперь я не подвластен страху перед смертью.

**А несравненный Дакпо Ринпоче говорит:**

**В начале, - подобно оленю, вырвавшемуся из западни, -  
вы гонимы страхом перед рождением и смертью. В середине, - подобно фермеру, заботливо обработавшему  
свои поля, вам не о чем сожалеть, даже если придет смерть. В конце, - подобно человеку, завершившему огромное предприятие, - вы испытываете чувство облегчения и счастья.**

В начале, — подобно человеку, опасно раненному стрелой, вы понимаете, что не можете себе позволить терять время. В середине, — подобно матери, потерявшей своего единственного ребенка, — вы медитируете лишь о смерти, ни о чем другом не помышляя. В конце, — подобно пастуху, у которого недруг угнал все его стадо, - вы осознаете, что у вас не осталось больше никаких дел.

**Упорно медитируйте о смерти и преходящности всего сущего, пока не достигнете такого уровня.**

**Будда говорил:**

**Настойчиво медитировать о временности всего сущего  
значит делать подношение всем Буддам.**

**Настойчиво медитировать о временности всего сущего  
значит быть спасенным от страданий всеми Буддами.**

**Настойчиво медитировать о временности всего сущего  
значит быть ведомым всеми Буддами.**

**Настойчиво медитировать о временности всего сущего  
значит получить благословение всех Будд.**

**Следы слона среди всех других самые заметные, точно  
так же,  
медитация о временности всего сущего для буддиста**

самая важная среди всех других.

А в *Винайе* Будда говорил:

Помнить каждую секунду о преходящности составных вещей

дороже, чем одаривать едой и приношениями<sup>38</sup>

сотню моих учеников, таких как Шарипутра и Маудгалайна, которые и без того являются собой совершенные сосуды.

Один ученик из мирян спросил однажды своего учителя Геше Потову, какая дхармическая практика, - если надо выбрать только одну, - самая важная. Геше Потова ответил:

Если хочешь упражняться только в одном, то самое важное — это медитация о преходящности всего сущего.

В начале медитация о смерти и преходящности побуждает принять Дхарму; в середине она ведет к истинной практике; в конце она помогает понять единообразие всех явлений.

В начале медитация о преходящности побуждает обрубить свои связи с явлениями этой жизни; в середине она позволяет отринуть цепляние за сансару; в конце она помогает встать на путь нирваны.

В начале медитация о преходящности ведет к вере; в середине она побуждает практиковаться усердно; в конце она помогает открыть мудрость.

В начале, когда еще есть сомнения, медитация о преходящности побуждает искать Дхарму; в середине она побуждает практиковаться; в конце она помогает достичь конечной цели.

В начале, когда еще есть сомнения, медитация о преходящности побуждает усердно практиковаться, что защищает как броня; в середине она побуждает усердно практиковаться в действии; в конце она побуждает практиковаться с непреодолимым усердием<sup>46</sup>.

А Падампа Сангье говорит так:

Стремление полностью убедиться в преходящности, в начале побуждает нас принять Дхарму; в середине подстегивает наше усердие; а в конце приводит нас к лучезарной дхармакайе.

До той поры, пока у нас не будет полного убеждения в существовании преходящности, любое полученное нами учение, любая дхармическая тренировка будут делать нас лишь более глухими<sup>47</sup> к Дхарме. Падампа Сангье также говорил:

Я никогда не встречал тибетца, практикующего Дхарму, который думал бы о смерти.

Но я также не встретил ни одного, кто жил бы вечно!,

Видя, с какой жадностью они принимаются, едва надев желтое облачение, скапливать богатство,

Я себя спрашиваю: Что же они от и Смерти будут откупаться едой и деньгами?

Видя, как они скапливают ценности,

я себя спрашиваю: Что же они и в аду будут давать взятки?

Ха-ха! Мне смешно смотреть на таких тибетцев!

Самые образованные — они же и самые гордые;



Самые лучшие медитаторы копят провиант и богатства.  
Одиноким отшельникам вовлекаются в пустые предприятия.  
Тем, кто отреклись от дома и родной земли, неведом стыд.  
Эти люди глухи к Дхарме!  
Они погрязли в неблагих деяниях.  
Они видят, как умирают другие, но не отдают себе отчета, что и они также умрут  
. Это их главное заблуждение.

**Стало быть, медитация о преходящности — это прелюдия ко всем дхармическим упражнениям. Однажды Геше Потову попросили дать наставления о том, как отвращать неблагоприятные обстоятельства, и он сказал следующее:**

Упорно медитируйте о смерти и преходящности. Как только у вас появится твердое убеждение, что вы умрете, вам больше не будет трудно ни отказаться от вредоносных действий, ни делать то, что должно.

Затем упорно медитируйте о любви и сострадании. Как только любовь наполнит ваше сердце, вам больше не будет трудно действовать во имя блага других.

Затем упорно медитируйте о пустоте - Абсолютном бытии всех явлений. Как только вы полностью поймете пустоту, вам больше не будет трудно отбросить все свои заблуждения.

**Когда у нас появляется полная уверенность в существовании преходящности, все обычные в этой жизни действия начинают нам казаться столь же глубоко отвратительными, как жирное мясо человеку, страдающе-му тошнотой. Мой глубоко почитаемый Учитель часто говорил:**

Высокое положение, власть, богатство, красота, когда они мне встречаются в этом мире, вовсе меня не привлекают, ибо пример великих людей прошлого дал мне некоторое представление о преходящности. Вот самое глубокое наставление, которое я мог бы вам дать..

**Сколь глубоко прониклись вы мыслью о преходящности? Вам бы следовало уподобиться Геше Кхараку Гомчунгу, который отправился медитировать в горные пустоши Джомо Кхарак в провинции Цанг. Перед его пещерой был куст с шипами, за который постоянно цеплялась его одежда. Сначала он подумал: «Может, мне надо срубить этот куст?» Но потом сказал себе: «Но ведь я могу умереть в пещере. Я ведь не знаю, выйду ли я из этой пещеры живым. Так что уж лучше я буду продолжать свою практику». И он не срубил куст. Когда он снова выходил из пещеры, все повторилось. На этот раз он подумал: «Я вовсе не уверен, что когда-нибудь снова войду в эту пещеру». Так это продолжалось много лет, пока он не достиг просветления. Когда он удалился из этих мест, куст все еще был на том же самом месте.**

Мой Учитель также рассказывал, что Видьядхара Джигме Лингпа всегда осенью, во время созвездия Риши, проводил некоторое время у одного горячего источника. По краям бассейна не было ступеней, и потому ему было трудно спускаться к воде и сидеть там. Его ученики предложили вырубить ступени, но он ответил:

«Зачем такие сложности? Ведь я не знаю, буду ли я еще здесь в следующем году.» Он всегда говорил о преходящности.

И мы также должны медитировать о преходящности, пока полностью не выработаем в себе такое же отношение. Необходимо сначала породить в себе бодхичитту. Затем в качестве основной практики следует тренироваться, используя все упомянутые средства, до той

поры пока преходящность поистине не пропитает все ваши мысли. В конце завершайте каждое свою практику посвящением заслуг. Практикуйтесь таким образом, стремясь по мере своих сил подражать великим мастерам прошлого.

*Преходящность очевидна, однако все еще полагаю, что вещи  
длятся бесконечно..*

*Я стою на пороге старости, но все еще делаю вид, что я  
молод.*

*Благослови меня и всех других, кто сбился с пути,  
чтобы нам дано было осознать временность всего  
сущего.*

### ГЛАВА 3

#### ПОРОКИ САНСАРЫ

*Понимая, что всякая деятельность в сансаре тщетна,  
Ты из великого сострадания прилагаешь усилия  
лишь ради блага других.*

*Не имея привязанности ни к сансаре, ни к нирване,  
ты действуешь по канонам Великой Колесницы.*

*О, бесподобный Учитель, я преклоняюсь пред тобой*

Слушайте эти наставления, как было описано выше. Эта глава содержит общие размышления о страданиях в сансаре в целом и об особых страданиях в каждой из шести сфер существования.

#### I. СТРАДАНИЯ В САНСАРЕ В ЦЕЛОМ

Как я уже упоминал, мы, возможно, наделены сейчас всеми свободами и преимуществами, получить которые так трудно, но это положение временное. Мы можем вскоре оказаться во власти преходящности и смерти. Если бы после этого мы просто исчезали, как погашенный огонь или испарившаяся вода, то на этом все бы и кончалось. Однако после смерти мы не растворяемся в нигде. Мы вынуждены родиться вновь и тем самым про-должаем оставаться в сансаре - другой возможности нет.

Термин сансара, колесо или круговерть существований, используется здесь чтобы обозначить бесконечное перемещение по кругу, - наподобие того как вращается гончарное колесо или колесо водяной мельницы. Сколько бы муха ни летала в закрытой стеклянной банке, она вырваться оттуда не может. Точно так же, где бы мы ни родились, в высших или в низших сферах существования, мы все равно заточены в сансаре.

Верхняя часть банки подобна высшим сферам богов и людей; нижняя аналогична трем мученическим сферам. О сансаре говорят, что это круговерть существований, потому что мы беспре-рывно вращаемся по кругу, получая попеременно рождение то в одной, то в другой из шести сфер, ибо наши действия, - как благие, так и неблагие - неизменно отмечены стяжательством эго.

Мы скитаемся с безначальных времен в этих мирах сансары, где каждое без исключения существо состояло с каждым другим существом в отношениях любви, вражды или безразличия. Каждый бывал отцом и матерью каждого другого. В сутрах говорится, что, если бы мы пожелали, используя шарики земли размером с ягоду можжевельника, пересчитать все поколения наших матерей таким образом: «Она была матерью моей матери; а ее мать была . . . » и так далее, то всей земли не хватило бы, чтобы досчитать до конца. Как говорил об этом Великий Нагарджуна:

Если попытаться сосчитать наших прародительниц  
шариками земли, величиной с ягоду можжевельника,  
то вся земля иссякнет раньше, чем мы дойдем до  
конца счета.

Нет ни одной формы жизни, которую мы не приняли бы с безначальных времен сансары и до сего времени. Наши вожелания приводили бесчисленное число раз к тому, что нас обезглавливали или отрубали нам члены. Если бы мы попытались свалить в одном месте все члены, которые потеряли, будучи муравьями или другими мелкими насекомыми, то получили бы груды выше горы Меру. Если бы не высохли все слезы, которые мы выплакали от холода, голода и жажды, когда у нас не было ни еды, ни одежды, они составили бы океан, больше чем все великие океаны в мире вместе взятые. Даже и количество расплавленной меди, которую нам пришлось проглотить в адских сферах, заняло бы больше места, чем четыре великих океана. И тем не менее существам, прикованным своими желаниями и привязанностями к сансаре и не испытывающими к ней ни малейшего отвращения, еще не раз предстоит проходить в этой бесконечной круговерти через многочисленные страдания.

Даже если бы вследствие благоприятного воздействия наших добродетельных поступков мы обрели долгую жизнь, совершенное тело, богатство и величие Индры или Браммы, то и тогда в конце мы не смогли бы отсрочить свою смерть; а после смерти должны были бы снова испытывать страдания в низших сферах. В течение ряда лет, месяцев или дней у нас, возможно, будет на этот счет ложное представление, поскольку в этой жизни мы располагаем некоторыми незначительными преимуществами - властью, богатством, хорошим здоровьем и тому подобным. Однако же как только будет исчерпан положительный эффект от благих действий, вызвавший эти счастливые обстоятельства, нам придется — хотим мы того или не хотим — испытать бедность и горе или же невыносимые страдания в низших сферах существования. Какой смысл в такого рода счастье? Не похоже ли это на сновидение, которое обрывается при пробуждении в самый счастливый момент?

Те, кто в результате незначительных положительных действий выглядят сегодня счастливыми и благополучными, не смогут удержаться в этом состоянии ни одной секунды после того, как истечет следствие из этих действий. Владыки среди богов, восседающие на тронах из драгоценных камней, покрытых божественными шелками, наслаждаются всеми удовольствиями, приносимыми пятью органами чувств. Но едва лишь срок их жизни истекает, как они в мгновение ока падают головой вниз на обжигающее металлическое дно ада и вновь окунаются в страдание. Даже боги солнца и луны<sup>39</sup>, освещающие все четыре континента, могут впоследствии переродиться на одном из этих

самых континентов и при том в темноте, столь непроницаемой, что они не смогут даже видеть, вытянуты или скрючены их члены.

Так что не доверяйте видимым радостям сансары. Примите решение, что еще в этой жизни вы вырветесь

из этого огромного океана страданий и достигнете подлинного и неувядаемого счастья Буддовости. Обратите эту решимость в свою дхармическую практику, используя при этом три высших метода для ее начала, основной ее части и ее завершения.

## **1. Восемнадцать адских сфер**

### **1.1 ВОСЕМЬ ГОРЯЧИХ АДОВ**

Эти восемь адов лежат один над другим наподобие этажей здания, начиная с Возрождающего ада наверху и кончая Адом беспредельных мучений в самом низу. В каждом из этих адов основание и ограждения состоит из раскаленного докрасна железа - наподобие того, с каким работают кузнецы. Там не нашлось бы ни одного самого малого местечка, где можно было бы безопасно поста-вить ногу: все сплошное пышащее жаром пространство, заполненное слепящим бушующим пламенем.

#### **1.1.1 Возрождающий ад**

Здесь, в силу своих прошлых действий, множество существ, неисчислимо как число снежинок при снегопаде, свалены на пышущие жаром угли, покрываю-щие раска-ленное металлическое основание. Так как действия, приведшие их туда, были мотиви-рованы ненавистью, сходное с причиной следствие заставляет их видеть в других смер-тельных врагов и оттого они яростно сражаются друг с другом. Размахивая неведомым оружием из призрачного арсенала, порожденного их кармой, они побивают друг дру-га до тех пор, пока все до одного не падают замертво. Тогда голос сверху восклицает: ”Восстаньте!”, и все они немедленно воскресают и вновь начинают сражаться. Так они беспрестанно страда-ют, то умирая то вновь возвращаясь к жизни.

Как долго они там живут? Пятьдесят человеческих лет равны одному дню в боже-ственной сфере Четырех Великих Властителей. Тридцать таких дней образуют месяц, а двенадцать месяцев образуют год. Пятьсот таких лет равны одному дню в Возрождаю-щем аду, в котором снова двенадцать месяцев, по тридцать дней в каждом, составляют год. Существа страдают в этом аду в течение пятидесяти таких лет.

#### **1.1.2 Чернолинейный ад**

Здесь приспешники Повелителя смерти Ямы раскладывают свои жертвы, словно головешки, на основании из раскаленного металла и расчерчивают их тела черными линиями — четыре, восемь, шестнадцать, тридцать две и тому подобное,- что является указанием, на сколько частей следует распиливать их горячими пилами. Едва лишь тела расчленены на части, они немедленно вновь соединяются в одно целое; и тогда их опять разрубают; и так снова и снова.

Что касается длительности их пребывания там, то

сто человеческих лет соответствует одному дню в небесной сфере Тридцати Трех богов, а тысяча лет в сфере Тридцати Трех равна одному дню в этом аду. Существа про-водят в этом аду тысячу таких лет.

#### **1.1.3 Свалочно-дробильный ад**

В этом аду в огромные железные чаны, размером с целые долины сваливаются миллионы существ. Приспеш-ники Повелителя смерти Ямы крутят вокруг их голов

огромные, величиной с гору Меру, молоты из раскаленного железа и колотят их этими молотами, забивая визжащие и стонающие в невообразимом ужасе и муках жертвы до смерти. Но едва лишь молоты подняты, как существа возвращаются к жизни, чтобы затем вновь и вновь испытывать все те же муки.

Иногда горы по обеим сторонам долины ошетинываются головами оленей, ланей, баранов, козлов и других животных, убитых жертвами ада в их прошлых жизнях.

Звери бодают друг друга своими извергающими огонь рогами, раздробивая на куски тела бесчисленных жертв этого ада, привлеченных туда силой своих действий. Затем горы расступаются, жертвы оживают, после чего их снова крошат на куски.

Двести человеческих лет равны одному дню богов в Бесконфликтной небесной сфере. Две тысячи лет в этой сфере соответствует одному дню в Свалочно-дробильном аду, а существа живут в этом аду две тысячи лет.

#### **1.1.4 Воющий ад**

Здесь существа страдают от того, что их поджаривают в зданиях из раскаленного докрасна железа, откуда нет никакого выхода. Существа кричат и стонют, полагая, что им никогда из этого не вырваться.

Сто человеческих лет равны одному дню в Краю Радости. Четыре тысячи лет в этой сфере существования равны одному дню в Воющем аду, где жизнь продолжается четыре тысячи лет.

#### **1.1.5 Истошно воющий ад**

Множество вооруженных, устрашающего вида приспешников Повелителя смерти Ямы заталкивают свои бесчисленные жертвы в раскаленные добела здания с двойными стенами. Как внутренние, так и наружные двери задрены расплавленным металлом, и обитатели ада воют в ужасе при мысли, что, даже если бы им удалось пробиться через первую дверь, им все равно никогда не прорваться через вторую.

Восемьсот человеческих лет соответствуют одному дню в Раю Веселой Магии. Восемь тысяч лет там равны одному дню в Истошно воющем аду. Продолжительность жизни его обитателей в этом аду восемь тысяч лет.

#### **1.1.6 Горячий ад**

Здесь бесчисленные существа страдают от того, что их варят в огромных железных чанах - размером с весь космос в биллион миров, - где они кипятятся в расплавленной бронзе. Как только они выплывают на поверхность, рабочие хватают их металлическими крюками и бьют по голове молотами, от чего они иногда теряют сознание. Для них это счастье, ибо это те редкие минуты, когда они не чувствуют боли. В остальное время они непрерывно испытывают ужасные страдания.

Тысяча шестьсот человеческих лет равны одному дню в сфере богов Наслаждение Эманациями Других. Шестнадцать тысяч лет у этих богов соответствуют одному дню в Горячем аду, а существа проводят в этом аду шестнадцать тысяч таких лет.

#### **1.1.7 Сверхгорячий ад**

Существа в этом аду заточены внутри докрасна раскаленных металлических строений, и приспешники Ямы нанизывает каждого через пятки и анальное отверстие на трезубцы из раскаленного железа, так чтобы зубцы проткнули им плечи и темя. В то же время тела их заворачиваются в щиты из раскаленного железа. Какие муки они переносят! Это продолжается полторы кальпы среднего размера - период времени, неисчислимый в терминах человеческих лет.

### 1.1.8 Ад беспредельных мучений

Это огромное здание из светящегося раскаленного металла, окруженное шестнадцатью Соседствующими адами. В нем приспешники Ямы швыряют бесчисленные существа в середину кучи из кусков раскаленного докрасна железа, мерцающего словно тлеющие угли. Они раздувают пламя мехами из тигровых и леопардовых шкур, пока тела жертв и огонь не становятся единым месивом. Страдания жертв ужасны. Только их вопли отчаяния выдают присутствие там человеческих тел. Они непрестанно силятся выскочить оттуда, но этого никогда не происходит. Иногда пламя на мгновение спадает, и жертвы думают, что могут вырваться, но работники бьют их острогами, дубинками, топорами и другими орудиями и подвергают их мукам семи предыдущих адов, как например, вливают каждому в рот расплавленную бронзу.

Продолжительность жизни здесь – целая промежуточная кальпа. Название *Ад беспредельных мучений* показывает, что больших мучений, чем в этом аду, быть не может. В этом аду перерождаются те, кто совершил пять преступлений, требующих немедленно возмездия; а также те практикующие Мантраяну, кто выказывает враждебное отношение к своим наставникам Ваджры.

### 1.1.9 Соседствующие ады

Вокруг *Ада беспредельных мучений*, с каждой из четырех сторон света, находятся яма с раскаленными углями, трясина разлагающихся трупов, долина вздыбленных лезвий и лес деревьев со шпагами вместо листьев – один такой четырехкратный набор с севера, юга, востока и запада, стало быть всего их шестнадцать. В каждом из промежуточных направлений, – то есть на юго-востоке, юго-западе, северо-востоке и северо-западе, – возвышаются холмы с железными деревьями сальмали.

#### *Яма с раскаленными углями.*

Когда существа, очистившиеся от большей части своих действий, следствия из которых привели их в ад *Беспредельных мучений*, из него выскакивают, они видят в отдалении нечто похожее на затененный ров. Они с радостью в него прыгают и погружаются в яму, наполненную раскаленными углями, которые сжигают их плоть и кости.

#### *Трясина разлагающихся трупов.*

Потом они видят реку. В течение целой кальпы их калили в жаровне; поэтому у них такая жажда, что вид воды наполняет их радостью, и они туда бросаются, надеясь утолить жажду. Но, конечно, воды там нет, только лишь трупы – трупы людей, лошадей, собак, которые разлагаются, кишат насекомыми, издают ужасное зловоние. Существа погружаются в эту трясину, уходят в нее с головой, и тогда их пожирают черви с железными клювами.

#### *Долина вздыбленных лезвий*

Когда они выныривают из этой трясины, они приходят в восторг при виде приятной зеленой долины. Но добравшись туда, они обнаруживают, что долина ошетиניתась оружием. Вся земля покрыта тонкими, растущими будто трава, лезвиями из раскаленного металла, которые при каждом шаге вонзаются им в ступни. Как только они поднимают ногу, ступня заживает; но стоит снова опустить ногу, и лезвия опять нещадно ее раздрают.

#### *Лес деревьев со шпагами*

Очутившись опять на свободе, они с радостью замечают красивый лес и устремляются к нему. Но добравшись туда, они обнаруживают чащу деревьев с железными вет-

ками, на которых вместо листьев растут шпаги. Ветер шевелит шпаги и те рассекают тела существ на мелкие куски. Потом тела сами по себе срстаются, а затем опять дробятся на куски, и так снова и снова.

*Холм с железными деревьями сальмали.*

Именно здесь перерождаются монахи и монашенки, нарушившие обет целомудрия, а также те, кто предаются сексуальным излишествам. Следствие из этих действий приводит подобные существа к подножью этого ужасающего холма с железными деревьями сальмали. На вершине холма они видят своих бывших любовников, которые зовут их к себе. Когда, горя желанием соединиться с ними, они взбираются по холму, все листья железных деревьев поворачиваются остриями вниз и рвут их тела. Когда они добираются до вершины, сидящие там вороны, ястребы и им подобные выворачивают у них глаза и высасывают оттуда жир. А затем они снова видят своих друзей, их зовущих - теперь уже с подножья холма. Когда они спускаются, листья поворачиваются остриями вверх и снова вонзаются каждому из них в грудь. Спустившись вниз, они попадают в объятия страшных металлических мужчин и женщин, которые откусывают им головы и грызут их, пока мозги струйками не вытекают из углов их ртов. Вот каким мучениям подвергаются там эти существа.

Обратите внимание на все частности тех страданий, которые испытывают существа в восьми горячих и шестнадцати соседствующих адах, а также на холмах с железными деревьями сальмали. Удалитесь в уединенное место, закройте глаза и представьте себе, что вы поистине находитесь в одном из адов. Когда вы почувствуете такой же ужас и такую же боль, как если бы вы в действительности там были, подумайте таким образом:

«Я чувствую такой невыносимый ужас и такую боль, когда я всего лишь воображаю все эти страдания, не находясь там сам. Необозримое число существ находятся сейчас в этих адах, и все они в прошлых жизнях были моими родителями. Неизвестно, не переродятся ли там, после того как они умрут, мои родители, мои любимые и мои друзья из этой жизни. Перерождение в этих адах является, главным образом, следствием действий, происходящих из ненависти, но я сам скопил неисчислимое количество таких действий как в нынешней, так и в прошлых жизнях. Я, без сомнения, сам рано или поздно получу рождение в этих адах.

В настоящее время я располагаю человеческим волеощением во всей его полноте, со всеми свободами и преимуществами. Я встретил истинного духовного учителя и получил глубокие наставления, которые открывают возможности достичь уровня Будды. Я должен приложить все усилия чтобы практиковаться в соответствии с указаниями: что избавит меня от возможности вновь переродиться в низших сферах существования».

Размышляйте подобным образом о страданиях в адах

Снова и снова с чувством сильного раскаяния признавайтесь в своих прошлых проступках и примите твердое решение никогда, даже с риском для жизни, не совершать действия, приводящие к рождению в адах. С глубочайшим состраданием к тем существам, которые находятся сейчас в низших сферах существования, молитесь о том, чтобы все они могли немедленно вырваться

оттуда. Используйте эти наставления в своей практике, построив ее в соответствии с приемами для ее начала, основной части и завершения.

## 1.2 ВОСЕМЬ ХОЛОДНЫХ АДОВ

Главными элементами ландшафта в этих адах являются снежные горы и ледники с постоянно бушующими там снежными буранами.

Здесь существа полностью обнажены и терзаемы холодом. В *Волдырном аду* от холода на их телах выскакивают волдыри. Во *Взрывно-волдырном аду* эти волдыри прорываются. В *Аду стиснутых зубов* холод такой лютый и непереносимый, что там всегда у всех стиснуты зубы. В *Аду стенаний* жалобы и стенания не прекращаются ни на минуту. В *Аду стонов* у жертв пресекаются голоса и с их губ срываются долгие стоны. В *Аду трещин в форме Utrala* кожа синее и лопается в форме, подобной четырем лепесткам цветка. В *Аду лотосоподобных трещин* кожа облуплива-ется, открывая красное мясо, которое рваскалывается на восемь частей. Наконец, в *Аду огромных лотосоподобных трещин* плоть становится темно-красной и раскалывается сначала на шестнадцать частей, затем на тридцать две части и, наконец, на бесчисленное множество частей. Черви проникают в расколовшуюся плоть и разрушают ее своими железными клювами. Названия этих восьми адов отражают те различные виды страдания, которые испытывают в них существа.

Что касается длительности жизни а этих адах, то представьте себе контейнер, который вмещает две сотни Кошальских мер<sup>40</sup> наполненных зернами сезама. Жизнь в *Волдырном аду* продолжается столько лет, сколько потребуется чтобы опустошить этот контейнер, если вынимать из него по одному зернышку в сто лет.

В других холодных адах продолжительность жизни и интенсивность страданий возрастает в двадцать раз в каждом следующие аду. Таким образом, жизнь во *Взрывно-волдырном аду* в двадцать раз продолжительнее, чем в *Волдырном аду*, а в *Аду стиснутых зубов* еще в двадцать раз продолжительнее, и т.д.

Мысленно примите эти страдания на себя и медитируйте о них так же, как о страданиях в горячих адах. В этой жизни вы не смогли бы простоять и одну минуту раздетыми на зимнем холодном ветру. Как же вы тогда вынесли бы все это, если бы переродились в одной из тех сфер! Как прежде практикуйтесь в Дхарме, используя приемы для ее начала, основной части и завершения.

### 1.3 ПРЕХОДЯЩИЕ АДЫ

Преходящие ады существуют в самых различных местах и страдания, переносимые там, также бывают весьма различными. Существа могут быть зажатыми между скалами или заточенными в камне, замороженными во льду, брошенными в кипящую воду или сожженными в огне. Некоторые, срубая дерево, испытывают такое чувство, будто они дерево, у которого отрубают члены. Некоторые страдают, ассоциируя свои тела с обычными вещами, такими как ступки, веники, кастрюли, двери, столбы, крюки, веревки.

Примерами рассказов о такого рода адах являются повести о рыбе, которую Линдже Репа видел в озере Ямдрок, или о лягушке, которую сиддха Тангтонг Гьялпо обнаружил внутри камня.

Изумрудно-голубое озеро Ютсо Нгонмо, одно из четырех знаменитых озер в Тибете, появилось в Ямроке в тот час, когда там медитировала дакини Еше Цогьял: некий бонпо бросил золотую монету, и она обратилась в озеро. Это озеро такой длины, что потребуется несколько дней чтобы пройти от его начала в Лунг Кангчен до его конца в Земагуру. Однажды, глядя в это озеро, великий сиддх Линдже Репа вдруг заплакал и воскликнул: «Ай, бедняга! Не злоупотребляйте подаяниями! Никогда не злоупотребляйте подаяниями!»<sup>41</sup>

Когда бывшие с ним люди попросили его объяснить, в чем дело, он сказал: «Сознание ламы, который злоупотреблял подаянием, переродилось в преходящем аду в этом озере и претерпевает теперь жестокие страдания».

Они захотели увидеть это своими глазами, и тогда сиддх в мгновение ока чудодейственно осушил озеро, и они увидели огромную рыбину — такого размера, что ее тело



полностью занимало все озеро, в длину и в ширину. Она корчилась в мучительных страданиях, потому что ее тело было сплошь покрыто мелкой живностью, которая поедала ее живьем. Люди, сопровождающие Линдже Репа, спросили его, кому же это выпала на долю такая злая карма; и он ответил, что это был Цангла Танакчен, Лама Черной Лошади из Цанга. Он был ламой, чьи слова обладали огромной силой и способностью приносить благо-словения<sup>42</sup>. Одного его взгляда было достаточно, чтобы исцелить одержимого духами. По этой причине он был глубоко почитаем в четырех провинциях Ю и Цанга. Но когда во время похорон он совершал перенос сознания, он брал за каждое произнесенное им «Р'ет»<sup>43</sup> плату в виде большого количества лошадей или домашнего скота, принадлежавшего покойному.

Однажды сиддх Тангтонг Гьялпо, сидя на огромной скале, проводил йогические упражнения со скрытыми каналами и токами энергии. Скала раскололась надвое и внутри оказалась огромная лягушка. Бесчисленная живность приклеилась к ее телу и ела ее живьем; черный рот ее то открывался, то закрывался, выдавая ее невыносимые страдания. Когда сопровождавшие Тангтонга Гьялпо спросили, по какой причине это произошло, он ответил, что существо, переродившееся в этой форме, было в предыдущем воплощении монахом, приносившим в жертву животных.

Поглядите на сегодняшних лам! Всякий раз, как их покровитель убивает жирную овцу, варит пищевод, почки и другие органы с добавлением крови и мяса и подает это на стол вместе с пышущими жаром ребрами яка, наши ламы покрывают головы полой своей робы и присасываются к внутренностям, словно младенцы к груди матери. А потом они срезают своим ножом кусок мяса и жуют его в свое удовольствие. Когда они кончают с едой и снова обнажают свои потные головы, лица у них красные, а рты лоснятся от жира. Не миновать им, однако, беды в будущей жизни, когда им придется в *Преходящем аду* расплачиваться своими собственными телами за те, что они поедали в этой жизни.

Однажды Палден Чокьонг, главный настоятель монастыря Нгор, расставил вдоль берега множество монахов и велел им не пропустить ничего, что будет проплывать по реке. К вечеру они увидели, что по воде плывет большой деревянный сундук. Они подтащили его к берегу и отнесли Настоятелю, добавив, что они ничего больше не видели. «Значит, это оно и есть, - сказал он, - откройте».

Внутри оказалась большая лягушка, заживо съеденная массой насекомых. Совершив обряд очищения, Настоятель сказал, что эта лягушка была раньше казначеем Держе по имени Погье. Те, кто кажутся сегодня всемогущими, все эти начальники и высокие должностные лица, которые запускают руки в общественную казну, должны призадуматься насчет *Преходящих адов*.

Во времена Будды был один деревенский мясник, который дал обет никогда не убивать животных ночью. Он переродился в *Преходящем аду*. Ночью его жизнь была полна безграничных удовольствий. Он жил в красивом особнячке, четыре привлекательные женщины

подносили ему еду и питье, а также потчевали другими удовольствиями. Днем, однако, стены дома обращались в раскаленный докрасна металл, а женщины - в устрашающих коричневых псов, которые поедали его тело.

Шрона встретил в давнее время одного прелюбодея, который дал клятву воздерживаться от измен в течение дня. Так вот он, в отличие от мясника, испытывал страдания только ночью.

Был когда-то прелестный монастырь, в котором жило до пятисот монахов. Когда около полудня звонил колокол и монахи собирались на трапезу, монастырь превращался в дом из раскаленного металла. Миски монахов для подаяния, чашки и все другое обращалось в оружие, и монахи побивали им друг друга. Но едва лишь проходил час

полуденной еды, как они расходились в разные стороны и снова занимали свои места. Во времена Будды Кашьюпа многие монахи ссорились во время полуденной еды, и это было созревшее возмездие<sup>44</sup> за их поведение.

Эти шесть горячих адов, восемь холодных адов, соседствующие ады и преходящие ады именуются все вместе восемнадцать адских сфер. Запомните число этих сфер, продолжительность жизни в них, характерные для них страдания и причины, которые приводят к перерождению там. Медитируйте с состраданием о тех существах, которые находятся в этих сферах сейчас. Стремитесь к тому, чтобы ни вы сами, ни кто-либо другой никогда более не перерождались в этих сферах.

Если вы удовлетворены тем, что будете просто слушать и ограничитесь интеллектуальным знанием, не обращая его в опыт вашей жизни, вы станете одним из тех черствых и заносчивых буддистов, которых критикуют просветленные и порицают мудрые.

Был некогда монах, чье поведение было образцовым, но гордыня была необъятной. Он пришел к Шангу Ринпоче и тот спросил его, что он знает из Дхармы.

«Я слышал множество наставлений», отвечал монах. «Тогда назови мне восемнадцать адских сфер», сказал Шангу Ринпоче.

« Восемь горячих адов и восемь холодных адов получается шестнадцать...и восемнадцать, если добавить Кармапу в Черной шапке и Кармапу в Красной шапке».

Не из отсутствия уважения связал он одного Кармапу и другого Кармапу с адскими сферами. Он просто забыл названия Преходящие ады и Соседствующие ады, а поскольку оба Кармапы были в то время хорошо известны, он импульсивно включил их в свой перечень. Как можно думать о том, чтобы практиковаться в учении, которое получил, если не удалось запомнить хотя бы слова и термины, в нем упоминавшиеся.

## **2. Голодные духи (преты)**

Существует две разновидности голодных духов: те, что живут коллективно; и те, что перемещаются в пространстве.

### **2.1 ГОЛОДНЫЕ ДУХИ, ЖИВУЩИЕ КОЛЛЕКТИВНО**

Эти голодные духи страдают вследствие препятствий внешнего порядка, препятствий внутреннего порядка и препятствий особого рода.

#### **2.1.1 Голодные духи, страдающие вследствие препятствий внешнего порядка**

Эти голодные духи терзаемы голодом и жаждой. Проходят целые века, прежде чем они услышат хотя бы упоминание о воде. Они непрестанно одержимы мыслью о еде и питье, непрерывно ищут и то и другое, но не находят даже и намека на что-либо в этом роде. Время от времени они видят вдали поток чистой, прозрачной воды. Но их суставы слишком слабы, чтобы нести вес их животов. С огромным трудом, совершенно обессиленные они, наконец, туда добираются; но их страдания лишь усугубляются, когда становится очевидным, что вся вода полностью испарилась, так что им открывается лишь каменистое дно реки.

Иногда они видят издалека фруктовый сад. Они опять же туда направляются; но когда они добираются до места, оказывается, что огромные деревья все зачахли и высохли. Иногда они видят обилие еды, питья и других привлекательных вещей, но, подойдя ближе, обнаруживают, что все это охраняется множеством вооруженных людей, которые отгоняют их и избивают своим оружием, причиняя страшную боль.

Летом даже лунный свет кажется им жарким и обжигает; зимой даже солнечный

свет кажется им ледяным. Эти ощущения - источник ужасных для них мучений.

Однажды, когда Шрона был в земле голодных духов, их алчность была для него столь разрушительна, что у него началась лихорадка и во рту совершенно пересохло. Он набрел на железный замок, у дверей которого стояла устрашающая, похожая на тень фигура с красными глазами.

«Есть ли здесь какая-нибудь вода?»-спросил Шрона.

При этих словах его тесным кольцом окружила толпа голодных духов, выглядевших как обгорелые головешки.

«О ты, великое и совершенное существо,- умоляли они,- дай нам воды!»

«Я сам не нашел воды,- отвечал Шрона. —Я прошу воды у вас».

«Что ты говоришь? - отвечали голодные духи,- Мы родились в этих местах двенадцать лет назад, но до сего дня не слышали даже и упоминания о воде».

### **2.1.2 Голодные духи, страдающие вследствие препятствий внутреннего порядка**

У этих голодных духов рты размером всего лишь с игольное ушко. Даже если бы они выпили всю воду из огромных океанов, то пока она проходила бы вниз сквозь горло, которое у них не толще лошадиного волоса, всю ее испарило бы тепло от их дыхания. И даже если бы им как-нибудь удалось проглотить немного воды, она все равно бы не наполнила их желудки, размером с целую страну. Наконец, даже если бы там оказалось достаточно воды, чтобы наполнить их желудки, ночью она все равно вспыхнула бы пламенем и обожгла им легкие, сердце и все внутренности. Они не могут двигаться, потому что не могут нести свои огромные животы на тонких, словно травинки, конечностях, и это причиняет им ужасные страдания.

### **2.1.3 Голодные духи, страдающие вследствие препятствий особого порядка.**

Эти голодные духи отличаются друг от друга особыми, непохожими на других ощущениями, а также степенью их интенсивности. К примеру, у некоторых из них на теле живет большое количество всякой живности, которая их поедает.

Однажды, путешествуя по стране голодных духов, Шрона подошел к дворцу и увидел там красивую женщину. Она была замечательно сложена и в дорогих украшениях, так что смотреть на нее было одно удовольствие. К каждой ножке ее кресла был привязан голодный дух. Она угостила Шрону едой, но предупредила, чтобы он не давал голодным духам, если они станут просить, даже и самую малость. Когда Шрона начал есть, они стали умолять его дать им что-нибудь. Шрона дал одному из них немного еды, но она превратилась в отбросы; то, что он дал другому, стало куском железа; третий стал есть собственную плоть; а то, что он дал четвертому, обратилось в кровь и гной.

Когда женщина вернулась, она вскричала: «Разве я не говорила тебе, что им нельзя ничего давать? Ты думаешь, у тебя больше сострадания, чем у меня?»

«Какая связь между тобой и этими четырьмя?» — спросил Шрона.

«Вот этот был моим мужем; тот был моим сыном; это была моя невестка; а четвертая была моей служанкой».

«Что же привело их сюда?»

«Народ в Джамбудвипе слишком недоверчив,- отвечала женщина,- ты на за что мне не поверишь».

«Как я могу не проверить тебе, когда я вижу все это собственными глазами?»

И женщина рассказала Шроне свою историю. «Я жила в селении, была женой брамина. Однажды вечером я приготовила вкусную еду, потому что это был особый день. Так случилось, что мимо проходил, совершая свой обход за подаянием, великий и божественный Катьяна. Я верила в него и дала ему в качестве подношения еду. Потом я подумала, что, возможно, мой муж захочет разделить со мной эту заслугу.

«Порадуйся вместе со мной, я подала пожертвование великому и божественному Катьяяне, наследнику Будды», сказала я ему.

Но он пришел в ярость: «Ты еще не подала еду браминам и не выказала уважения своей семье и друзьям. И ты отдаешь первую порцию еды какому-то бритоголовому монаху?! Пусть набивает себе рот отбросами».

Я предложила то же самое моему сыну, и он тоже рассердился. «Пусть твой бритый жует куски железа», закричал он.

В тот вечер мои родители прислали мне вкусную еду, но моя невестка съела ее, оставив мне все самое худшее.

Когда я спросила ее, правда ли, что она съела все лучшее, а мне оставила самые худшие куски, она соврала: «Я лучше буду есть собственную плоть, чем дотронусь до еды, присланной для тебя».

А моя служанка съела еду, которую она должна была отнести моей семье, но сказала, что скорее стала бы пить кровь и гной, чем красть у меня еду.

Я же стала владычицей среди голодных духов, потому что пожелала переродиться там, где увижу, что стало с ними в результате их действий. А иначе я могла бы переродиться в небесной сфере Тридцати Трех, раз я давала подаяния возвышенному существу. Если вы когда-нибудь попадете в наше селение, скажите моей дочери, которая занимается там проституцией, что вы видели ее родителей и получили поручение сказать ей, что ее нынешние действия будут иметь плохие последствия; что так жить неправильно и она должна отказаться от своего неблагого поведения.

Если она не верит мне, скажите ей, что в старом доме ее отца есть четыре железных котелка, наполненных золотом, и там же золотой посох и чаша для омова, какими пользуются монахи. Скажите ей, чтобы она взяла все это, делала время от времени подношения великому и божественному Катьяяне и посвящала свои заслуги нам. Это будет сокращать нашу карму, так что со временем она будет полностью исчерпана».

Однажды, во время своего путешествия, Просветленный Джетари встретил женщину из голодных духов с омерзительным, отталкивающим телом, которая была матерью пятисот детей.

«Двенадцать лет назад мой муж отправился на поиски еды в Бодх-Гайю. Он все еще не вернулся. Может быть, вы идете туда; тогда скажите ему, чтобы он поскорее вернулся, а не то все наши дети умрут от голода».

«Как выглядит твой муж? Все голодные духи выглядят одинаково. Как я узнаю его?»

«Вы его легко узнаете. Он слеп на один глаз, у него большой рот, расплющенный нос и налицо все девять признаков уродства» - сказала прета.

Когда Джетари пришел в Бодх-Гайю, он увидел, как монах из новичков выставил наружу много еды и воду,

служившие подношениями. Едва лишь монах ушел, как целая орда голодных духов бросилась подбирать это добро. Среди них был тот, кого он искал, и он передал ему слова его жены. Голодный дух ответил так:

«Я брожу здесь уже двенадцать лет, но еще ничего не добыл. Кроме одного раза, когда чистый монах высморкал свои сопли, да и то мне досталась самая малость, потому что много нас там было, кто дрался за них».

В драке за сопли, - как добавил Просветленный, пересказывая эту историю, - голодный дух был изрядно покалечен.

Поразмышляйте о всех мучениях, в особенности вследствие голода и жажды, которым подвергаются голодные духи в тех местах, где они перерождаются. Вспомните, как вы страдаете, если хотя бы однажды утром у вас нет еды или питья. Как бы вы себя чувствовали, если бы переродились в таком месте, где в течение многих лет вы не слышали бы даже упоминания о воде?

Главной причиной рождения в облике голодного духа являются скаредность и стремление пресечь щедрость других. И мы не раз поступали подобным образом, так что нам следует теперь делать все, что в наших силах, чтобы избежать перерождения в этих сферах. Истово об этом медитируйте, используя приемы для начала практики, основной ее части и завершения.

## 2.2 ГОЛОДНЫЕ ДУХИ, ПЕРЕМЕЩАЮЩИЕСЯ В ПРОСТРАНСТВЕ

Речь идет о *цен, гьялпо, шиндре, джюнпо, мамо, тхеуранг*<sup>45</sup> и других голодных духов, которые живут в непрестанном ужасе и постоянно преследуемы галлюци-нациями. Они помышляют лишь о злых делах и всегда делают все возможное, чтобы причинить другим вред; так что многие из них сразу же после смерти попадают в еще более низкие сферы существования, то есть в адские сферы. Они, в частности, каждую неделю вновь переживают все страдания своей предыдущей смерти от болезней, ранений, наваждения злых духов и всего прочего. Предел их желаний - свалить свои страдания на других; поэтому, где бы они ни были, они причиняют лишь вред; но и это не приносит им облегчения. Даже когда они с радостью навещают своих бывших друзей или близких, они приносят им лишь болезни, психические расстройствa и другие неожиданные страдания.

Голодные духи проходят через непрерывные мучения. Волшебники силой своей магии зарывают их в землю, сжигают и совершают различные ритуалы, в процессе которых они забрасывают всвозможным воображаемым оружием<sup>46</sup>. Они на целые кальпы замуровывают голодных духов под землей, в полной темноте; сжигают их на жертвенных кострах; обсыпают зернами горчицы, размолотыми камнями и тому подобным. Они раскалывают им головы на сотню частей и расчленяют тела их на тысячу кусков. Страданиям этих голодных духов нет пределов.

Для этих голодных духов, как и для всех других, характерно искаженное восприятие: зимой солнце им кажется холодным; летом их обжигает лунный свет. Некоторые из них принимают обличие уродливых птиц и столь же омерзительных с виду собак или других животных. Одним словом, страдания голодных духов невообразимы.

Как прежде, упражняйтесь в медитации, пользуясь приемами для ее начала, основной части и завершения. Мысленно принимайте страдания этих существ на себя и развивайте в себе любовь и сострадание к ним.

## 03. Животные

Существует две категории животных: те, что живут в глубинах; и те, что разбросаны в разных других местах.

### 3.1 ЖИВОТНЫЕ, ЖИВУЩИЕ В ГЛУБИНАХ

Огромные внешние океаны изобилуют рыбой, репти-лиями, черепахами, моллюсками, червями и другими созданиями, число которых так же необозримо, как число зерен солода на дне пивной бочки. Там существуют змеи и чудовища, столь громадные, что их тела можно было бы обернуть несколько раз вокруг горы Меру. А другие создания в них размером не больше, чем частица пыли или кончик иголки.

Все эти создания испытывают безграничные страдания. Большие проглатывают меньших]. А мелкие забираются во внутренности больших и поедают их живьем. У всех больших животных внутри живет множество мелких, которые питаются их плотью. Некоторые из этих животных были рождены между континентами, куда не проникают лучи солнца, так что они не могут даже видеть, вытянуты или скрючены их конечности. Поскольку

они глупы и невежественны, они не имеют никакого понятия, что следует делать и

чего делать не следует. Они перерождаются в тех местах, где страдания беспредельны.

### 3.2 ЖИВОТНЫЕ, РАЗБРОСАННЫЕ В РАЗЛИЧНЫХ МЕСТАХ

Животные, которые живут в сферах богов и людей, непрерывно страдают от своей глупости и от того, что

их эксплуатируют; а подземные животные (наги)<sup>47</sup> проводят жизнь в мучениях, потому что их мучают гаруды и потоки обжигающего песка. Вдобавок, они глупы, агрессивны и ядовиты.

Те дикие животные, которые разделяют этот мир с людьми, более других живут в постоянном страхе. Они не могут проглотить даже и кусок еды, не будучи настороже. У них множество смертельных врагов, ибо одни животные охотятся на других и всегда существуют охотники, хищные звери и многое другое, что угрожает их жизни. Ястребы убивают мелких птиц, мелкие птицы убивают насекомых, и так далее, постоянно скапливая неблагие действия в этой бесконечной круговерти хищников и их жертв.

Охотники являются несравненными знатоками того, как убивать и мучить животных. Они посягают на их жизнь с помощью всевозможных злонамеренных устройств: сетей, ловушек, капканов, ружей. Некоторых животных убивают ради их рогов, меха, шкур и всего другого, что можно добыть из тела этих животных. Устриц убивают ради жемчуга; слонов — ради их бивней и костей; тигров, леопардов, лисиц и выдр — ради их меха; мускусный рогатый скот — ради мускуса; диких ослов и яков — ради мяса и крови. Это чудовищно, что их убивают ради того самого тела, которое было инструментом их рождения в этом мире.

Что касается животных, одомашненных человеком,

то они так глупы, что, когда к ним приближается палач с ножом в руках, они только смотрят широко раскрытыми глазами и даже не помышляют о том чтобы спастись.

Их доят, нагружают тяжестями, кастрируют; им протыкают ноздри и впрягают их в плуг. Ни одному из них не удается вырваться из этой непрерывной круговерти рабства. На лошадях и яках перевозят тяжести и ездят верхом даже и после того, как их спины уже стали одной сплошной раной. Если они не могут больше двигаться, их стегают кнутом и забрасывают камнями. Их хозяевам даже и в голову не приходит подумать, что они, быть может, больны или доведены до полного изнеможения. Крупный рогатый скот и овец заставляют работать, пока они не издыхают. Когда они становятся слишком старыми, хозяева продают их на убой или забивают их сами. Так или иначе, им не миновать умереть от ножа мясника; естественная смерть им неведома.

Стало быть, животные испытывают непередаваемые муки. Когда вы видите, как жестоко обращаются с животными, поставьте себя на их место и представьте себе, что им приходится выносить. С чувством острого сострадания медитируйте о тех, кто перерождается в облике животного. А если у вас есть свои животные, обращайтесь с ними по-доброму и с любовью. Так как все животные, вплоть до мельчайших насекомых, испытывают чувства удовольствия и страдания и поскольку все они были когда-то нашими родителями, развивайте в себе чувство любви и сострадания к ним, сочетая это дхармическое упражнение с приемами для его начала, основной его части и завершения.

Перерождение в любой из низших сфер влечет за собой всевозможные длительные и мучительные страдания. Существа, рождающиеся в этих сферах, глупы и невежественны; а поскольку им неведомо какое бы то ни было представление о Дхарме, они неизбежно порождают лишь новые причины для перерождения в низших сферах существования. Стало быть, родившись однажды в одной из этих сфер, трудно бывает оттуда вырваться. В нашей нынешней жизни и в предыдущих рождениях мы совершили множество действий, которые, без сомнения, ведут к перерождению в этих сферах. Так

что мы должны с полной искренностью испытывать глубокое сожаление по поводу неблагих поступков, совершенных в прошлом; признаваться в них и выражать решимость отныне избегать подобных действий.

Думайте с глубоким состраданием о существах, живущих в низших мирах, и посвящайте им следствия из всех позитивных действий, которые вы аккумулировали на протяжении трех времен. Молитесь, чтобы они могли вырваться из этих отвратительных мест: «Теперь, когда я познал Дхарму Великой Колесницы и получил возможность вступить на путь, который несет истинное благо как мне самому, так и другим, я буду отважно, презирая все трудности, практиковаться в этом учении и поведу все эти существа из трех низших сфер существования в чистые земли Будды». Породив в себе с помощью этой мысли Боддхичиту, обратитесь к своему учителю и божествам, прося их о помощи: «Да будет мне дано с благословения моего учителя и Трех Драгоценностей достигнуть этой цели!» Посвятите заслуги благу всех существ. Практикуйтесь таким образом, используя упомянутые три высших метода.

Поскольку перерождение в трех низших сферах, естественно, влечет за собой страдание, может сложиться впечатление, что в трех высших сферах царит счастье и благополучие. Но даже и в высших сферах существования счастья нет.

#### **4. Сфера людей**

Люди переносят три основных типа страдания. И также их уделом являются четыре больших источника страдания: рождение, старость, болезнь и смерть. Другие страдания людей – это страх встретиться с ненавистными врагами, страх потерять любимых, страдание от столкновения с нежелательным и страдание от невозможности получить желаемое.

#### **4.1 ТРИ ОСНОВНЫХ ТИПА СТРАДАНИЯ**

##### **4.1.1 Стрaдание вследствие перемен**

Стрaдание вследствие перемен – это то страдание, которое мы испытываем, когда состояние счастья вдруг переходит в страдание. Мы хорошо себя чувствуем, довольны и ублажены сытным обедом, и вдруг все это разрушается сильным спазмом, вызванным паразитами в желудке. Мы счастливы, но тут недруг похищает наше имущество или угоняет домашний скот; или дом сгорает во время пожара; или неожиданно обрушивается болезнь; или мы становимся жертвой вредоносного вейния; или же приходит трагическое сообщение – и мы сразу же окунаемся в страдание.

Ибо, поистине, весь видимый комфорт, счастье и престиж, который можно найти здесь, в сансаре, не имеет ни малейшего намека на устойчивость или стабильность, и, в конечном счете, неминуемо сменится страданием. Поэтому стремитесь осознать тщетность всего этого.

##### **4.1.2 Стрaдание сверх страдания**

Бывает, что прежде чем закончилось одно страдание, наступает другое. Мы заболеваем проказой; потом к тому же покрываемся фурункулами; а затем, в добавление к фурункулам, получаем еще травму. Умирает отец, а вскоре после этого умирает мать. Нас преследуют недруги, да к тому же еще умирает любимый человек; и тому подобное. Где бы в сансаре мы ни родились, мы непрерывно испытываем одно страдание сверх другого и не имеем ни минуты счастья.

##### **4.1.3 Стрaдание, как следствие всего составного<sup>53</sup>**

Некоторые из нас могут полагать, что сейчас все у нас идет хорошо и, по всей види-

мости, мы вовсе не страдаем. На самом деле, мы полностью погружены в то, что составляет причины страдания. Ибо наша еда и одежда, наши дома, украшения и празднования, которые доставляют нам удовольствие, - все это является продуктом вредоносных действий. Поскольку все, что мы делаем, чревато негативными действиями, это может вести лишь к страданию. Возьмем в качестве примера чай и цампа.<sup>48</sup>

В Китае, где выращивают чай, число мелких существ, которых убивают, когда сажают чай, собирают листья и т.п., невозможно даже сосчитать. Затем этот чай на большие расстояния, вплоть до Дартседо, переносят на себе носильщики. Каждый носильщик несет двенадцать пакетов по шесть брикетов в каждом. Он несет этот груз на ремне, надеваемом на лоб. Ремень сдирает кожу до кости, но он продолжает нести свою ношу, даже когда кость уже обнажена. От Дотока и дальше этот груз несут дзо, яки и мулы, у которых от тяжести ломаются спинные хребты, лопаются животы и сдираются лоскуты шкуры. Они невероятно страдают в своем рабстве. Меновая торговля чаем всегда сопряжена с нарушенными обещаниями, обманом и спорами, пока, наконец, чай не переходит в другие руки - обычно в обмен на продукты животноводства, такие как шерсть и ягнячьи шкурки. Что касается шерсти, то летом перед стрижкой ягнят в их шкурках кишат блохи, тики и другие мелкие существа в количестве, равном числу волосков в этих шкурках. Во время стрижки у большинства этих насекомых отрезают головы или конечности, или разрезают их надвое. Те, что не убиты при стрижке, застревают в шерсти и задыхаются. Все это неизбежно ведет к воз-рождению в низших сферах. А что касается ягнячьих шкурок, не забывайте, что новорожденные ягнята имеют все органы чувств и испытывают радость и боль. В ту самую минуту, когда они полны сил и радуются первым мгновениям жизни, их убивают. Возможно, они всего лишь глупые животные, но они тоже не хотят умирать. Они хотят жить и страдают, когда их мучают и лишают жизни. А овцы, чьи детеныши были убиты, являют собой живой образец горя, какое испытывает мать, потерявшая своего единственного ребенка. Таким образом, размышляя о производстве и торговле этими продуктами, мы начинаем понимать, что даже и один глоток чая неизбежно способствует перерождению в низших сферах.

Теперь посмотрим, как обстоит дело с цампой. Прежде чем сеять ячмень надо вспахать землю, что извлекает на поверхность червей и других насекомых, живущих глубоко в земле, и хоронит под землей тех, что живут на поверхности. За быками, впряженными в плуги, всегда следуют вороны и мелкие птицы, которые эту живность беспрестанно склевывают. Когда поля поливаются, все морские животные выплескиваются из воды на землю, а все существа, живущие в сухой земле, погибают в воде. Также неисчислимо число живых существ, погибающих во время сева, сбора урожая и молотбы. Если подумать об этом, то выходит, что, употребляя цампу, мы как бы едим перемолотых насекомых.

Подобным же образом масло, молоко и другие продукты, именуемые «три белых вещества» и «три сладких вещества», которые обычно считают чистыми и не подверженными влиянию негативных действий, вовсе не являются таковыми, ибо их получают, уничтожая боль-шую часть новорожденных яков, телок и ягнят. А тем, кто остается в живых, едва они рождаются и еще до того, как они высасывают первый глоток сладкого материнского молока, на шею накидывают веревку и во время останова держат их привязанными к столбу, а во время пути связанными друг с другом. Таким образом у них отнимают все до последней капли молока, их законную еду и питье, чтобы пустить его на масло и сыр. Отбирая у матерей самое существенное в их теле, - жизненно важное для каждого новорожденного, - мы обрекаем этих животных на полуживое существование. Когда наступает весна, старые матери так ослабевают, что не могут даже встать на ноги. Почти все телята и ягната погибают от голода. Оставшиеся в живых - ходячие скелеты и едва передвигаются, шатаясь от слабости.



Все, что мы считаем сейчас атрибутами счастья: еда, потому что нам надо что-то есть; одежда, потому что нам надо во что-то одеваться; а также другие вещи, кото-рые приходят нам в этой связи на ум, - все это без исключения является плодом неблагих действий. Конеч-ным результатом, вытекающим из этого, могут быть лишь невырази-мые страдания в низших сферах существования. Следовательно, все, что сегодня ка-жется счастьем, на самом деле является страданием от всего составного.

## 4.2 СТРАДАНИЕ ВСЛЕДСТВИЕ РОЖДЕНИЯ, БОЛЕЗНИ, СТАРОСТИ И СМЕР-ТИ

### 4.2.1 Страдание в момент рождения

В этом мире человеческие существа рождаются из чрева матери<sup>54</sup>. Сначала в проме-жуточном состоянии (бардо) сознание существа должно быть введено в слияние спер-мы отца с материнской кровью. Затем оно проходит через мучительные этапы эмбрио-нального развития: же-леподобную круглую фазу, вязкую продолговатую фазу, жест-кую овальную фазу, фазу твердой круглой массы<sup>55</sup>, и так далее. После того как форми-руются конечности, придатки и органы чувств, зародыш, заключенный в темной, зло-вонной и удушливой матке, чувствует себя точно заточенным в тюрьме. Когда мать ест горячую еду, зародыш испытывает такую боль, будто его жгут на костре. Когда она ест холодную еду, это ощущается, будто бросают в ледяную воду; когда она ложится — буд-то погребают под увесистой грудой камней; когда ее желудок полон — будто стискава-ют между двумя скалами; когода она голодна — будто падаешь в пропасть; когда она ходит или садится — будто ветер швыряет в разные стороны.

Когда беременность приближается к концу, энергия кармического существования<sup>56</sup> поворачивает младенца, готового к рождению, головой вниз. Когда ребенок вы-дывли-вается вниз к шейке матки, он испытывает такие страдания, как если бы сильный ги-гант держал его за ноги и бил об стенку. Когда ребенок с силой проталкива-ется сквозь костную тазовую струкуру, это ощущается будто проволакивают сквозь дыру в воло-чильной доске<sup>57</sup>. Если просвет слишком узок, родить ребенка невозможно, и он умира-ет. Впрочем, во время родов и мать и ребенок могут умереть; и даже если они не умира-ют, то испытывают те же страдания, что в процессе смерти.

Вот что говорил по этому поводу Великий Просветленный из Уддияны:

И мать, и ребенок проходят полпути к долине смерти,  
А у матери полностью выворачиваются все суставы, кроме  
челюстей.

Все, что испытывает ребенок, сопряжено с болью. Когда, родившись, он падает на матрас, это ощущается, будто упал в яму, набитую шипами. Когда с его спины стирают накопившуюся там слизь, - ощущается будто живьем сдирают кожу. Когда омывают, - ощущается будто стегают шипами. Когда кладут матери в руки, - ощущается, будто он маленькая птичка, унесенная ястребом. Когда втирают масло в родничок<sup>58</sup>, - ощущает-ся будто связывают и бросают вниз, в яму. Когда кладут в колыбель, - ощущается, будто кладут в грязь. Когда новорожденный страдает от голода, жажды, болезней и тому по-добного, все, что он может делать — это плакать.

В годы после рождения, по мере того как мы зреем и приближаемся к юности, у нас складывается впечатление, что мы растем и взрослем. Но самом деле наша жизнь день ото дня укорачивается, ибо мы приближаемся к смерти. Мы постоянно вовлекаемся в обыденные жизнен-ные начинания, которые следуют одно за другим, точно волны на воде, но ни одно из них не доводится до кнца. Поскольку все эти начинания строятся

на неблагих действиях, естественным следствием из них является перерождение в низших сферах существования и бесконечные страдания.

#### 4.2.2 Страдание вследствие старости

Будучи постоянно заняты этими бессмысленными и вечно незаконченными мирскими делами, мы не замечаем, как к нам подкрадывается страдание, порожденное старостью. Тело все больше и больше хиреет. Мы теперь не в состоянии переваривать еду, которую любим. Зрение теряет остроту, и мы уже не можем отчетливо видеть мелкие и отдаленные предметы. Слух начинает слабеть, и мы теряем способность безошибочно различать звуки и речь. Язык перестает чувствовать вкус еды и питья и неспособен больше правильно артикулировать то, что мы хотим сказать. Постепенно слабеют умственные способности и нас начинает подводить память, так что мы путаем вещи и впадаем в забывчивость. Выпадают зубы и потому мы не можем больше пережевывать твердую пищу; а все, что мы произносим, становится непонятным бормотанием. Тело теряет тепло, и мы теперь замерзаем в легкой одежде. Сила убывает, и мы не можем больше носить тяжелые вещи. Хотя мы все еще испытываем тягу к удовольствиям и развлечениям, но у нас больше нет на это сил. Все каналы и токи энергии дегенерируют, и мы становимся раздражительными и нетерпеливыми. Нас все презирают, и оттого мы впадаем в меланхолию и депрессию. Нарушается равновесие между элементами тела, и это приносит множество болезней и трудностей. Любое движение – скажем, ходить или садиться – требует напряженных усилий и становится почти невыполнимой задачей. Вот что поет Джетсун Мила:

Раз - ты встаешь, будто тянешь кол из земли,  
Два – ты еле передвигаешь ноги, словно крадешься  
к птице;  
Три – ты сидишь как мешок, брошенный на землю;  
Если эти три вещи сошлись воедино, бабуся,  
Ты угрюмая старая женщина и иллюзорное тело  
твое медленно умирает

Раз – снаружи твоя кожа висит в складках;  
Два – изнутри выпирают кости в тех местах,  
где плоть усохла, а кровь отступила;  
Три - ты стала к тому же глуповата, глуховата,  
подслеповата и не в себе;  
Если эти три вещи сошлись воедино, бабуся,  
Ты хмуришься и лицо твое испещряется уродливыми  
морщинами.

Раз –одежда твоя такая нелепая и тяжелая;  
Два –твоя еда и питье такие бесвкусные и холод-  
ные;  
Три – ты сидишь на подстилке, подоткнутой  
с четырех сторон. шкурами;  
Если эти три вещи сошлись воедино, бабуся,  
Ты точно йог не от мира сего, каких попирают  
люди, и даже собаки.

В старом возрасте мы не можем встать без затруднения, сразу. Приходится упи-

раться обеими ладонями в пол, будто стараемся вытянуть кол из ссохшейся земли. Когда ходим, мы наклоняем вперед верхнюю часть туловища и не можем держать голову прямо; а так как нам трудно быстро переставлять ноги, мы двигаемся точно на ощупь, будто ребенок, который осторожно подбирается к птичке. Все суставы у нас на руках и на ногах так поражены артритом, что мы не можем плавно садиться. Мы плюхаемся сразу весом всего тела, словно куль из рогожи, если вдруг обрубил державшую его веревку.

Так как мускулов становится все меньше, кожа жухнет, а тело и лицо испещряют морщины. От того, что мускулы усыхают и от них отливает кровь, все суставы и другие выступающие под кожей костные формы еще больше обостряются. Память слабеет и потому стано-вимся туповатыми, глуховатыми и подслеповатыми.

Мы утрачиваем ясность мысли и страдаем от головокруже-ний. Когда тело утрачи-вает силу и бодрость, нет боль-ше смысла прихорашиваться, и оттого одежда, которую мы носим, становится неприглядной и топорной. Мы

доедаем старую еду и не чувствуем вкуса; все, что мы едим, холодное и пресное. Тело ощущается таким тяже-ловесным, что каждое действие становится неспособно. Ночью мы подтыкаем под себя одеяло со всех четырех сторон, а потом нам не встать. Наша физическая деграда-ция вгоняет нас в депрессию и приносит непереносимые страдания. На лице ничего не осталось от былой красоты и былых красок; кожа покры-лась морщинами, а лоб исполосовали уродливые линии – следы плохого настрое-ния. Все относятся к нам с пренебрежением, а мы не можем подняться с места, даже когда нам чуть не настпуют на голову. Мы больше ни на что не реагируем, точно не от мира сего йоги, которые не делают различия между чистым и нечистым<sup>5 9</sup>. Не будучи больше в состоянии переносить страдания старости, мы призываем смерть; однако же, чем бли-же мы подходим к смерти, тем больше ужаса испытываем от предстоящей с ней встре-чи.

Все это делает страдания, которые нам приходится переносить в старости, очень сходными с муками, пре-терпеваемыми в низших сферах существования.

#### **4.2.3 Страдания вследствие болезни**

Когда нарушается равновеесие мужду четырьмя элементами, из которых состоит наше тело, нас поражают различного рода заболевания.- болезни «ветра» (lung), желчи, мокроты и т.п. При первых же мучительных приступах болезни даже и те из нас, кто молод и бодр, брызжет здоровьем и находится в полном расцвете сил, валится с ног, словно птица, подбитая камнем. Силы улетучиваются. Мы увязаем в своей постели, и каждое, самое незначительное движение становится целым собы-тием. Даже ответить, когда спрашивают, как мы себя чувствуем, требует усилия: кажется, что голос забрался куда-то глубоко внутрь и его оттуда трудно извлечь. Мы поворачиваемся то на правый бок, то на левый, то на спину, то на живот, но ни одно из положений не приносит об-легчения. Мы теряем аппетит, не хотим ни есть ни пить и не можем спать ночью. Дни кажутся нескончаемыми, а ночи бесконечными. Приходится мириться со всякими ма-лоприятными процедурами вроде катетеризации и кро-вопускания, а также принимать горькие, горячие и кис-лые лекарства. Нас ужасает мысль, что эта болезнь может вдруг закончиться смеротью. Под влиянием болезни и по причине собственной нестабиль-ности, мы можем потерять контроль над своим сознанием; и тогда к нашему обычному искаженному восприятию добавятся еще галлюцинации. Бывает, что больные даже лишают себя жизни. Больных, страдающих проказой и эпилепсией, все бросают на про-извол судьбы; и они являют собой живых мертвецов.

Обычно больные люди не могут сами за собой уха-живать. Болезнь делает их вспль-чивыми и постоянно недовольными тем, что другие для них делают. Они ста-новятся

все более капризными и пероеборливыми. А если их болезнь становится затяжной, людям надоедает прис-матривать за ними и все отказываются им помогать. Тяготы, причиняемые болезнью, - это непрестанное мучение.

#### 4.2.4 Страдание в момент смерти

Когда приближается смерть, мы валимся в постель и подняться уже нет сил. Больше не привлекает вид еды и питья. Угнетает мучительное ощущение надвигающейся смерти, отчего улечувачивается вся отвага и самоуверен-ность. Одолевают предчувствия и зрительные образы того, что ожидает. Пришло время для великого пересе-ления. Вокруг собрались родственники и друзья, но они ничего не могут сделать, чтобы отсро-чить наш уход. Пройти через все страдания смерти надлежит самому, в одиночестве. Даже если имеются несметные богатства, ничего из этого нельзя взять с собой. Бросать все это невыносимо, но и удержать ничего невозможно. Одолевают угрызения совести при воспоминании о всех совершенных неблагих действиях. Впадаешь в панику при мысли о страданиях в низших сферах. И вот смерть уже здесь. Леденеешь от ужаса. Все присущие жизни ощущения покидают, и тело начинает медленно холодеть.

Когда умирает вершитель злых дел, он вцепляется руками в грудь, оставляя на коже следы от ногтей. Вспоминая свои злые деяния, он страшится, что может возродиться в одной из низших сфер существования. Его терзают угрызения совести оттого, что он не практиковался в Дхарме, когда имел такую возможность, ибо это то единственное, что моожет помочь в момент смерти. Осознание этого приносит ему нестерпимые муки. Вот почему, умирая, он хватается за грудь, осталяя следы от ногтей.

Как сказано:

Посмртри, как умирает вершитель зла;  
Он учитель, показывающий нам следствия из наших  
действий

Еще до того, как он умирает, к нему подступают низшие сферы существования. То, что он воспринимает, становится угрожающим. Все его ощущения приносят ему страдания. Тело его разлагается на составные эле-менты, дыхание становится хриплым, а конечности ватны-ми,. У него появляются галлюцинации. Глаза его закаты-ваются, и как только он пересекает границу жизни, навстречу ему выходит Смерть. Появляются призраки промежуточного состояния (бардо), но у него нет ни защитника, ни убежища.

Нет совершенно никакой гарантии, что тот час, когда нам предстоит уйти из этого мира, не наступит сегодня. Когда это случится, единственное, что, поистине, будет в помощь – это Дхарма. Другого убежища нет. Как говорится:

Еще во чреве матери обрати свое сознание к  
Дхарме,  
А едва родившись, помни о Дхарме до самой смерти.

Поскольку смерть приходит столь неожиданно, - и к молодым, и к старым, - следует упражняться в Дхарме с минуты рождения. Только Дхарма может помочь в смертный час. Но до нынешнего времени мы забывали о смерти, ибо были слишком заняты, одолевая врагов, покровительствуя ближним, оберегая свои дома и собственность, проводя время с семьей и друзьями. Но если подумать, растрчивать ради друзей и любимых свое время таким образом, - уйдя с головой в привязанности, неведение и ненависть, - это огромная ошибка.

## 4.3 ДРУГИЕ Е СТРАДАНИЯ ЛЮДЕЙ

### 4.3.1 Страх встретиться с ненавистными врагами

Мы можем быть постоянно озабочены своим богатством и собственностью, можем сторожить его денно и ночно. Но даже и это не оградит нас от неизбежной необходимости разделить все это, в конечном итоге, со своими недругами. На нас могут без всякого предупреждения днем наброситься бандиты, а ночью воры или же дикие собаки, волки и другие свирепые звери. Чем больше у нас богатства и собственности, тем, очевидно, больше беспокойства приносит его приобретение, сохранение и стремление его увеличивать. Как пишет Нагарджуна:

Накопление богатства, охрана его и увеличение  
изнурят тебя вконец.

Пойми, что богатство это нескончаемый источник  
разрушения и гибели.

А Джэтсун Миларепа говорит:

В начале богатство делает тебя счастливым и  
объектом зависти,

Но сколько бы у тебя ни было, все кажется мало.

Затем попадаешь под власть скардности:

Тратить на подношения и подаяния становится  
непереносимым.

Твое богатство привлекает врагов и злые силы,

И все, что накопил, переходит к другим.

В конце богатство — это демон, подвергающий  
твою жизнь опасности.

Какая досада - охранять богатство для  
врагов своих!

Я сбросил с себя это бремя, которое тянет назад, в сансару.

Не желаю больше иметь дело с этим дьявольским соблазном.

Наши страдания находятся в прямой зависимости от размера нашей собственности. Если, к примеру, у тебя есть лошадь, ты тревожишься, как бы ее не увел твой недруг и не украл вор; а также, чтобы у нее было достаточно сена, и пр. Уже одна лошадь приносит немало беспокойства. Если у тебя есть овца, твои беспокойства будут в соответствии с этой одной овцой. Если у тебя есть мешок чая<sup>49</sup>, твои беспокойства будут соответствовать этому количеству чая.

Поэтому размышляй и медитируй о том, как важно жить в мире, следуя старой поговорке: «без богатства нет и недругов». Вдохновляйся рассказами о Буддах прошлого и искореняй в себе всякую привязанность к деньгам и собственности. Живи как птицы тем, что найдешь, и полностью посвяти себя дхармической практике.

### 4.3.2 Страх потерять любимых

Мы все, живущие в мире сансары, испытываем привязанность к тем людям, с которыми мы себя идентифицируем, и враждебность ко всем остальным. Мы готовы принять на себя всевозможные страдания ради наших семей, последователей, соотечественников, друзей и любимых. Однако никто из тех, с кем нас связывают узы родства

и дружбы, не будут жить вечно и мы неизбежно, рано или поздно, будем с ними разлучены. Они могут умереть или перебраться в другие страны; или им могут грозить недруги и всякие другие опасности; а страдания, через которые они проходят, оказывают на нас большее воздействие, чем наши собственные. Особенно заботятся о своих детях родители: они постоянно беспокоятся, что дети могут простудиться, или что они голодны и испытывают жажду, или что они могут заболеть и умереть. В сущности, они так любят своих детей, что предпочли бы умереть сами, только бы избавить их от страданий; и ради них они выносят немалые муки.

Мы очень страдаем от страха, что будем разлучены с нашими столь любимыми друзьями и родственниками. А ведь присмотревшись к ним внимательнее, мы могли бы заметить, что, в сущности, непонятно, почему именно этих людей мы считаем такими нам близкими. Наши родители, к примеру, заявляют, что они нас любят; одна-ко же их любовь к нам ведет в ложном направлении и, в конечном счете, является вредоносной. Стремясь дать нам богатство и владения или понудить нас завести семью, они, тем самым, крепче привязывают нас к сансаре. Они учат нас всему, что следует знать, чтобы одерживать верх над противниками, чтобы проявлять заботу о своих друзьях, чтобы разбогатеть, а также всяким другим вредоносным действиям, которые безусловно приведут нас к необратимому заточению в низших сферах существования. Они не могли бы сделать для нас ничего худшего!

Что касается наших детей — как сыновей, так и дочерей — то в начале они высасывают из наших тел

самую сущность; в середине они вынимают еду прямо изо рта у нас; в конце они отнимают у нас наше достояние. А в обмен на нашу любовь, они восстают против нас.

Сыновьям мы отдаем - невзирая на страдания, критику и неблагоприятные действия, через которые нам пришлось ради этого пройти, - все свое богатство, скопленное в течение жизни; но они отнюдь не благодарны нам. Если бы мы им подарили целую меру китайского серебра, они и тогда были бы нам меньше признательны чем всякий другой человек, подари мы ему пригоршню чайных листьев. Они считают - все, что принадлежит родителям, автоматически является их достоянием.

Наши сестры и дочери точно так же проглатывают наши состояния без всякой благодарности. Чем больше мы им даем, тем больше они требуют. Если у нас нет ничего, кроме счетчика на четках из поддельной бирузы, они и это у нас выманят. В лучшем случае, они хотя бы помогают другим людям, но нам они не дают ничего. А когда дела принимают дурной оборот, они возвращаются домой, принося своим семьям бесчестие и печаль.<sup>50</sup>

Другие наши родственники и друзья почитают нас за богов — при условии, что мы процветаем и счастливы, и дела у нас идут превосходно. Они делают все, чтобы нам помочь и дарят множество ненужных вещей. Но стоит нам попасть в затруднительное положение, и, хотя мы не причинили им никакого вреда, они обращаются с нами как с врагами и платят нам злобой за всю нашу доброту.

Все это показывает, что в сыновьях, дочерях, семьях и друзьях нет ничего достойного. Как Джэетсун Миларепа пел в своих песнях:

В начале твой сын — очаровательный божок;  
И ты любишь его без памяти.  
В середине он яростно требует своего;  
Ты отдаешь ему все, но он все равно недоволен.  
Он приводит в дом чужую дочь  
И вытесняет своих добрых родителей.  
Когда отец зовет его, он не удостоивает его ответом.

Когда мать зовет его, он будто и не слышит.  
В конце он ведет себя как мало знакомый сосед.  
А вы надрыгаетесь, вскармливая эдакого негодяя.  
Какая тоска - породить собственного врага!  
Я отбросил ту упряжь, которая привязывает  
нас к сансаре.  
Мне не нужны эти суетные сыновья.

И дальше он продолжает:

В начале дочь светится улыбкой как маленькая  
богиня,  
И повелительно завладевает всем лучшим, что у  
тебя есть.  
В середине она беспрестанно требует своего.  
Она открыто выпрашивает вещи у отца,  
И тайком крадет их у матери.  
Она вечно недовольна тем, что получает,  
Что повергает ее добрых родителей в отчаяние.  
В конце она краснорожая людоедка:  
В лучшем случае, она находка для кого-то другого;  
В худшем, она навлечет бедствие на всю семью.  
Какая тоска – иметь дело с таким всепожирающим  
чудовищем.  
Я отбросил эту неизлечимую печаль;  
Мне ненужна дочь, которая влечет меня к гибели.

И в заключение он поет:

В начале друзья встречают тебя радостно, с  
улыбками  
И по всей долине разносится «Прошу входите» и  
«Садитесь».  
В середине они отвечают на твое гостеприимство  
вином и пивом, -  
Один к одному, точно баш за баш.  
В конце они затевают ссору, и все по причине  
ненависти или привязанности.  
Как огорчительно иметь дело с такими злыми  
друзьями и всеми их ссорами!  
Я отказался от моих былых сотрапезников.  
Мне не нужны больше эти суетные друзья.

#### **4.3.3 Страдание от невозможности получить желаемое**

Решительно каждый из живущих в этом мире желает  
быть счастливым и довольным; и однако же никто не получает желаемого. К при-  
меру, некое семейство строит дом, чтобы благоустроить свою жизнь; но дом обрушива-  
ется и все они погибают. Или человек ест, чтобы утолить голод, но эта еда вызывает у  
него боли и даже становит-ся угрозой для его жизни. Или солдаты идут в битву, надеясь

одержать победу, и тут же все погибают. Или группа торговцев отправляется сбывать свой товар, рассчитывая на большую прибыль; но их обворовывают и они впадают в нищету. Сколько бы усилий и энергии мы ни прилагали, рассчитывая добиться в этой жизни богатства и счастья, но если наши прошлые действия не создали соответствующей предпосылки, мы не сможем утолить даже свой сегодняшний голод. Мы лишь будем создавать новые сложности и себе самим, и другим. Единственным и несомненным результатом будет то, что мы не сможем вырваться из недр низших сфер существования. Вот почему даже минимальная заслуга стоит больше, чем море усилий.

Какой смысл в дятельности в сансаре, которой никогда не бывает конца? Все усилия, которые мы с безначальных времен прилагали в сансаре, пытаясь получить желаемое, привело нас лишь к страданию. Если бы мы посвятили Дхарме всю ту энергию, которую мы в течение всего лишь шести месяцев нашей жизни - в молодые либо в зрелые годы - потратили на достижение мирских целей, мы к настоящему времени были бы уже Буддами. Или, по крайней мере, безусловно никогда больше бы не подвергались страданиям в низших сферах.

Мы должны медитировать таким образом: «Теперь, когда мы знаем различие между тем, что следует делать и чего делать не следует, мы не должны больше возлагать надежды и чаяния на всевозможные начинания в сансаре, которые никогда ни к чему не ведут. Нам следует, напротив, практиковаться в истинной Дхарме, которая безусловно ведет к свершениям».

#### **4.3.4 Страдание от столкновения с нежелательным**

Никто из нас в этом мире не желает проходить через описанные выше страдания, и тем не менее, вольно или невольно, мы постоянно их испытываем. К примеру, есть люди, которые в силу своих прошлых действий попадают в подчинение к какому-либо правителю или становятся рабами некоего богатея. Против своего желания они полностью подчинены воле своих хозяев и не имеют ни минуты свободы. Их, бывает, за малейшие провинности жестоко наказывают, но они бессильны это изменить. И если бы сейчас их повели на казнь, они бы знали наперед, что спасения нет.

Мы всегда встречаемся с тем, чего не желаем.

Как говорит Великий Посвященный<sup>51</sup> :

Ты хотел бы оставаться с семьей и любимыми  
Навсегда; но ты , несомненно, расстанешься с ними.

Ты хотел бы сохранить свой прекрасный дом  
Навсегда; но ты, несомненно, его покинешь.

Ты хотел бы иметь счастье, богатство и комфорт  
Навсегда; но ты , несомненно, все это потеряешь.

Ты хотел бы сохранить свою прекрасную человеческую жизнь с ее свободами и преимуществами  
Навсегда; но ты, несомненно, умрешь.

Ты хотел бы изучать Дхарму со своим замечательным учителем

Всегда; но ты, несомненно, расстанешься с ним.

Ты хотел бы быть со своими духовными друзьями  
Всегда; но ты, несомненно, будешь с ними разлучен.

О, друзья мои, кто глубоко разочарован в сансаре,  
Я бедняк, не ведающий Дхарму<sup>52</sup> , умоляю вас:



Вооружитесь отныне решимостью, ибо пришло  
время  
Отправиться в землю великого блаженства, где  
нет расставаний.

Богатство, владения, здоровье, счастье и известность — все это следствия прошлых благих действий. Если вы в прошлом накопили благие действия, все это- хотите вы того или нет, - придет к вам в результате естественным образом. Но без этих благих действий никакие усилия не помогут вам получить то, чего вы желаете. Вы будете меньше всего получать желаемое. Поэтому, упражняясь в Дхарме, полагайтесь на неисчерпаемо богатое чувство удовлетворения тем, что вы получаете. В противном случае, едва лишь вы начнете практиковаться, как ваши честолюбивые мирские устремления несомненно породят у вас беспокойство, а у святых существ неудовольствие. Джетсун Миларепа поет:

Победитель, господин среди людей, учил нас  
более всего,  
Как избавиться от восьми обыденных забот.  
Но разве в наши дни у тех, кто почитают себя  
просвещенными,  
Не стало еще больше обыденных забот, чем прежде?

Победитель учил нас следовать правилам дисциплины,  
Дабы суметь отстраниться от мирских дел.  
Но разве у нынешних монахов, живущих по этим  
правилам,  
Не стало еще больше мирских дел, чем прежде?

Он учил нас жить, как жили риши в старые времена, Дабы суметь обрубить связи с друзьями и родными.

Но разве те, кто в наши дни живут как риши,  
Не более, чем прежде, озабочены тем, как люди  
смотрят на них?

Одним словом, если практиковаться, не помня о  
смерти,  
То никакая Дхарма не принесет пользу...

В эти ущербные времена люди, живущие на всех четырех континентах и в особенности здесь, в Джам-будвипе, лишены даже самой малейшей возможности испытывать счастье. Их жизнь полна страдания. В наши дни процесс деградации ускоряется с каждым годом, с каждым месяцем, с каждым днем, даже от утра до вечера, от завтрака до обеда. Кальпа становится все более ущербной. Учение Будды и счастье существ все более оскудевают. Думайте об этом и культивируйте в себе чувство неудовлетворенности.

К тому же континент Джамбудвипа оказывает особое воздействие на следствия действий<sup>60</sup>, что делает все происходящее, - благое и неблагое, привлекательное и непривлекательное, высокое и низкое, дхармическое и недхармическое — крайне непредсказуемым. Приглядитесь сами к тому, как, в сущности, обстоят дела, и у вас сложится отчетливое представление о том, что делать следует и чего следует избегать. Воспользуй-

тесью советом Всевидящего Лонгченпы:

Иногда смотри на то, что воспринимаешь, как  
на нечто благоприятное;  
Если знаешь, что это всего лишь восприятие,  
твои ощущения могут оказаться полезными<sup>6 1</sup>  
Иногда смотри на то, что воспринимаешь, как  
на нечто враждебное и вредоносное;  
Очень важно прийти в ужас от своего искаженного  
видения вещей.  
Иногда смотри на своих друзей и на духовных  
учителей других;  
Различение благого и неблагого вдохновит тебя  
на упражнения в Дхарме<sup>6 2</sup>  
Иногда смотри на чудодейственные проявления четы-  
рех стихий в пространстве;  
И ты увидишь, что истинная природа сознания лежит  
за пределами всякого усилия<sup>6 3</sup>.  
Иногда смотри на свой край, свой дом и владения;  
Зная, что они иллюзорны, ты почувствуешь отвраще-  
ние к своему искаженному их восприятию.  
Иногда смотри на богатство и владения других;  
Видя их как нечто жалкое, ты отбросишь все  
честолюбивые устремления в сансаре.  
Одним словом, рассматривая природу всего, что  
воспринимаешь,  
Поймешь, что цепляние за все  
это, как за нечто  
реальное, это самообман.

## 5. Асуры

По удовольствиям и изобилию, которыми наслаждаются асуры, их удел может сравниться с уделом богов. Однако они принесли из прошлых жизней сильную склонность к зависти, ссорам и стычкам. Следствие из этих негативных действий в прошлых жизнях проявляется в том, что, едва приняв свое нынешнее обличье, они начинают испытывать сильное чувство зависти.

Даже в их собственных владениях существуют конфликты между территориями и провинциями, так что они проводят все свое время в распрях и ссорах между собой.

Еще хуже то, что, глядя вверх в сферу богов, асуры видят, что боги располагают величайшими богатствами и владениями. Асуры также видят, что древо исполнения желаний, корни которого растут в их землях, доставляет богам все, что им потребуется или что они пожелают. Это вызывает у них невыносимое чувство возмущения. Надев доспехи и схватив оружие, они идут на богов войной. Едва лишь боги замечают происходящее, они перемещаются в Лес Агрессии<sup>6 4</sup> и в свою очередь надевают доспехи и берутся за оружие. Боги имеют в своем распоряжении слона о тридцати трех головах, именного Высшая Надежность. Их король Индра едет верхом на центральной голове, а вокруг него на остальных тридцати двух головах едут его министры. Их окружают необозримые, ослепляюще великолепные божественные легионы, исторгающие мощные воинственные клики. Как только начинается битва, они обрушиваются на противника

град снарядов - ваджры, колеса, копья, гигантские стрелы и т.п. Пользуясь своей магической силой, они вырывают огромные горы и швыряют их вниз как метательные снаряды. В силу своих прошлых действий боги в семь раз выше людей; асуры, однако, не такого высокого роста. Бога можно убить, лишь отрубив ему голову; все другие раны немедленно заживают с помощью их божественной амброзии. Но полубоги, так же как люди, умирают, если поражен какой-либо жизненно важный орган. Поэтому они неизбежно проигрывают все битвы. Когда же среди прочих стратегических средств боги выпускают остервеневшего от спиртного слона по имени Всезащитник с его колесом шпага на хоботе, тут уж сотни тысяч полубогов падают замертво. Их тела скатываются по склонам горы Меру и падают в Великие Изобильные Озера под горой, щедро окрашивая его воды кровью.

В сфере асуров с их постоянными стычками и ссорами нет избавления от страдания. Искренне медитируйте об их участи.

## **6. Боги**

Боги наслаждаются отличным здоровьем, комфортом, богатством и счастьем на протяжении всей своей жизни.

Однако, жизнь их проходит в развлечениях, и мысль о том чтобы практиковаться в Дхарме никогда не приходит им в голову. В течение всей своей жизни, которая может длиться максимум целую кальпу, боги даже и на секунду не задумываются о такой возможности. А затем, растратив попусту свою жизнь в развлечениях, они вдруг оказываются перед лицом смерти. Все боги из шести небесных сфер в Мире Желаний, начиная со сферы Четырех Небесных Правителей и вплоть до сферы, именуемой Наслаждение Эманациями Других, должны претерпеть страдания смерти и переселения в другие сферы.

Существует пять знаков, предвещающих смерть бога. Врожденное свечение его тела, которое обычно можно наблюдать на расстоянии целой лиги или нескольких миль, тускнеет. Трон, на котором он раньше никогда не уставал восседать, теперь не радует и кажется неудобным. Его гирлянды цветов, которые раньше никогда не увядали, теперь вянут. Его одежды, которые, сколько бы он их ни носил, оставались чистыми и свежими, теперь выглядят поношенными, грязными и дурно пахнут. Его тело, которое до этого никогда не покрывалось испариной, теперь потеет. Появление этих пяти знаков приближающейся смерти причиняет богу страдание, ибо он знает, что умирает. Его божественные спутники и возлюбленные также понимают, что он недалек от смерти. Они больше не могут подходить к нему, но бросают ему из отдаления цветы и выражают свои добрые пожелания: «Когда ты умрешь и перейдешь в другие сферы, пусть тебе будет дано родиться среди людей. Пусть тебе будет дано совершать благие дела и снова возродиться среди богов». Затем его покидают.

Оставшись в полном одиночестве, умирающий бог погружается в печаль. Своим божественным взором он видит, где он должен будет переродиться. Если это сфера страданий, он уже теперь, до завершения переселения предвкушает мучения от своего падения. Терзаемый этой тоской, которая затем удваивается и далее становится втрое интенсивнее, бог все более впадает в отчаяние, а ему еще предстоит провести в этом состоянии семь плачевных дней. Семь дней среди богов в Небесной сфере Тридцати трех это семьсот человеческих лет. В это время он вспоминает все то благополучие и счастье, которыми он тут наслаждался; но не в его власти здесь остаться, и он страдает от того, что должен переселяться. К тому же он уже терзаем видением своего будущего месторождения и страдает от своего падения. Душевные терзания вследствие этого двойного страдания мучительнее, чем страдания в аду.

В двух высших божественных сферах<sup>65</sup> не существует очевидного страдания от смерти и перемещения вниз. Однако, едва лишь следствие из тех действий, которые привели богов в небесные сферы, исчерпано, они падают в низшие сферы - точно просыпаются ото сна. Таково их страдание. Вот что писал об этом Великий Нагарджуна:

Даже Брама, после того как он обрел счастье,  
очищенное от привязанности,  
Должен будет в свою очередь претерпеть бесконечные страдания,  
Став горючим в жаровнях Ада Высших Мучений.

Стало быть, в какой бы из шести сфер существования мы ни родились, всё имеет природу страдания, всё умножает страдание, всё является механизмом страдания и ничто не существует вне страдания. Это как огненная яма, как остров убийцы-людоедки, как океанская бездна, как острие ножа или как выгребная яма. Вы не найдете нигде ни минуты покоя, ни секунды счастья. Как говорится в *Сутре привлечения внимания*:

Существа страдают в аду от адского огня,  
Голодные духи страдают от голода и жажды,  
Животные страдают, оттого что пожирают друг друга,  
Люди страдают, оттого что жизнь коротка,  
Полубоги страдают из-за войн и ссор,  
А боги страдают из-за собственной беспечности.  
Нигде в сансаре нет ни крупицы счастья.

Великий Майтрейя говорит:  
Как нет приятных запахов в выгребной яме,  
Так и нет счастья в пяти классах существ<sup>66</sup>.

А Великий Учитель из Уддияны говорит:

Как сказано, в этой сансаре  
Не найти счастья и с булавочную головку.  
А если кому и доведется найти хоть крупицу его,  
Оно будет чревато страданием от перемен.

Чем больше вы размышляете над этими и другими им подобными пассажами, тем больше вы начинаете осознавать, что, в какой бы сфере вы не переродились, - начиная с вершин существования и вплоть до самых глубин ада, - вы нигде не найдете и проблесков счастья или благополучия. Сансара лишена малейшего смысла. Думайте о сансаре и ее страданиях до тех пор, пока у вас совершенно не пропадет всякий к ней интерес - как у человека с больной печенью, потерявшего всякий интерес к жирной пище.

Не ограничивайтесь лишь знанием об этих мучениях и интеллектуальным пониманием того, что происходит.

Сначала представьте себе мысленно, что вы сами проходите через эти мучения, а затем употребите все свое воображение, чтобы почувствовать их и жить с ними, пока вы поистине не убедитесь в их реальности. Вооружившись такой степенью достоверности, избегайте неблагих действий и тогда радость от благих действий придет к вам сама собой, без всякого усилия с вашей стороны.

Нанда, кузен Великого Будды, был очень привязан к своей жене и потому не желал отречься от мира. Хотя Благословенный Будда использовал умелые средства, чтобы убедить его вступить на путь Дхармы и стать монахом, но Нанда не принял эти наставления во внимание. Он было хотел скрыться, но тогда Будда чудодейственно перенес его на вершину снежной горы и показал ему одноглазую самку обезьяны.

«Кто, по-твоему, красивее, - спросил Будда Нанду, - эта обезьяна или твоя жена Пундарики?»

«Моя жена, - отвечал Нанда, - в сто, в тысячу раз красивее».

«Хорошо, - сказал Будда, - теперь отправимся к богам».

Когда они прибыли, Будда сел и сказал Нанде, чтобы

он пошел и поглядел вокруг. Каждый бог жил в своем собственном дворце, в окружении множества юных богинь, и наслаждался немислимыми удовольствиями, счастьем и изобилием. Там был, однако, один дворец, где было множество богинь, но не было бога. Нанда спросил, почему так, и услышал ответ: «В мире людей есть человек по имени Нанда, кузен Будды, который соблюдает монастырскую дисциплину. Поэтому он переродится среди богов, и тогда этот дворец будет принадлежать ему».

Нанда был вне себя от радости. Он вернулся к Будде, и тот спросил его: «Ты видел сферу богов?»

«Да, конечно!»

«Так кто, по-твоему, красивее, твоя жена или богини?!»

«Дочери богов гораздо красивее, - отвечал Нанда, -

По правде, они настолько же красивее Пундарики, насколько она красивее одноглазой обезьяны, которую я видел давеча».

Когда они вернулись на землю, Нанда стал безукоризненно соблюдать монастырскую дисциплину.

Затем Будда обратился к монахам: «Нанда отрекся от мирской жизни для того, чтобы переродиться в сфере богов, - сказал он, - но вы все стали монахами, чтобы выйти за пределы страдания. Стало быть, его путь — это не ваш путь. Не разговаривайте с ним больше. Не дружите с ним. Даже не садитесь с ним рядом!»

Все монахи повиновались, и Нанда очень огорчился. «Ананда мой младший брат, - подумал он, - уж хотя бы он должен быть хоть немного ко мне привязан». Но когда он подошел к брату, тот встал и пересел на другое место. Нанда спросил, в чем дело; и Ананда пересказал то, что говорил им Будда. Нанда был в отчаянии.

Наконец, к нему подошел Будда и спросил: «Нанда, хочешь посмотреть ад?» Нанда согласился, и, пользуясь своей чудодейственной силой, Будда вместе с Нандой вмиг туда перенесся. «Пойди, погляди вокруг», сказал Будда.

Нанда отправился осматривать адские сферы. Так он ходил, пока в одном месте не наткнулся на пустой котел, внутри которого потрескивало яркое пламя, а вокруг было множество приспешников Повелителя Смерти. Он спросил, почему в этом котле никого нет.

«У Будды есть юный кузен по имени Нанда, - отвечали они, - который практикует монастырскую дисциплину, ради того чтобы переродиться в обличьи бога. После того как он насладится счастьем в божественных сферах и его заслуги будут исчерпаны, он переродится здесь».

Нанда пришел в ужас. Он вернулся в монастырь и стал размышлять. Какой смысл в том, чтобы переродиться в будущем среди богов, если после этого попадаешь в адские сферы; и тогда у него появилась твердая решимость вырваться из сансары. Так как он видел адские сферы своими глазами, он никогда ни на йоту не преступал данные им обеты; и Будда восхвалял его умение лучше всех других закрывать доступ чувственным образам.<sup>53</sup>

Нам не нужно идти так далеко и непременно видеть адские сферы своими глазами. Простого описания будет достаточно, чтобы устроить нас и подкрепить наше желание вырваться на свободу. По этой именно причине Будда просил нарисовать на дверях зала для собраний сангхи колесо о пяти спицах, символизирующее сансару.<sup>54</sup> Как говорил Нагарджуна:

Если изображение адских сфер и их описание,  
Или чтение и мысли о них вызывают такой ужас,  
Что же должны чувствовать те, кто испытывают там  
Жесточайшие следствия своих действий?

Итак, размышляйте о различных видах страдания в сансаре. Всем сердцем отрешитесь от деятельности, ограниченной сферой этой жизни. Если не отрешиться полностью от мирских дел, то сколько бы лет ни тренироваться, это все-таки не будет подлинная Дхарма.

Когда Атиша покидал этот мир, к нему пришел один йог с таким вопросом:

«После твоей кончины, должен ли я медитировать?»

«Если ты станешь медитировать, будет ли это настоящая Дхарма?» - спросил его Атиша.

«Ну тогда, значит, я должен преподавать?»

Просветленный отвечал ему тем же вопросом.

«Что же тогда я должен делать?» - спросил йог.

«Все что ты должен делать — это полностью положиться на Геше Тонпу и со всей искренностью отрешиться от этой жизни» - ответил Атиша.

В другой истории рассказывается о том, как один монах, обходя монастырь Радренг посолонь, встретил Геше Тонпу.

«Почтенный монах, - обратился к нему Геше, - обходить посолонь это хорошая вещь, но не лучше ли было бы практиковаться в истинной Дхарме?»

«Может быть, - подумал монах, - важнее читать махаянистские сутры, чем ходить посолонь». И тогда он принялся читать сутры, сидя на балконе, который выходил на учебный двор.

«Читать наставления это тоже хорошая вещь, - сказал ему через некоторое время Геше Тонпа, - но

не лучше ли было бы практиковаться в истинной Дхарме?»

Подумав об этом снова, монах решил так: «Это, должно быть, означает, что лучше практиковаться в медитации, чем читать сутры». Тогда он отложил свое чтение до другого времени и стал проводить время, сидя с полужакрытыми глазами в кровати.

И снова Тонпа сказал ему: «Медитировать это тоже хорошая вещь, но не лучше ли было бы практиковаться в истинной Дхарме?»

В полной растерянности, монах вскричал: «Что же я тогда должен делать, почтенный Геше, чтобы практиковаться в Дхарме?»

«Почтенный монах, - отвечал Геше, - отрешись от этой жизни! Отрешись от нее!»

Наша повседневная деятельность и обязательства, ограниченные заботами этой жизни, — вот, что мешает нам вырваться навсегда из мира сансары с его страданиями. Только лишь подлинный учитель может показать нам, что следует делать чтобы обрубить канат, приковывающий нас к этой жизни, и достичь просветления в будущих жизнях. Отбросьте от себя - словно плевков на дорогу - все заботы этой жизни: родителей, родственников и друзей, спутников и любовников, еду, богатство и владения.<sup>55</sup> Будьте удовлетворены той едой и одеждой, которые достаются и посвящайте себя полнос-

тью Дхарме. Падампа Санге говорит:

Материальные предметы подобны тучам или туману;  
не думай, что они будут длиться вечно.

Популярность подобна эхо; не гонись за славой,  
стремись принимать ее по достоинству.

Красивая одежда подобна цветам радуги; одевайся  
просто и практикуйся в Дхарме.

Наше тело — это мешок с кровью, гноем и лимфой;  
какой смысл холить его и лелеять.

Даже изысканная еда превращается в экскременты;  
не придавай еде слишком много важности.

Явления предстают в обличье врагов; пребывай в  
отдаленных местах или в горах.

Шипы иллюзорных образов впиваются в сознание;  
принимай их как равные по природе своей<sup>56 6 8</sup>

Все желания и запросы идут от себя; придержишься  
подлинной природы сознания.

Главная драгоценность заложена в нас самих; не  
гоняйся за едой и богатством.

Долгие разговоры приводят к ссорам; держись как  
будто ты немой.

Сознание имеет собственную естественную способ-  
ность<sup>6 7</sup>; не подчиняйся лишь диктату желудка.

Благословения исходят из сознания; молись о них  
своему учителю и йидаму.

Находясь долго в одном месте, найдешь недостатки  
и у Будды; нигд не оставайся слишком долго.

Действуй со всем смирением, отвергни всякое  
тщеславие

Твой срок здесь ограничен; начинай практиковаться  
безотлагательно.

Ты подобен путнику в этой жизни; не возводи замок  
там, где остановился лишь для краткого отдыха.

Никакие действия не будут тебе в помощь; лишь  
практика приведет к свершениям.

Неизвестно, когда твое тело станет добычей червей  
или просто исчезнет; не отвлекайся на види-  
мости этого мира.

Друзья и родственники подобны птицам на ветке  
дерева, не привязывайся к ним.

Неколебимая вера подобна плодородной почве;  
не загрязняй ее мусором негативных эмоций.

Человеческое тело подобно драгоценной жемчужине,  
исполняющей желания; не отдавай ее своему  
врагу - ненависти.

Самая подобна сторожевой башне<sup>6 8</sup>; не загрязняй ее  
ошибками.

Пока Ваджра-мастер еще среди нас, не позволяй Дхарме  
утонуть в ленности.

Чтобы истинно практиковаться в Дхарме, важно осознать бессмысленность всего, что происходит в сансаре. Единственный способ укоренить такого рода убежденность в своем сознании — это медитировать о пороках сансары. Размышляйте об этом, пока не достигнете глубокой в этом убежденности.

знаком, что мы достигли такой убежденности, будет, если уподобимся Геше Лангри Тхангпе. Как-то один из его ближайших помощников сказал ему:

«Учитель, люди зовут тебя Мрачнолицый Лангри Тхангпа».

«Как у меня может быть веселое и счастливое лицо, - отвечал Геше,- когда я размышляю о страданиях в трех мирах сансары».

Говорят, что Лангри Тхангпа улыбнулся только один раз, когда мышь попыталась сдвинуть бирюзу с его мандалы. Мышь не могла сдвинуть камень, она позвала «Цик, цик!» , и пришла другая мышь. Одна мышь толкала бирюзу, а другая тянула ее. Это вызвало у Лангри Тхангпы улыбку.

Медитация о страданиях в сансаре является основанием и опорой для обретения всех благих качеств на Пути: она обращает сознание к священной Дхарме; она убеждает в истинности принципа причины и следствия; она помогает потушить интерес к мирским делам и помогает развить в себе любовь и сострадание ко всем существам.

Сам Будда, желая подчеркнуть, сколь важно признать наличие страдания, начинал учение в каждом из трех поворотов колеса Дхармы словами: «Монахи, эта жизнь суть страдание».

*Я вижу, что сансара — это страдание, но все еще  
цепляюсь за нее..*

*Я страшусь бездны низших сфер, но продолжаю  
совершать ошибки.*

*Благослови меня и всех, кто, как я, сбился с пути,  
Чтобы мы смогли со всей искренностью отрешиться  
от дел мира сего.*

## ГЛАВА 4

### **КАРМА<sup>57</sup> : ПРИНЦИП ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ**

*Ты отвергаешь зло и избираешь благо в соответствии с  
учением о причине и следствии.*

*Твои действия соотносятся с поступательным движением  
Колесниц<sup>58</sup>.*

*Твое совершенное Видение освободило тебя от всевозможных  
цепляний.*



*Несравненный Учитель, я преклоняюсь пред тобой.*

Наставления в этой главе должны преподносятся и изучаться так же, как это было объяснено прежде. Глава состоит из трех чвстей: неблагие действия, которых следует избегать; благие действия, которых следует придерживаться; и кармическая обусловленность всех вещей.

## 1. НЕБЛАГИЕ ДЕЙСТВИЯ, КОТОРЫХ СЛЕДУЕТ ИЗБЕГАТЬ

Рождение в высших или низших сферах сансары определяется теми благими или неблагими действиями, которые мы накопили в прошлом. Сама сансара порождается действиями, является следствием из действий. Ничто другое не может привести нас в высшие или низшие сферы. Мы не попадаем туда по случайности.

Стало быть, мы должны все время иметь в виду следствия из наших благих и неблагих действий, стремиться избегать тех, которые являются вредоносными, и совершать благотворные.

### 1. Десять неблагих действий которых следует избегать

Три из них это физические действия: убийство, воровство и сексуальные проступки. Следующие четыре это словесные действия: ложь, сеяние вражды, резкие слова и пустословие. Три последние это ментальные действия: алчность, злонамеренность и ложные воззрения.

#### 1.1 УБИЙСТВО

Убийство - это сознательное разрушение жизни другого существа, будь то человек, животное или какое-либо другое живое существо.

Воин, убивающий врага в битве, является примером убийства из ненависти. Убийство дикого животного ради его мяса и шкуры - это убийство, мотивированное желанием. Убийство в результате неведения о следствиях, вытекающих из позитивных и негативных действий, или же, подобно некоторым тиртхикам, убийство с верой, что они совершают благой акт, - это убийство вследствие невежества.

Существуют три вида убийства, - убийство отца, матери или архата, - которые именуются актами с прямым возмездием, ибо они ведут к прямому, минуя промежуточное состояние, перерождению в Аду Максимальных мучений<sup>59</sup>.

Иные из нас, считающие убийством лишь акт, совершенный собственными руками, полагают, что они не повинны ни в одном убийстве. Однако нет никого - среди сильных и слабых, известных и неизвестных, - кто не был бы повинен в том, что раздавил при ходьбе несметное число мелких насекомых.

Говоря о более частных случаях, вспомним лам и монахов, посещающих дома своих благотворителей. Им подают специально для них приготовленное мясо с кровью животных, убитых к их приезду. Гости приходят в восторг от вкуса мяса и с великой жадностью его пожирают, не испытывая ни малейшего угрызения совести или сострадания к убитым животным. В таких случаях негативный кармический эффект от убийства падает в равной степени как на хозяина дома, так и на посетителя.

Когда путешествуют важные персоны и высокие члены правительства, во всех местах, которые они посещают, для банкетов и официальных приемов убивают множество животных.

Богатые люди вообще убивают много животных. Ни одно животное в том стаде, которое им принадлежит, не умирает естественной смертью. Когда подходит соответствующий возраст, их убивают, одного за другим. Но это еще не все. Помимо этого, летом на пастбищах скотина уничтожает бесчисленное число насекомых, мух и муравьев, а иногда также рыбешек и лягушек, которых они проглатывают с травой, давят копытами, заваливают своими испражнениями. Негативный кармический эффект от этих действий падает как на владельца, так и на самих животных.

Среди всего домашнего скота, - лошадей, коров и т.п., - самый большой ущерб наносят овцы. На пастбище овцы проглатывают всевозможных мелких животных: лягушек, змей, птенцов и тому подобное. Летом, в период стрижки, погибают все те сотни тысяч насекомых, которые гнездятся в шерсти каждой овцы. Зимой, когда овцы котятся, в живых остается не больше половины всех ягнят; остальных убивают при рождении. Овцематок держат ради молока и для рождения ягнят, пока они не становятся слишком старыми и изможденными, и тогда их забивают на мясо и ради их шкур. А всех самцов, кастрированных и некастрированных, ждет одна участь - нож мясника. Если же у овцы заводятся вши, то во время стрижки их погибают миллионы на каждой овце. Каждому, кто владеет стадом из ста или более овец, предстоит, по крайней мере, один раз пере-родиться в адских сферах.

На свадьбу всегда забивают множество овец: когда посылают приданое, когда отсылают невесту из дому,

когда ее принимают родственники мужа. И потом, всякий раз как новобрачная навещает свою семью, обязательно убивают еще одну овцу. Если ее приглашают к себе друзья или родственники и подают к столу что-либо кроме мяса, она изображает полное отсутствие аппетита и ест с деланным презрением, будто разучилась жевать<sup>60</sup>. Но убей для нее жирную овцу и поставь перед ней гору мяса и кишек, и это кракнорожее чудовище усаживается с серьезным видом, вытаскивает свой ножик и все это уплетает, плотоядно облизываясь. На следующий день она отбывает домой, нагрузишись окровавленной тушей - будто охотник на пути домой; и даже хуже того, потому что уж она-то никогда не возвращается с пустыми руками.

Также и дети во время игры, сознательно или бессознательно, лишают жизни множество существ. Летом, например, они убивают несметных насекомых, стегая походя землю ивовыми прутьями или кожаными кнутами.

Так что мы все, поистине, будто кровопийцы только то и делаем что убиваем. В сущности, если говорить об убийстве домашних животных так мы еще и хуже чем кровопийцы, ибо лишам их жизни чтобы насладиться их мясом и кровью, в то время как они всю свою жизнь нам служили и, словно матери, поили нас своим молоком

Акт убийства полностью завершен, если налицо все четыре элемента неблагоприятного действия. Возьмем в качестве примера охотника, убивающего дикое животное. Прежде всего, он видит оленя-самца, мускатного оленя или какое-либо другое животное и опознает его: признание того факта, что это живое существо, является *основанием* для совершения акта убийства. Далее у него возникает желание убить этого зверя: мысль убить - это *намерение* совершить акт убийства. Затем он стреляет в жизненно важный центр животного из ружья, лука или какого-либо другого оружия: физическое выполнение действия - это *осуществление* акта убийства. Вследствие этого прекращаются жизненные функции животного и разрывается связь между его телом и сознанием: это *завершение* акта убийства.

Другой пример - убийство домашней овцы. Сначала владелец овцы велит слуге или мяснику убить овцу. *Основанием* является его знание, что тут вовлечено живое существо - овца. *Намерение*, то есть идея совершить данный акт убийства, возникает в ту минуту, когда он решает убить эту овцу. *Осуществление* акта убийства происходит, когда

убивающий берет свою затяжную петлю, неожиданно хватая овцу, которую он собирается убить, валит ее на спину, связывает ей ноги кожаными ремнями, набрасывает петлю на морду и затягивает веревку, пока овца не перестает дышать. Овца задыхается в жестокой предсмертной агонии, глаза выкатываются из орбит, синеют и замутняются слезами. Бездыханную овцу втаскивают в дом; жизнь животного подошла к концу - это *завершение* акта убийства. Овцу тут же ножом освежевывают. Ее плоть все еще вибрирует, ибо тело не успела покинуть «всепроникающая энергия». <sup>61</sup> Ощущение такое, будто овца еще жива. Ее тут же обжаривают в жаровне или варят на плите, а потом съедают. Когда об этом думаешь, возникает чувство, что этих животных едят фактически живьем; так что люди мало чем отличаются от хищных животных.

Предположим, вы сегодня намерены убить животное; или вы сказали, что сделаете это, но не сделали. Тогда уже существует основание для убийства - знание, что есть такое существо, и намерение - идея убить его. Следовательно, в таком случае на лицо были бы два элемента негативного действия. И хотя вред от этого был бы меньшим, чем если бы вы, в самом деле, совершили акт убийства; но все же остался бы - подобно образу, отражен-ному в зеркале, - некоторый след от негативного действия.

Иные думают, что неблагое действие совершает лишь тот, кто физически выполняет убийство; а тот, кто отдает приказание убить - не совершает его или, во всяком случае, совершает в меньшей степени. Следует, однако, знать, что неблагое действие в равной степени совершают все, кто вовлечен в акт убийства, - включая даже и того, кто просто лишь порадовался этому. Стало быть, нет никакого сомнения, что человек, отдающий приказание убить, вовлечен в акт убийства. При этом негативный кармический эффект от убийства одного животного не распределяется поровну между всеми, кто был замешан в этом акте, а падает в полной мере на каждого соучастника акта убийства

## 1.2 ВОРОВСТВО ИЛИ ПРИСВОЕНИЕ ЧУЖОГО

Существует три формы воровства: присвоение силой, присвоение тайком и присвоение обманным путем.

**Присвоение силой.** Это действие, когда некто, обладающий властью, - например, правитель страны, - незаконно, пользуясь своим положением, присваивает себе владения и собственность других людей. Это также включает насильственное изъятие собственности превосходящим числом людей, например, армией.

**Присвоение тайком.** Это хищение, производимое скрытно, втайне от хозяина. Так действуют воры.

**Присвоение обманным путем.** Это присвоение чужого, - как, например, при торговых сделках, - с помощью лжи, обвеса, обмера или других жульнических приемов.

В наши дни при проведении торговых и других деловых операций, обман и жульничество с целью присвоить чужую собственность преступлением не считается, если не имеет место открытая кража. Но, по существу, всякая прибыль, полученная обманным путем, ничем от явного воровства не отличается.

Нынешние ламы и монахи, в частности, не видят в проведении сделок ничего худого или вредоносного. Они, фактически, всю жизнь только этим и занимаются и даже гордятся своей удачей. Однако, ничто не может повредить ламе или монаху больше, чем участие в сделках. Они вечно поглощены деловыми операциями и не испытывают желания продолжать свои занятия или работать над очищением своих омрачений; да у них нет и времени для этого. Весь день и до самой ночи, когда пора идти спать, они погружены в расчеты. Так совершенно зачеркивается идея преданности учителю, отречения от мирских дел, сострадания, а они полностью подпадают под власть своих

заблуждений.

Однажды вечером Джетсун Миларепа пришел в один монастырь и лег спать перед дверью в келью. Монах, живший в этой келье, лежал в кровати, размышляя о том, как он будет продавать тушу коровы, которую он собирался забить на следующий день. «За голову...столько-то, за лопатку...

столько-то, за спину...столько-то, за подколенную часть...столько то...» Так от продолжал подсчитывать стоимость каждой из

наружных и внутренних частей коровьей туши. Он не сомкнул глаз до рассвета, но обдумал все, кроме того лишь сколько просить за хвост. Тогда он быстро встал, прочитал молитвы и совершил приношение тормам.

Когда он вышел из кельи и увидел, что Миларепа все еще спит, он презрительно ему бросил:

«Притворяешься практикующим, а в этот час все еще спишь! Что ж тебе не нужно практиковаться и читать молитвы?»

«Я не всегда сплю так поздно, как сегодня»- отвечал Миларепа.- «Но я всю ночь думал, как буду продавать одну из моих коров, которую собираюсь забить. Так что у меня до самого утра не было времени для сна.»

Выставив таким образом тайные пороки этого монаха напоказ, Миларепа удалился.

Подобно монаху из этого рассказа те, кто в наше время полностью посвящают себя торговле, день и ночь только и заняты что своими расчетами. Они до такой степени погружены в свои заблуждения, что, когда приходит время умирать, они так и умирают, уйдя в них с головой.

Кроме того, торговля влечет за собой всякого рода неблагойе действия. Те, кому надо продать товар, всячески расхваливают его достоинства, какой бы плохой он ни был. Они откровенно лгут, утверждая, что якобы тот или иной клиент предлагали за товар большие деньги, но они не приняли предложение, потому что будто бы сами заплатили за него больше этого. Если они хотят купить что-либо, что является объектом торговли между двумя другими людьми, они прибегают к клевете, чтобы сделка не состоялась. Они используют грубые слова, когда хотят сбить цену на товары своих соперников, вынудить продать им в долг и тому подобное. Они заговаривают зубы, предлагая смехотворные цены или же торгуясь о ценах на товары, которые не собираются покупать. Они завидуют тому, что принадлежит другим, и всеми силами стараются это заполучить. Они думают о своих соперниках со злобой, желая им разорения. Если они торгуют скотом, тогда они замешаны в убийстве. Стало быть, торговля, в самом деле, вовлекает в игру все десять неблагойх действий, за исключением разве что ложных воззрений и сексуальных проступков.

Если сделка не состоится, обе стороны несут потери, так что все оказываются в затруднительном положении; и, в конечном счете, получается, что продавцы наносят урон и себе и другим, а сами, бывает, умирают от голода. Если же им на долю выпадает успех, то сколько бы они ни заработали, они всегда недовольны. Даже если, как Вайшравана, они становятся богачами, они и тогда жалуются на свои неприглядные торговые сделки.

Ничто так не развращает и не способствует накоплению неблагойх действий как торговля. Вы непрестанно обдумываете, как бы получше обмануть других, - словно бы проглядываете свою коллекцию ножей, шил и игл, выбирая, что поострее. Постоянно держа на уме вредоносные мысли, вы отвергаете идеал бодхичитты оказывать помощь другим, а число ваших злонамеренных действий множится до бесконечности.

Неблагойе действие присвоения того, что вам не принадлежит, также непременно включает для полного его завершения упомянутые четыре элемента. Причем любое

участие в акте убийства или воровства, вплоть до такой малости как желание снабдить охотников или воров едой для их предприятия, приносит вам равную долю кармического эффекта.

### 1.3 НАРУШЕНИЯ НОРМ СЕКСУАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Изложенные ниже правила относятся к мирянам. В Тибете, во времена дхармического правителя Сонгцена Гампо были установлены правила сексуального поведения, созданные на основе десяти благих действий, которые включали в себя предписания как для мирян, так и для членов монастырской общины. Здесь мы ссылаемся на те ограничения, относящиеся к мирянам, которые, будучи людьми семейными, обязаны придерживаться надлежащих правил морали. Что касается монахов и монахинь, то предполагается, что они должны хранить полное воздержание.

Нет более грубого нарушения норм сексуального поведения чем то, вследствие которого другие преступают данные ими обеты. Сексуальные проступки также включают действия, связанные с определенными людьми, совершаемые в определенных местах и при определенных обстоятельствах. Сюда относятся мастурбация; сексуальная связь с человеком семейным либо связанным какими-либо обязательствами; половой акт с человеком хотя и свободным, но при свете дня; также с тем, кто соблюдает однодневный обет, болен или находится в трауре; с женщиной в период беременности, менструации или не оправившейся после родов; в том месте, где есть изображения Трех Драгоценностей; со своими родителями и другими недозволенными членами семьи; с подростком до полового созревания; а также через рот или анальное отверстие, и тому подобное.

### 1.4 ЛОЖЬ

Существует три типа лжи: обычная ложь, злокозненная ложь и ложь псевдоучителей.

**Обычная ложь.** Это все ложные утверждения, имеющие целью обмануть других людей.

**Злокозненная ложь.** Это утверждения типа, к примеру, что нет пользы от благих действий и вреда от неблагих действий, что нет счастья в полях Будды и нет страдания в низших сферах, или что Будды не обладают благими качествами. Такая ложь называется злокозненной, потому что никакая другая ложь не могла бы привести к более разрушительным и вредоносным последствиям.

**Ложь псевдоучителей.** Это ложные притязания на обладание некими качествами и умениями, как, к примеру, фальшивые утверждения, что будто достиг определенных уровней бодхисаттвы или владеешь ясновидением. В наши дни обманщики пользуются большим успехом чем истинные учителя и потому нетрудно оказывать давление на строй мыслей и поведение людей. И вот некоторые, чтобы одурачить людей, объявляют себя посветленными или сиддхами. Они объявляют, что им представилось в видении божество и они в знак благодарности поднесли ему дары; или что им явился некий дух и они его проучили. Большая часть такого рода утверждений это ложные выдумки фальшивых учителей. Так что будьте осторожны и не доверяйте этим обманщикам и шарлатанам. Поскольку это влияет как на данную жизнь, так и на последующие, в высшей степени важно оказывать доверие лишь такому служителю Дхармы, которого вы хорошо знаете, кого отличает смирение и чьи внутренние качества и поведение находятся в полной гармонии.

Вообще говоря, существуют заурядные люди, которые обладают некоторой степенью ординарного ясновидения, однако их ясновидение неустойчиво, и они могут прибегать к нему лишь спорадически. Чистым ясновидением обладают лишь те, кто дос-

тигли уровней бодхисаттвы; и , стало быть, достичь этого в высшей степени трудно<sup>62</sup> .

### 1.5 СЕЯНИЕ ВРАЖДЫ

Сеять вражду можно в открытую или втайне.

**Сеяние вражды в открытую** - это стратегия, часто используемая людьми, имеющими некоторую власть. Она состоит в том, чтобы сеять вражду между двумя людьми в их присутствии, обвиняя одного из них в том, что он, якобы, сказал что-то плохое о другом за его спиной или сделал то-то и то-то чтобы ему навредить; при этом происшествие описывается во всех подробностях и говорящий интересуется, правда ли, что это произошло именно таким образом.

**Сеяние вражды втайне** состоит в том, чтобы поссорить двух людей, состоящих в добрых отношениях. Для этого одному из них, втайне от другого, наносится визит, и ему рассказываются ужасные вещи, которые будто бы тот другой, кого посещаемый глубоко почитает, о нем говорил.

Наихудший случай сеяния вражды - это создание конфликтов между членами сангхи. Особенно серьезной провинностью является создание разногласий между наставником Секретной Мантраяны и его учениками или сеяние вражды между духовными братьями и сестрами.

### 1.6 ГРУБЫЕ СЛОВА

Грубыми являются слова, в которых подчеркиваются физические недостатки других; например, когда обзывают кого-

либо кривым, глухим, слепым и т. п. Сюда относится и употребление слов, выставляющих напоказ скрытые недостатки людей, или употребление обидных слов; а также, в сущности, и все другое, что мы говорим, - даже если это сказано не в грубой, а в мягкой форме, - что может оказаться другому неприятным.

Особенно непростительным проступком будет говорить что-либо оскорбительное в присутствии своего учителя, духовного друга или просветленного существа.

### 1.7 ПУСТОСЛОВИЕ

Под пустословием подразумеваются длинные и бессмысленные словоизлияния: скажем, декламация под видом Дхармы чего-либо (например, «тантрических ритуалов брахманов»<sup>63</sup>), что Дхармой не является; или бессмысленное обсуждение сюжетов, которые бередят привязанности и ненависть, как то рассказы о проститутках, распевание сладострастных песен, разговоры о хищениях и о войне. Особенно вредоносным является, когда поток бессмысленных слов отвлекает от молитвы или декламации, ибо это препятствует обретению заслуг.

Всякие суды и пересуды, которые с первого взгляда представляются естественными и невинными, по большей части мотивированы, если вдуматься, желанием или ненавистью. Степень вины в этом случае пропорциональна размеру желания или ненависти, которые эти пересуды возбуждают в нашем сознании и в сознании других.

Сколько бы ни читать молитвы и мантры, они не принесут плодов если смешивать их с пустопорожними разговорами. Это относится, в особенности, к разного рода сплетням, гуляющим по рядам собрания сангхи. Один сплетник может зачеркнуть заслуги всего собрания и его благодетелей.

В благородной Индии приношениями сангхе могли пользоваться, как правило, лишь те, кто достигли высочайших духовных высот и были свободны от пагубных ошибок. Будда не позволял этого никому другому. Но в наши дни иные выучивают два-три тантрических ритуала и, едва лишь научившись их читать, начинают пользоваться всеми «черными приношениями»<sup>64</sup>, какие могут заполучить. Использовать приношения

для проведения тантрических ритуалов и небрежно, словно колдун-бонпо, декламировать секретные мантры, не получив предварительно посвящений, не храня самаю, не достигнув совершенства на этапах порождения и завершения и не выполнив требований по чтению мантр, - это очень серьезная провинность.»Черные приношения» можно сравнить с пилюлями из раскаленного железа: если их проглотят орднарные люди, не имеющие чугунных челюстей, закаленных в соединении этапов порождения и завершения, они сожгут себе нутро и на том закончат свое существование. Как сказано:

«Черные приношения» подобны смертоносным клинкам.  
Злоупотребление ими рассекает жизненно важную артерию освобождения.

Такие люди ничего не знают о двух этапах медитации, так хотя бы выучили толком слова ритуала; но нет, они не удосужи-ваются даже и прочесть его как следует. Хуже того, дойдя до чтения мантр, - что составляет самую существенную часть ритуала, - они принимаются болтать, растрчивая время на бесконечную череду пустых сплетен, пропитанных желанием и агрессией. А это чревато разрушительными последствиями как для них самих, так и для других. Крайне важно, чтобы ламы и монахи положили конец подобного рода пустословию и сосредоточились на чтении мантр, не пересыпая их болтовней.

## 1.8 АЛЧНОСТЬ

Алчность - это любое, даже самое незначительное желание получить собственность других или мысль о ее приобретении. Мы размышляем, как приятно было бы иметь такие замечательные вещи; снова и снова воображаем себя обладателями этого богатства; строим замыслы, как заполучить его, и тому подобное.

## 1.9 ЗЛОНАМЕРЕННОСТЬ

Это относится ко всем нашим злонамеренным мыслям по отношению к другим существам. Например, мы можем с ненавистью и гневом планировать, как бы им навредить; или мы можем испытывать неудовольствие от того, что они процветают и преуспевают; или мы хотели бы, чтобы они были не столь благопо-лучны, не так счастливы, менее талантливый; или мы рады, когда с ними происходит что-либо неприятное.

## 1.10 ЛОЖНЫЕ ВОЗЗРЕНИЯ

Ложные воззрения включают убеждение в том, что не существует причинно-следственной связи между явлениями, и взгляды, присущие этернализму и нигилизму.

В соответствии с убеждением, что причинно-следственной связи между явлениями не существует, считается, что позитив-ные действия не приносят благих результатов, а негативные не влекут за собой никакого вреда. Термины этернализм и нигилизм включают в себя все различные верования тиртхиков, которые можно либо подразделять на триста шестьдесят два ложных верования и шестьдесят два вредоносных верования, либо объединять в две категории - этернализм и нигилизм.

Этерналисты верят в перманентное существование эго («я») и в вечно существующего творца Вселенной, такого как Ишвара или Вишну. Нигилисты верят, что все вещи возникают сами по себе, что нет прошлых и будущих жизней и что не существует ни кармы, ни освобождения, ни свободы<sup>65</sup>. Как говорится в учении Черного Ишвары:

Восход солнца, низвержение потока воды,  
Круглость горошины, заостренность и длина шипа,  
Красота и яркость цветов в павлиньем хвосте,  
Никто этого не создавал, оно явилось само по себе.

Они утверждают, что, когда восходит солнце, никто не помогает ему взойти. Никто не подталкивает реку, чтобы она стекала вниз с холма. Никто не лепит горошины круглыми, как никто не вытачивает длинные, заостренные книзу шипы. И никто не раскрашивает красивые многоцветные павлиньи хвосты. Все эти вещи таковы как они есть в силу своей собственной природы, и это в равной мере относится ко всему в этой Вселенной - приятному и неприятному, хорошему и плохому. Все явления возникают спонтанно. Нет прошлой кармы, нет прошлых жизней, нет будущих жизней<sup>66</sup>.

Считать, что тексты, излагающие подобного рода доктрины, справедливы и следовать им; а если и не следовать, то думать, что слова Будды, наставления вашего учителя и комментарии ученых эрудитов ошибочны, критиковать их и сомневаться в них - все это и называется ошибочными воззрениями<sup>67</sup>.

Худшими из десяти неблагих действий являются убийство и ошибочные воззрения. Как говорится:

Нет худшего действия, чем лишить другого жизни;  
А из десяти неблагих действий самым тяжким являются  
ошибочные воззрения.

Нет ни одного существа, - кроме тех, кто находятся в адских сферах, - кто не содрогался бы при мысли о смерти и не ценил бы превыше всего свою жизнь. Стало быть, лишение жизни является в высшей степени неблагим и пагубным действием. *В Сутре привлечения внимания* говорится, что расплатой за каждую разрушенную жизнь будет пятьсот собственных жизней, а за каждое убитое существо - пребывание в адских сферах в продолжение промежуточной кальпы.

Еще большим проступком будет использовать достойную награды деятельность, в которую вы вовлечены, - к примеру, создание объектов, представляющих Три Драгоценности, - в качестве оправдания для совершения такого неблагого действия, как убийство. Падампа Сангье говорил:

Строить что-либо в поддержку Трех Драгоценностям,  
Причиняя при этом вред и принося страдание,  
Значит развеять по ветру следующую жизнь.

Также зблуждением является полагать, что совершаете благое действие, убивая животных ради того чтобы ублаготворить мясом их и кровью приглашенных в дом лам или же собрание монахов. Негативный кармический эффект от этого убийства падает в равной мере как на хозяина дома, так и на приглашенных. Хотя хозяин проявляет радушие, однако его подношение нечисто. Принимающие это подношение получают вредоносную пищу. Негативный эффект превалирует над эффектом позитивным. Всякое убийство - за исключением того единственного случая, когда обладаешь силой тут же воскресить свою жертву - является неблагим действием. Такое действие, несомненно, также наносит ущерб жизни и деятельности учителей<sup>68</sup>. Тот, кто не способен переносить сознание существ в состояние высшего блаженства, должен, по крайней мере, прилагать максимальные усилия, чтобы не лишать их жизни.

Иметь, хотя бы мимолетно, ложные воззрения равносильно нарушению своих обе-



тов и отрыву от буддийской общины. Это

также лишает свободы практиковаться в Дхарме в течение данного отрезка своего существования. Едва лишь сознание загрязняется ложными воззрениями, как даже и благие действия не ведут более к освобождению, а неблагие не могут быть очищены исповедью<sup>69</sup>.

## **2. Следствия десяти неблагих действий<sup>70</sup>**

Каждое неблагое действие создает четыре класса кармических следствий: полностью созревшее следствие;

следствие, сходное с причиной; обуславливающее следствие и множасьее следствие.

### **2.1 ПОЛНОСТЬЮ СОЗРЕВШЕЕ СЛЕДСТВИЕ**

Если одно из десяти вредоносных действий продиктовано ненавистью, это влечет за собой перерождение в адских сферах.

Если любое из таких действий совершается под влиянием желания, следствием будет перерождение в облике голодного духа; а если под влиянием невежества - то последует перерождение в мире животных. Переродившись в одной из низших сфер существования, испытываешь все страдания, характерные для данной сферы.

Причиной перерождения в адских сферах может стать также очень сильный импульс - крайне интенсивное желание, всепоглощающий гнев, глубокое невежество, порождающий длинную и непрерывную цепь множасьихся действий. Менее сильный импульс приводит к перерождению в облике голодного духа, а слабый импульс ведет к перерождению в мире животных.

### **2.2 СЛЕДСТВИЕ, СХОДНОЕ С ПРИЧИНОЙ**

Даже когда мы, наконец, вырываемся из низшей сферы, куда нас привело полностью созревшее следствие наших действий, и рождаемся в облике человека, мы продолжаем испытывать следствие, сходное с причиной, его породившей. В сущности, также и в низших сферах существует множество различных страданий, сходных с причиной, породившей каждое из них. Так что существует два типа следствий, сходных с причиной: действия, сходные с причиной, и явления в жизни, сходные с причиной.

#### **2.2.1 Действия, сходные с причиной**

Такого рода следствие - это склонность совершать действие, сходное с тем, которое породило данное следствие. Если раньше мы убивали, нас тянет убивать. Если раньше мы воровали, нам доставляет удовольствие присваивать чужое и т. п. Это объясняет, например, почему некоторые люди с раннего детства убивают всех насекомых и другую живность, которая попадает им на глаза. Подобная склонность к убийству идет от сходных действий, совершенных в прошлых жизнях. С самой колыбели мы все действуем различно в зависимости от тех действий, которые мы совершали в прошлых жизнях. Одним нравится убивать, другим - воровать; а есть такие люди, которые не имеют склонности к подобно рода действиям и испытывают удовольствие, совершая благие деяния. Все эти тенденции являются наследием прошлых действий, иначе говоря, следствием, сходным с действием. Вот почему говорят:

Чтобы узнать, как ты действовал прежде,  
надо поглядеть, какой ты сейчас.  
Чтобы узнать, где ты переродишься,

надо поглядеть, как ты действуешь сейчас<sup>71</sup>

Это справедливо также и в отношении животных. Инстинкт, заложенный в животных - например, инстинкт убивать у сокола или волка, инстинкт красть у мыши - является в каждом случае следствием того, что подобные действия совершались в прошлом.

### **2.2.2 Проявления в жизни, сходные с причиной**

Каждое из десяти вредоносных действий влечет за собой два возможных проявления.

*Убийство.* Если мы убивали в прошлых жизнях, наша жизнь будет короткой и подверженной множеству болезней. Некоторые младенцы умирают, едва родившись, что является проявлением, сходным с причиной, то есть с совершением убийств в предыдущих жизнях. Они также будут умирать, едва родившись, во многих последующих жизнях. Другие люди, хотя и доживают до старости, но с самого детства до смерти страдают от непрерывного ряда болезней, одна за другой. Это является следствием того, что в прошлом они убивали и избивали другие существа.

Перед лицом подобных обстоятельств, лучше не стремиться найти немедленное решение проблемы, но с глубоким раскаянием исповедаться в прошлых действиях, вызвавших подобные следствия, и дать обет избегать их в дальнейшем. В качестве противоядия против негативной кармы следует стремиться совершать благие действия и воздерживаться от неблагих.

*Присвоение чужого.* Если мы воровали, мы будем жить в бедности; а если нам и достанется какая-либо собственность, то в результате краж, хищений и других бедствий она перейдет к нашим соперникам и врагам. По этой причине тому, у кого в настоящее время нет средств и собственности, лучше будет стремиться заработать хотя бы малую толику заслуг, нежели изо всех сил пытаться разбогатеть. Если в прошлых жизнях мы не проявляли щедрости и оттого в этой жизни нам не положено быть богатыми, то все наши усилия разбогатеть будут тщетными. Посмотрите, какую огромную поживу захватывают большинство воров и бандитов во время каждого из своих налетов, - порой чуть ли не больше того, что земля может сносить. Однако же те, кто живут кражей, подчас кончают свои дни, умирая с голоду. Заметьте также, что дельцы и те, кто присваивают себе собственность Сангхи, обычно не могут воспользоваться своими богатствами, сколь бы велики они ни были.

С другой стороны, те, кто проявляли щедрость в прошлых жизнях, на протяжении всей жизни не имеют недостатка в собственности и богатстве, хотя они не прилагают для этого никаких усилий. Стало быть, если вы желаете разбогатеть, стремитесь проявлять щедрость и делать приношения.

На нашем континенте Джамбудвита следствия действий имеют особую силу; поэтому следствие того, что мы совершили в ранней молодости, начнет действовать, по всей вероятности, через какое-то время в этой же жизни или даже, при исключительных обстоятельствах, немедленно. Стало быть, прибегать к воровству, подлогу или другим формам присвоения чужого с надеждой разбогатеть - это делать как раз противоположное тому, что следует. Кармическое следствие заточит нас на многие кальпы в мир голодных духов. И даже в этой жизни, как только следствие созреет, мы будем становиться все беднее и испытывать все большие трудности. Мы не сможем воспользоваться даже той малой собственностью, которая у нас будет. Вследствие своей скупости, каково бы ни было наше состояние, мы будем чувствовать себя все более бедными и несчастными. Наша собственность станет причиной негативных действий. Мы превратимся в некое подобие голодных духов, оберегающих

богатство, которым они сами воспользоваться не могут. Присмотритесь к людям,

которые кажутся богатыми. Если они не тратят легко свое богатство либо на Дхарму, которая является источником счастья и благополучия и в этой жизни и в последующих, либо на свою еду и одежду, то они беднее любых бедняков. Эти явления в их нынешней жизни, сближающие их с голодными духами, являются сходными с причиной кармическим следствием их нечистой щедрости в прошлом<sup>72</sup>.

*Сексуальные проступки.* Говорят, что, если постоянно совершаешь сексуальные проступки, то супруга достанется уродливая, распущенная и сварливая. Когда супруги постоянно спорят и ссорятся, обычно каждый обвиняет другого в том, что у него дурной характер. На самом же деле, они испытывают следствие, сходное с причиной, - сексуальными проступками, совершенными в прошлом. Вместо того чтобы ненавидеть друг друга, лучше бы они постарались понять, что это следствие их неблагих действий в прошлом и проявляли друг к другу терпение. Падампа Сангье говорил:

Семьи столь же недолговечны, как рыночная толпа в базарный день.

А потому, народ из Тангри, не ругайтесь и не ссорьтесь!

*Ложь.* Если мы лгали в прошлых жизнях, то следствие, сходное с причиной, выражается в том, что нас часто критикуют и принижают, и к тому же другие нам лгут. Если сегодня вас ложно обвиняют или критикуют, это следствие того, что в прошлом вы лгали. Вместо того, чтобы приходить в гнев и изрыгать оскорбления по адресу тех людей, которые говорят о вас подобные вещи, будьте им благодарны за то, что они помогают вам исчерпать следствия многих негативных действий. Ригдзин Джигме Лингпа говорит:

Враг, который платит вам злом за добро, ведет вас к достижениям в духовной практике.

Его ложные обвинения - это хлыст, побуждающий вас двигаться к добродетели.

Это учитель, разрушающий ваши привязанности и желания.

Вам никогда не отплатить ему за его редкую доброту!

*Сеяние вражды.* Если мы в прошлом сеяли вражду, то следствие, сходное с причиной, проявится в том, что наши компаньоны и слуги будут враждовать друг с другом и кроме того будут враждебны и агрессивны к нам самим. По этой же причине обычно не ладят друг с другом монахи, сопровождающие ламу, или помощники какого-либо начальника, или слуги в доме; и сколько их о чем-либо ни проси - бесполезно, они лишь нагло огрызаются. Наемные слуги у простого народа делают вид, что не слышат когда хозяин просит их сделать что-либо по дому, так что хозяину приходится повторять свою просьбу два-три раза. И лишь когда, в конце концов, он начинает сердиться и резко требует повиновения, они медленно и неохотно выполняют приказание. Когда работа закончена, они не дают себе труда сказать об этом. Они постоянно не в духе. Но их хозяин лишь пожинает плоды того, что он в прошлом сеял вражду. Стало быть, он должен раскаиваться в своих собственных негативных действиях в прошлом и стремиться примирять свои разногласия с другими.

*Резкие слова.* Если в прошлых жизнях мы говорили резкие слова, нам будут постоянно говорить что-нибудь оскорбительное; а все, что говорим мы, будет вызывать возражения.

Резкие слова - это худшее из четырех негативных действий, порождаемых словами.

Как говорится в пословице:

Без стрел и шпага слова растерзывают сознание

Если ненароком вызовешь у кого-либо гнев или, хуже того, произнесешь в присутствии просветленного существа хотя бы одно оскорбительное слово, это заточит на многие жизни в низшие сферы без какой-либо надежды оттуда вырваться. Один брамин по имени Капила однажды оскорбил монахов будды Кашьюпы, обозвав их лошадиными головами, бычьими головами и разными другими именами; так он переродился морским чудо-вищем о восемнадцати головах. Он оставался в этом обличьи целую кальпу, а потом переродился в аду. Одна монахиня, обозвавшая другую сукой, перерождалась в облике суки пятнадцать раз. Существует много подобного рода историй. Поэтому надо научиться говорить всегда дружелюбно и приветливо. Помимо этого, так как мы никогда не знаем, кто является просветленным существом или бодхисаттвой, нужно учиться видеть все существа чистыми и превозносить их добрые качества. Говорят, что критиковать бодхисаттву или разговаривать с ним оскорбительно это больший проступок, чем убить все существа в трех мирах.

Очернить бодхисаттву более пагубно

Чем убить все существа в трех мирах.

Я признаюсь во всех подобных бессмысленных и роковых ошибках, которые когда-либо совершил.

*Пустословие.* В этом случае следствие, сходное с причиной, состоит в том, что нам не верят, хотя мы говорим правду; а мы сами крайне не уверены в себе, когда нам приходится говорить перед большим собранием людей.

*Алчность.* Следствие алчности проявляется в том, что наши желания не исполняются и нам приходится иметь дело с тем, чего мы меньше всего желаем.

*Злонамеренность.* Вследствие злонамеренности мы будем жить в постоянном страхе и испытывать нескончаемые бедствия.

*Ложные воззрения.* Если мы придерживались ошибочных воззрений, мы будем по-прежнему держаться тех же вредоносных убеждений, а сознание наше будет затуманено заблуждениями и ложными представлениями.

### 2.3 ОБУСЛОВЛИВАЮЩЕЕ СЛЕДСТВИЕ

Обусловливающее следствие оказывает воздействие на ту среду, в которой мы живем.

Убийство приводит к перерождению в суровых и опасных местах, изобилующих пропастями и обрывами.

Воровство приводит к перерождению в зонах, истеганных голодом, где заморозки и град губят урожай, а деревья не приносят плодов.

Сексуальные проступки вынуждают жить в отталкивающих местах, заваленных экскрементами, грязью и тому подобным.

Ложь принесет материальную нестабильность, жизнь в постоянном паническом страхе и встречи с усташающими ситуациями и вещами.

Злонамеренность вынудит жить в труднопроходимых местах, испещренных глубокими пропастями, скалистыми ущельями и т.п..

Употребление резких слов приведет к перерождению в местах, мало пригодных для жизни, изобилующих скалами, камнями, шипами и т.п.

Пустословие вынудит переродиться в голых, бесплодных местах, где, сколько ни работай, земля ничего не родит; а наступение времен года нерегулярно и непредсказу-

емо.

Алчность приведет к тому, что урожаи будут скудными, и к тому же придется испытывать множество бедствий в непривет-ливых землях и в тяжелые времена.

Вследствие злонамеренности мы переродимся в местах, где будем испытывать постоянный страх и где на нас будут обрушиваться нескончаемые бедствия.

Ложные воззрения приведут к перерождению в бедности, без пристанища и без защитников.

## 2.4 МНОЖАЩЕЕСЯ СЛЕДСТВИЕ

Множашееся следствие состоит в том, что мы склонны снова и снова повторять те действия, которые мы совершали прежде.

Это порождает бесконечную цепь страданий, тянущуюся через все наши последующие жизни. Так еще более множатся наши неблагие действия, что является причиной нашего бесконечного блуждания в сансаре.

## II БЛАГИЕ ДЕЙСТВИЯ, КОТОРЫХ СЛЕДУЕТ ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ

Вообще говоря, десять благих действий состоят в том, чтобы, осознав вредность десяти неблагих действий, таких как воровать, присваивать чужое и пр., дать чистосердечный обет никогда не совершать больше ни одного из них.

Не обязательно давать обет в присутствии учителя или наставника. Внутренняя решимость воздерживаться в будущем, к примеру, от совершения всяких убийств или от убийств в каком-либо месте или в какое-либо время, или от убийства некоторых животных - такая решимость сама по себе является благим действием. Однако, такой обет, если он дан в присутствии учителя, духовного друга или объектов, представляющих Три Драгоценности, имеет существенно большую силу.

ММММММ Недостаточно просто перестать убивать или совершать другие неблагие действия. Необходимо взять на себя обязательство, скрепив его обетом, больше никогда, ни при каких обстоятельствах не совершать названного действия. Поэтому даже миряне, которые не в состоянии полностью отказаться от убийства,

могут все же извлечь большую пользу, дав обет не убивать в каждом году в течение некоторого периода - скажем, в течение первого тибетского месяца - масяца Чудес или в течение четвертого мусьяца, известного как Вайшакша; или не убивать в каждое новолуние и в каждое полнолуние; или не убивать в таком-то году, в таком-то месяце, в такой-то день.

Много лет назад в одной деревне мясник дал обет в присутствии благородного Катаьяны не убивать ночью. Он переродился в преходящем аду, где в течение дня его пытали в сооружении из раскаленного металла. Но по ночам он счастливо жил во дворце, в окружении четырех богинь.

Стало быть, десять благих действий состоят в том, чтобы

избегать десяти неблагих действий и практиковать соответствующие противоядия.

Физические благие действия это 1) впро-

тивовес убийству - охранять жизнь существ; 2) впротивовес воровству - проявлять щедрость; 3) впротивовес сексуальным проступкам - придеживаться правил дисциплины.

Словесные благие действия это 1) впротивовес лжи - говорить правду; 2) впротивовес сеянию вражды - примирять споры и противоречия; 3) впротивовес резким словам - говорить дружески; 4) впротивовес пустословию - прилежно читать молитвы.

Ментальные благие действия это 1) впротивовес алчности - стремиться быть щедрым; 2) впротивовес злонамеренности -

проявлять доброжелательность;3)впротивовес ложным взглядам - придерживаться подлинных.

Полностью созревшим следствием из этих действий будет перерождение в одной из трех высших сфер.

В плане *действий* следствием, сходным с причиной, будет то, что в последующих жизнях станем испытывать удовольствие, совершая благие деяния, отчего наши заслуги будут непрерывно увеличиваться.

В плане *явлений в жизни* следствием, сходным с причиной, будет для каждого из десяти благих действий следующее: благодаря нашему отказу от убийств, будем иметь долгую жизнь с малым количеством болезней; благодаря нашему отказу от воровства, будем жить в благополучии, не имея врагов и не подвергаясь нападению воров; благодаря отказу от сексуальных нарушений, будем иметь привлекательных партнеров и малое число соперников; благодаря отказу ото лжи, будем пользоваться всеобщей любовью и одобрением; благодаря отказу от резких слов, нам доведется слышать много приятного; благодаря отказу от пустословия, нас будут слушать со вниманием; благодаря отказу от алчности, наши желания будут исполняться; благодаря отказу от злонамеренности, никто не будет наносить нам никакого вреда; благодаря отказу от ложных воззрений, будем иметь истинный взгляд на вещи.

Обуславливающее следствие в каждом случае противоположно соответствующему негативному следствию. Те места, в которых мы будем перерождаться, будут во всех отношениях идеальными.

Благодаря множасемуся следствию, всякое совершенное нами благое действие будет множиться, что будет приносить нам все новые и новые заслуги.

### III. КАРМИЧЕСКАЯ ПРИРОДА ВСЕХ ВЕЩЕЙ

Необозримое разнообразие удовольствий и страданий, которые испытывает каждое существо - начиная с вершины

существования и до самых предельных глубин ада - проистекает исключительно из благих и неблагих действий, которые каждый накопил в прошлом. В *Сутре ста действий* говорится:

Печали и радости существ, сказал Будда,  
Проистекают из их действий.  
Многообразие действий порождает  
Многообразие существ и вызывает  
Несходные их блуждания.  
Сплетенья же действий, поистине, необозримы!

Сила, власть, богатство и собственность, какие у нас есть, не остаются при нас после смерти. Мы уносим с собой лишь благие и неблагие действия, накопленные в течение жизни. Это они перекидывают нас в высшие или низшие сферы. В *Сутре наставлений Правителю* читаем:

Когда настает момент уходить, о Повелитель,  
Друзья, владения и семьи не следуют за нами.  
Но куда бы существа ни перемещались,  
Их действия как тень следуют за ними.

Бывает, что следствия наших благих и неблагих действий не распознаются и не

проявляются сразу, но они никогда не исчезают. При должном стечении обстоятельств они все проявятся, одно за другим. Как говорится в *Сутре ста действий*:

И даже после сотен калып  
Не исчезают действия существ.  
Но лишь условия сойдутся,  
И плод их полностью созреет.

А в *Сокровище драгоценных духовных качеств* находим:

Когда орел парит в поднебесье, тень его нигде не видать;  
Однако орел и тень его нераздельны всегда.  
Так и действий существ - никогда их не покидают;  
И при должных обстоятельствах, следствия не преминут  
объявиться.

Когда птица парит высоко в небе, кажется, что тень ее исчезает. Но это не значит, что у нее нет тени. Как только птица спускается, ее тень вновь появляется, столь же отчетливо види-мая как прежде. Точно так же, хотя позитивные и негативные следствия наших действий могут в данную минуту не наблюдаться, но, в конечном итоге, они неминуемо проявятся.

Как это могло бы быть иначе для нас, ординарных существ, если даже будды и архаты, полностью исчерпавшие свои карми-ческие и эмоциональные омрачения, все же должны испытать

следствия своих прошлых действий.

Однажды войска Вирудхаки, повелителя Шравасты, ворвались в город шакьясов<sup>73</sup> и уничтожили восемьдесят тысяч человек. В эту минуту у Будды разболелась голова. Когда ученики его спросили, почему так получилось, он рассказал вот что:

В прошлые времена шакьясы были рыбаками; они жили рыбной ловлей и питались рыбой. Однажды они выловили две большие рыбы; но вместо того чтобы сразу их убить, они привязали их к мачте. Корчась в муках без воды, рыбы подумали:

«Эти люди убивают нас, хотя мы не причинили им никакого вреда. Пусть за это нам выпадет случай убить их, хотя бы они не причиняли нам никакого вреда.» Вследствие этой мысли те две рыбы переродились как правитель Вирушака и его министр Матропакара; а все другие рыбы, которых когда-то выудили рыбаки, теперь были его войско. Сегодня они уничтожили шакьясов. В ту пору я был сыном одного из тех рыбаков, и я смеялся, видя как две рыбы, привязанные к мачте, корчились в невыносимых предсмертных муках. Вследствие этого моего действия у меня сегодня разболелась голова. А если бы я не обладал сейчас моими нынешними качествами<sup>8 3</sup>, я был бы тоже растерзан войсками Вирушаки.

В другой раз Будда занозил ногу щепкой от акации. Это было результатом того, что в одной из своих прошлых жизней, когда он был еще бодхисатвой<sup>74</sup>, он убил Лансеро Черного<sup>8 4</sup>.

Среди всех учеников Будды из шравяков Маудгальяна отличался несравненной магической силой. Однако, вследствие своих прошлых действий, он был убит Париврадджикасами. Просветленный Шарипутра и Маудгальяна имели обыкновение посещать другие сферы, - ады, сферу голодных духов и т.п. - чтобы облегчить участь существ, которые там находились. Од-нажды, будучи в одном из адов, они встретили учителя тиртхика-сов по имени Пурнакашьяпа, который переродился в этом аду и переносил бесконечные мучения. Он обратился к ним со следу-ющими словами:

«Благородные существа! Когда вы возвратитесь в мир людей, скажите им, что их учитель Пурнакашьяпа переродился в одном из адов. Скажите им, что путь Париврад-жикасов не ведет к добродетели. К добродетели ведет Учение Шакьямуни. Наша религия является ложной, им следует отказаться от нее и следовать за учениками Шакьямуни. И, главное, скажите им, что, когда они возлагают приношения на свой алтарь, сложенный из костей, на меня обрушивается металлический дождь. Попросите их, пожалуйста, не делать больше приношений.»

Два благородных собрата вернулись в мир людей. Шари-путра достиг его раньше и сразу отправился к тиртхикасам, чтобы передать им послание их учителя. Но так как не было необходимых кармических условий, тиртхикасы не стали его даже и слушать. Когда прибыл Маудгальяяна, он спросил Шарипутру, передал ли он послание Пурнакашьяпы.

«Да, передал, -ответил Шарипутра, -но они ничего не сказали.»

«Значит, они не поняли того, что ты им говорил, -сказал Маудгальяяна, - тогда я сам поговорю с ними.»

И он пошел к ним, чтобы передать им то, о чем просил Пурнакашьяпа.

Но тиртхикасы пришли в ярость: «Мало того, что он оскорбляет нас, так он еще критикует нашего учителя. Бейте его!»

Они накинулись на него, размололи в куски и бросили. До той поры не только что Париврад-жикасы своими ударами, но и все три мира в совместной атаке не смогли бы даже и волоса пошевелить на его голове. Но в ту минуту он был раздавлен бременем своих прошлых действий и оттого погиб как обыкновенный человек.

«Я не совершил никакого чуда, - говорил Шарипутра, -

потому что мне такое даже и в голову не могло прийти». Шарипутра прикрыл его своими одеждами и унес. Дойдя до леса Йетавана, Шарипутра разразился рыданиями:

«Даже и услышать о смерти друга было бы невыносимо. Каково же увидеть его мертвым!»

И он, вместе со многими другими архатами, перешел в состояние нирваны. Сразу же после этого и Маудгальяяна

перешел в состояние за пределами всякого страдания.

В Кашмире жил монах по имени Равати, обладавший ясновидением и умением вершить чудеса, у которого было много учеников. Однажды, в густом лесу, он красил шафраном свои монашеские одежды; и в то же время один мирянин, живший поблизости, искал своего потерявшегося теленка. Заметив дым, шедший из гущи леса, он пошел посмотреть, что там происходит, и увидел монаха, раздувавшего огонь.

«Что ты делаешь?» -спросил он.

«Крашу свои одежды шафраном» -ответчал монах.

Мирянин поднял крышку котла и заглянул вовнутрь.

«Так это же мясо!» - закричал он.

Тогда и монах заглянул внутрь котла и тоже увидел там мясо. Мирянин отвел монаха к правителю и сказал ему:

«Повелитель, этот монах украл у меня теленка. Прошу, накажи его за это.»

Правитель велел бросить Равати в яму. Через несколько дней корова мирянина нашла потерявшегося теленка. Тогда мирянин снова пошел к правителю и сказал ему:

«Повелитель, монах не крал теленка. Прошу, освободи его.»

Правитель однако, забыл освободить Равати. Так прошло шесть месяцев. Но однажды множество учеников этого монаха, обладавшие волшебной силой, переместились по воздуху в эти места и предстали перед правителем.

«Монах Равати чист и невиновен, -сказали они правителю, - ты должен его освободить».



Правитель пошел освобождать монаха. Когда он увидел, в каком плачевном состоянии тот находился, он почувствовал угрызения совести.

«Я слишком долго медлил! - вскричал он. - Я совершил ужасную ошибку.»

«Ты ничего плохого не совершил, - сказал монах. - Все это было следствием моих прошлых действий.»

«Каких действий?» - спросил правитель.

«В одной из прошлых жизней я был вором и однажды украд теленка. Хозяин бросился за мной, и тогда я оставил теленка около одного пратьекабудды, котрый медитировал в густом лесу, а сам убежал. Хозяин схватил пратьекабудду и бросил его в яму на шесть дней. Полностью созревшее следствие этого действия привело меня на много жизней к страданиям в низших сферах. Страдания, которые я только что испытал в этой жизни, завершают цикл следствий этого действия.»

Еще один пример - рассказ о сыне правителя Индии Сураб-хибхадры<sup>85</sup>. Однажды мать принца подарила ему цельнокроенное шелковое одеяние. Принц не хотел сразу же начать его носить.

«Я надену его в тот день, когда наследую трон» - сказал он.

«Ты никогда не наследуешь трон, - сказала его мать. - Это могло бы случиться, только если бы привитель, твой отец, умер.

Однако твой отец и учитель Нагарджуна обладают одной и той же жизненной силой<sup>86</sup>. Поэтому твой отец не может умереть, пока Нагарджуна жив. Оттого твои многочисленные старшие братья умерли, так и не наследовав трон.»

«Что же мне тогда делать?» - спросил принц.

«Пойди к учителю Нагарджуне и попроси у него его голову. Он согласится, потому что он бодхисаттва. Я не вижу другого выхода.»

Юноша пошел к Нагарджуне и попросил у него его голову.

«Отрежь и бери», сказал Учитель.

Юноша взял шпагу и пытался рассечь ею шею Нагарджуны. Но ничего не происходило, будто он размахивал шпагой по воздуху.

«Оружием меня не возьмешь, - объяснил Учитель, - потому что пятьсот жизней назад я очистился от всех кармических следствий от пользования оружием. Но однажды, срезая траву *куша*, я убил одно насекомое. Так как я не очистился полностью от следствия этого действия, ты можешь отрезать мне голову листом травы *куша*. Юноша взял лист травы *куша*, срезал им голову и она упала на землю. Нагарджуна перешел в нирвану со словами:

Теперь я отбываю в Землю Счастья,

Чтобы потом опять вернуться в то же тело<sup>87</sup>.

Если даже такие исключительные существа должны испытывать следствия своих собственных действий, как же тогда мы, блуждающие с безначальных времен в сферах сансары и накопившие бесчисленное множество негативных действий, можем предположить, что вырвемся из сансары, если мы продолжим накапливать негативные действия? Даже и вырваться из низших сфер будет нелегко. Так что мы должны неукословно стремиться избегать самых малейших неблагих действий и делать усилия чтобы совершать благие действия, хотя бы и самые незначительные. Если мы не сделаем этого усилия, каждая минута неблагого поведения будет стоить нам жизни в низших сферах в течение многих кальп. Не следует недооценивать даже и самые малые неблагие действия, полагая, что от них не будет большого вреда. Как говорит Бодхисаттва Шантидева:

Если за мгновение неблагого поведения  
Полагается провести кальпу в аду Максимальных мучений,  
А мы с безначальных времен совершили так много неблагого,  
Можем ли мы еще думать, что попадем в высшие сферы?

А в *Сутре мудреца и безумца* сказано:

Не упускай даже и малые промахи,  
Полагая, что от них не будет вреда.  
Даже крохотная искра огня  
Может поджечь целую гору сена.

Точно так же даже крохотные благие деяния могут принести огромную пользу; не отвергайте их, полагая, что нет особого смысла их совершать.

В одной из предыдущих жизней правитель Мандхатри был бедняком. Однажды, когда он шел на свадьбу с пригоршней бобов в руке, он повстречал будду Кшантишарану, шедшего по направлению к селению. Увидев его, Мандхатри почувствовал сильный прилив любви и бросил ему свои бобы. Четыре бобинки попали в миску будды для подаяний, а две другие тронули его сердце. Полностью созревшее следствие этого действия привело к тому, что он переродился как Вселенский монарх континента Джамбуд-випа. Благодаря четырем бобинкам, попавшим в миску будды, он правил на четырех континентах в течение восьмидесяти тысяч лет. Благодаря одной бобинке, которая тронула сердце будды, он был сувереном Четырех Великих Правителей на протяжении сорока тысяч лет. А благодаря второй бобинке он с тридцатью семью Индрами подряд делил наравне престол божественной сферы Тридцати трех.

Говорят также, если просто увидишь будду и бросишь в его честь цветок в воздух, то будешь делить престол с Индрой в течение необозримо-долгого времени. Поэтому в *Сутре мудреца и безумца* говорится:

Не относись с небрежением к малым делам,  
Считая, что пользы от них немного.  
Капли воды, одна за другой,  
Со временем огромный чан заполняют.

А в *Сокровище драгоценных духовных качеств* говорится:

Из малых семян с горчичное зерно вырастают  
огромные деревья ашота, которые в один лишь год  
протягивают свои ветви на целую лигу.  
Но благие и неблагие действия разрастаются еще быстрее.

Семя дерева ашота не больше чем горчичное зерно, но дерево-во растет так быстро, что оно может в течение одного года вытянуть свои ветви на целую лигу. И все же это не сравнить с

тем, как разрастаются следствия благих и неблагих действий.

Даже незначительное преступление заповедей создает огромные негативные следствия. Однажды Элапаттра, правитель нагов, предстал перед буддой, переодевшись вселенским монархом. Будда сделал ему выговор в таких словах:

«Тебе мало того вреда, который ты нанес учению будды Кашьяпы? Теперь собираешься нанести ущерб также и моему учению? Слушай Дхарму в своем подлинном обличи.»

«Слишком многие пожелают нанести мне увечье, если я появлюсь в своем подлинном виде»-ответил нага.

Тогда Будда отдал его под защиту Ваджрапани. Элапаттра превратился в огромную змею длиной во много лиг. На голове у него росло огромное дерево элапаттра, которое его придавливало своим весом и корни которого кишели насекомыми, причинявшими ему ужасные страдания. Когда у Будды спросили, как все это произошло, он объяснил:

«В давние времена, когда Дхарме учил будда Кашьяпа, он был монахом. Однажды его одежда зацепилась за большое дерево элапаттра, росшее возле дороги, и порвалась. Он пришел в ярость и, в нарушение заветов<sup>88</sup>, срубил дерево. То, что вы видите сегодня, это следствие того действия.

Для всех действий, благих и неблагих, намерение является безусловно наиболее важным и решающим фактором, определяющим, являются ли они благими или неблагими и в какой степени тем или иным. Возьмем, например, дерево: если у дерева корень лечебный, то ствол и листья также имеют лечебные свойства. Если же корень ядовит, то ствол и листья также ядовиты. Точно так же, если намерение исходит из желания или агрессивных устремлений и, следовательно, не является в полной мере чистым, действие, которое оно порождает, является неблагим, хотя бы оно и казалось благим. С другой стороны, если желание безупречно, то действие, хотя оно и кажется неблагим, является, на самом деле, благим.

*В Сокровище драгоценных духовных качеств* говорится:

Если корень целебный, таковы же и побеги.

Если же корень ядовит, то и побеги, явно, ядовиты.

Не то как действие глядится и малое оно или большое

Делает его благим или неблагим,

Но то намерение, которое за ним стоит.

По этой причине бодхисаттвам, наследникам Победителя, в некоторых случаях разрешается совершать негативные действия в плане тела и речи, при условии что их сознание остается чистым и не затронуту каким-либо эгоистическим желанием. Это иллюстрируется рассказами о капитане по имени Великое Сострадание, который убил Лансеро Черного, и о молодом брамине по прозвищу Звездочет, который нарушил обет целомудрия, женившись на девушке из семьи браминов.

В одной из предыдущих жизней Будда был капитаном по имени Великое Сострадание. Он плыл по океану и у него на борту было пятьсот купцов. Когда на него напал злобный пират-разбойник Лансеро Черный и пригрозил, что убьет всех купцов. Зная, что эти купцы являются бодхисаттвами, которые не возвращаются<sup>75</sup>, капитан подумал, что тот, кто их убьет, должен будет бесчисленное число калп выносить муки в адских сферах. Капитан почувствовал безграничное сострадание к пирату и подумал так: «Если я убью его, ему не придется идти в ад. Так что я должен поступить таким образом, даже если за это мне самому надо будет отправляться в адские сферы.» Проявив безграничную храбрость, он убил пирата и за это действие получил больше заслуг, чем нормально мог бы заработать за семьдесят тысяч калп. С виду действие было неблагим, поскольку бодхисаттва совершил физический акт убийства. Но в этом акте не было ни малейшего

эгоистического побуждения. Ближайшим результатом было то, что он спас жизнь пятисот купцов; а в перспективе он также спас Лансеро Черного от страданий в аду. Поэтому, по существу, это было очень мощное благое деяние.

Другая история повествует о брамине по прозвищу Звезда-чет, который многие годы жил в лесу, соблюдая обет целомудрия.

Однажды он пошел в селение просить подаяние и одна девушка из семьи браминов так безумно влюбилась в него, что собиравшись покончить жизнь самоубийством. Испытывая к ней невыразимое сострадание, он женился на ней, что принесло ему сорок тысяч калып заслуг.

Таким существам разрешается убивать и нарушать обет целомудрия. С другой стороны, аналогичные действия, совершенные по эгоистическим мотивам, таким как желание, ненависть или невежество, не разрешаются никому.

Бодхисаттве, обладающему широтой видения и лишенному каких-либо эгоистических желаний, дозволено обворовать

скупых богатеев и преподнести это добро от их имени Трем Драгоценностям либо раздать его нищим.

Также разрешается лгать ради спасения чьей-либо жизни или сохранения того, что принадлежит Трем Драгоценностям.

Сеять вражду разрешается в том случае, если, к примеру, один из двух друзей любит делать добро, а другой склонен совершать неблагие действия и тот, кто совершает неблагие действия, сильнее, так что есть опасность, что он может повлиять на первого. Однако никому не разрешается поссорить без всяких причин двух людей, которые хорошо ладят друг с другом.

Можно, к примеру, использовать резкие слова как более сильное средство привести к Дхарме тех, на кого мягкие увещания не действуют. Это также разрешается, чтобы преподать ученику урок, который поможет показать ему его скрытые недостатки. Как говорит Атиша:

Лучший учитель - тот, кто нападает на скрытые недостатки;

Лучший урок - тот, что нацелен прямо на эти недостатки.

Но резкие слова не разрешаются, если они используются чтобы выразить презрение другим.

Пустословие может использоваться как умелое средство, чтобы привести к Дхарме тех, кто любят поговорить и без этих разговоров не могли бы заинтересоваться Дхармой.

Однако три негативные действия в плане сознания не разрешаются никому и никогда, потому что никакое наше намерение не может обратить их в нечто позитивное.

Сознание является единственным создателем благого и неблагого. Во многих случаях мысли, которые возникают в сознании, хотя и не выражаются словами или действиями, имеют очень сильный позитивный или негативный эффект. Поэтому постоянно проверяйте свое сознание. Если мысли у вас позитивные, порадитесь этому и стремитесь, чтобы они становились все более благими. Если же они носят отрицательный характер, немедленно признайтесь себе в этом и устыдитесь, что после всех полученных вами уроков Дхармы вы все еще не избавились от подобных мыслей. Пообещайте себе делать впредь все возможное, чтобы такие мысли у вас больше никогда не возникали.

Даже в том случае, когда вы собираетесь сделать что-либо

благое, тщательно проверьте сначала свои побудительные мотивы. Если они благие, тогда действуйте. Если же вы делаете это чтобы произвести впечатление на других,

доказать свое превосходство, стать знаменитым и т.п., тогда непременно внесите изменение в свое намерение, включив в него Бодхичитту. Если вы не в состоянии изменить свои мотивы, тогда будет лучше отложить это благое действие.

Однажды геше Бен Кунгьял, ожидая визита своих благо-творителей, утром перед их приходом с большой тщательностью разложил на алтаре подношения Трем Драгоценностям. Но, проверив свои побудительные мотивы, он понял, что они не были чистыми, ибо он хотел произвести хорошее впечатление на своих благотворителей. Тогда он взял пригоршню пыли и рассыпал ее поверх своих подношений, приговаривая: «Монах, лучше будь, какой ты есть, чем пускать пыль в глаза.»

Когда эту историю услышал Падампа Сангье, он сказал:

«Пригоршня пыли, которую рассыпал Бен Кунгьял,- это самое лучшее во всем Тибете подношение.»

Всегда внимательно следите за своим сознанием. Так как мы обыкновенные существа, мы неизбежно порождаем мысли и совершаем действия, вызванные неблагими намерениями. Однако, если мы сумеем тут же распознать свою ошибку, признаемся в ней и дадим зарок, больше этого не делать, с этим будет покончено..

В другой раз Геше Бен был в доме своих покровителей. В какой-то момент хозяйева вышли из комнаты и геше подумал:

«У меня нет чая. Стащу-ка я немного заварки, когда пойду назад в свое убежище.»

Но в ту минуту, как он запустил руку в их мешок с чаем, он вдруг понял, что он делает и позвал своих покровителей: «Подите сюда и посмотрите, что я делаю. Отрубите мне руку. «

Атиша говорил: «С того времени, как я принял обеты прати-мокши, я не запятнал их ни малейшей ошибкой. Практикуя запо-

веди бодхисаттвы, я допустил одну или две оплошности. Но с тех пор как я вступил на путь Секретной Мантраяны, я иной раз спотыкался, но ни разу не позволил себе не исправить свои ошибки и промахи в тот же день.

Когда он путешествовал, как только у него появлялась неблагая мысль, он брал деревянное основание мандалы<sup>8 9</sup>, которое возил с собой, и признавался в своей неблагой мысли, давая обет , что никогда этого больше не допустит.

Однажды Геше Бен был на многочисленном собрании геше в Пеньюлгьел. Через некоторое время гостям вынесли курд. Сидя в одном из средних рядов, Геше Бен заметил, что монахи в первом ряду получают большие порции.

«Курд, похоже, вкусный, - подумал он про себя,- но не думаю, что мне достанется нормальная порция.»

Он тут же поймал себя на этой мысли и сказал себе: «Ты, видно, одержим курдом», и перевернул свою миску дном вверх.

Когда человек, разносивший курд, предложил ему, геше ответил: «Мое злонамеренное сознание уже получило свою порцию.»

Нет ничего плохого в том, чтобы испытать желание получить во время праздника такую же порцию, как другие монахи; дело было в эгоистической мысли о том, как бы заполучить эту вкусную еду, и это заставило геше отказаться. от курда.

В прошлые времена жил брамин по имени Рави, который постоянно следил за своим сознанием. Когда у него появлялась неблагая мысль, он откладывал в сторону черный камень. А когда мысль была благой, он откладывал белый. Вначале он откладывал только черные камни. Но затем он стал применять противоядия и стремился держаться благих мыслей,избегая неблагих, и наступил момент, когда горка черных камней сравнялась с горкой белых. В конце он откладывал только лишь белые камни. Точно так же и мы должны быть внимательны и бдительны, и использовать проти-воядия против всего неблагого, для того чтобы избежать загрязнение сознания даже и самым незначи-

тельным негативным действием.

Возможно, вы не аккумулировали неблагие действия в этой жизни; но вы не можете знать о всех тех действиях, которые скопили в сансаре с безначальных времен, или представить себе

все следствия этих действий, которые вам еще предстоит испытать. Есть люди, которые отдают свои силы исключительно благим деяниям и стремлению постичь пустоту и однако их преследуют нескончаемые страдания. Это объясняется тем, что следствия их действий, которые иначе оставались бы в латентном состоянии, а затем проявились в перерождении в низших сферах, благодаря применению противоядия созревают и проявляются в этой жизни. В *Сутре режущего алмаза* говорится:

Бодхисаттвы, практикующие трансцендентальную мудрость, будут подвергаться мучениям, даже жестоким мучениям,

в силу прошлых действий, которые принесли бы им страдания

в будущих жизнях, но созрели в этой жизни.

С другой стороны, есть люди, причиняющие только зло, но испытывающие незамедлительно следствия своих немногих благих действий, которые в противном случае созрели бы в будущем.. Вот что случилось в стране Апарантака: в течение семи дней с неба сыпался град из драгоценных камней, затем семь дней подряд падала одежда, следующие семь дней сыпались потоки зерна; и, напоследок, обрушилась лавина земли, похоронившая всех жителей, и они переродились в адских сферах.

Вследствие действий, совершенных в прошлом, постоянно встречаются ситуации, когда те, кто делают добро, - страдают, а те, кто приносят вред, - счастливы. Ваши нынешние действия, благие и неблагие, так или иначе принесут свои плоды - в будущей жизни или в последующих. По этой причине существенно важно развить в себе твердое убеждение в том, что ваши действия неизбежно чреватые следствиями и действовать в соответствии с этим убеждением.

Не пользуйтесь языком Высшего воззрения<sup>90</sup> для ниспровержения принципа причины и следствия. Великий Мастер из Уддияны говорил:

Великий Повелитель! В Секретной Мантраяне, которой я учу,

Видение важнее всего.

Но не позволяй действию потеряться в пучине Видения.

Если это случится,

Ты извратишь Видение как те бесы, которые болтают, что-де добро пусто и зло тоже пусто.

Но также и не позволяй, чтобы Видение потерялась в пучине действия,

Тогда попадешь в сети, расставленные материализмом и его идеологией<sup>76</sup>,

И никогда не обретешь освобождения.

Вот почему мое Видение парит выше небес, но мое внимание к действиям и их следствиям отлажено как хорошая мельница для тонкого помола муки<sup>77</sup>

Стало быть, каким бы ни был с позиции вашего Видения ваш уровень постижения Высшей реальности, вам следует быть предельно внимательными к своим действиям и их возможным следствиям.

«Будет ли совершение неблагих действий чревато вредоносными следствиями и после постижения пустоты?» спросили Падампу Сангье.

«Когда постигаешь пустоту, - отвечал Падампа Сангье, неблагие действия становятся абсурдными. Одновременно с постижением пустоты рождается сострадание.»

Поэтому, если хотите идти путем подлинной Дхармы, сделайте своим главным правилом действовать в соответствии с принципом причины и следствия, а в дхармической практике не разобщать Видение и действие.

Знаком того, что вы усвоили учение о принципе причины и следствия, будет подражание примеру Джетсуна Миларепа. Однажды его ученики сказали ему:

«Все, что ты делаешь, Джетсун, лежит за пределами понимания обыкновенных существ. Драгоценный Джетсун, не был ли ты с самого начала манифестацией Ваджрадхары, или Будды, или Бодхисаттвы?»

«То, что вы считаете меня манифестацией Ваджра-

дхары, Будды или Бодхисаттвы, - ответил Миларепа, - показывает, что вы верите в меня, но имеете, однако, крайне ложное представление о Дхарме. Я начал с того, что насобирав кучу в высшей степени неблагих действий - напускал порчу, насылал град. Скоро я понял, что неминуемо попаду в адские сферы, и стал с неослабеваемым рвением практиковаться в Дхарме. С помощью глубоких методов Секретной Мантраяны, я развил в себе неординарные способности. Вы не проявляете подлинного упорства в дхармической практике оттого, что у вас нет полного доверия к принципу причины и следствия. Те, кто обладают упорством, могут развить в себе рвение, подобное моему, однако при том условии что они всем сердцем поверят в принцип причины и следствия. Тогда они смогут развить такие же качества, как у меня, и люди будут также считать их манифестацией Ваджрадхары, Будды или Бодхисаттвы».

Вера в принцип причины и следствия полностью убедила Джетсуна Милу, что вследствие тех вредоносных действий, которые он совершил в молодости, он переродится в одном из адов. Благодаря этому убеждению Джетсун Миларепа тренировался с редким упорством, прилагая невероятные усилия и преодолевая неслыханные препятствия, чем и прославился во всей Индии и в Тибете.

Поэтому выработайте в себе исходящую из глубин вашего естества веру в кардинальную важность принципа причины и следствия. Постоянно совершайте как можно больше - пусть самых незначительных, - благих действий, используя всякий раз три высших метода<sup>78</sup>. Дайте себе обещание никогда больше, - хотя бы от этого зависела ваша жизнь, - не совершать даже самые малые неблагие действия.

Проснувшись поутру, не выскакивайте сразу из своей постели, словно корова или овца из своего стойла. Еще лежа в кровати, мысленно расслабьтесь, загляните в свое сознание и тщательно просмотрите его. Если ночью в своих снах вы совершили что-либо неблагое, признайтесь в этом и выразите по этому поводу сожаление. С другой стороны, если вы совершили что-либо благое, порадитесь этому и посвятите заслуги благу всех существ. Поднимите в себе бодхичитту, думая таким образом: «Сегодня я буду избегать всего неблагого и совершу столько благих действий, сколько будет в моих силах, чтобы все несметные существа могли обрести безупречную Буддовость.»

Вечером, когда ложитесь спать, не погружайтесь немедленно в состояние беспмятства. Лежа в постели, сначала расслабьтесь и как прежде загляните в свое сознание: «Как я использовал этот день? Действовал ли я положительно?» Если вы сделали что-либо благое, порадитесь и посвятите заслуги всем существам - во имя того чтобы они могли постичь Буддовость. Если вы сделали что-либо негативное, выразите искреннее сожаление о том, что вы использовали этот день себе во вред. Признайтесь в содеянном и пообещайте себе никогда этого не повторять.

Будьте всегда сосредоточены и следите за тем, чтобы не принимать ваше восприя-

тие мира и существ, его населяющих,

как нечто реальное и устойчивое. Стремитесь принимать все, что вы воспринимаете, как нереальные видения.

Постоянно держать свое сознание в рамках добродетели и честности и тем подготовить его к тому, чтобы вершить благое - такова, по существу, цель, а также и следствие применения на практике упомянутых выше четырех размышлений, которые отвращают сознание от сансары. Если мы следуем этим курсом, все наши позитивные действия естественным образом связываются с тремя высшими методами. Как говорится:

Тот, кто вершит благо, подобен лечебному дереву:

всякий, кто доверится ему, извлечет благо.

Тот, кто наносит вред, подобен ядовитому дереву:

всякий, кто довертсся ему, будет уничтожен.

Если ваше сознание способно творить благое, вы можете привести к истинной Дхарме всех, кто с вами связан<sup>9</sup> 1. Тогда будут безспредельно расти и ваши заслуги, и заслуги других. Вы не переродитесь более в низших сферах, откуда, -если туда попадаешь,- бывает трудно вырваться. Вас ждет необыкновенное существование либо в облике бога, либо в облике человека. Даже и само место, которое станет резиденцией практикующего эти наставления, будет благоприятным и процветающим, и боги будут постоянно ему покровительствовать.

*Я знаю все частности принципа причины и следствия,*

*но, по сути, я не верю в него.*

*Я прослушал множество учений о Дхарме.,*

*но я не практикуюсь в ней.*

*Благослови меня и всех заблудших как я,*

*чтобы наше сознание слилось с Дхармой.*

## ГДАВА 5

### БЛАГОТВОРНОСТЬ ОСВОБОЖДЕНИЯ

*Ведомый многими просвещенными и озаренными существами,*

*Ты практиковался и постигал наставления своих учителей.*

*Ты умело показываешь существам высший путь освобождения.*

*Несравненный Учитель, я преклоняюсь пред тобой.*

Слушайте это учение о преимуществах освобождения и следующую главу о том, как надлежит следовать наставлениям духовного друга так, как было описано выше.

Что такое освобождение? Это означает вырваться на свободу из океана страдания,



именуемого сансары, и либо достичь уровня шраваков или пратьекабудд, либо обрести непревзойденную Буддовость.

## **I. ПРИЧИНЫ, ВЕДУЩИЕ К ОСВОБОЖДЕНИЮ**

Для достижения освобождения требуется, во-первых, подготовить сознание с помощью четырех размышлений, отвращающих от сансары, - и прежде всего мысли о том, сколь трудно получить свободы и преимущества; и во-вторых, тренироваться, начиная с принятия прибежища, краеугольного камня всех путей, и вплоть до полного завершения основной практики<sup>79</sup>. Благотворность каждой серии таких упражнений будет показана в соответствующих главах текста.

## **II. РЕЗУЛЬТАТ - ТРИ УРОВНЯ ПРОСВЕТЛЕНИЯ**

Достигнете ли вы уровня шраваков, пратьекабудд или буддовости, результатом будет умиротворение и покой вдали от опасных дорог сансары с ее страданиями. Какое счастье!

Поскольку из всех возможных путей вы сейчас выбрали путь Махаяны, все аспекты практики - десять благих действий, четыре несоизмеримости, шесть трансцендентных совершенств, четыре концентрации, четыре бесформенных состояния, сосредоточенность и глубокое прозрение, и т.п. - должны проводиться исключительно с устремлением обрести полную Буддовость и с применением трех высших методов: породить бодхичитту перед началом практики, быть свободным от концептуализации при проведении практики и заключать практику посвящением заслуг.

## **ГЛАВА ШЕСТАЯ**

### **КАК СЛЕДОВАТЬ СВОЕМУ ДУХОВНОМУ УЧИТЕЛЮ**

Ни в одной сутре, тантре или шаштре не упоминается о возможности обрести полную Буддовость, не следуя наставениям духовного учителя. Также неоспоримо, что никто никогда не достиг свершений, соотносимых с различными этапами и путями, благодаря собственной изобретательности и пользуясь своим собственным методом. Все существа, включая нас самих, весьма склонны идти в ложном направлении; а что касается выбора пути,

ведущего к освобождению и всеведению, то без поводыря мы уподобились бы тому слепцу, который заблудился посреди открытой равнины.

Никто не сможет привезти драгоценности с острова сокровищ, если у него не будет опытного навигатора<sup>1</sup>. Для нас таким навигатором на пути к освобождению и всеведению является наш духовный друг или же духовный спутник, и мы должны с уважением следовать своему учителю.. С этой целью мы должны сначала внимательно изучить его,

затем следовать ему и, в конечном счете, подражать ему во всех его действиях и свершениях.

## 1. ИЗУЧАЯ СВОЕГО УЧИТЕЛЯ

В наши дни большинство людей легко поддаются под влияние друзей, окружающих обстоятельств и т.п. Поэтому необходимо неуклонно и при всех обстоятельствах следовать советам своего учителя и духовного друга.

Когда в сандаловых лесах Малайских гор валится обыкновенное дерево, его древесина мало-помалу вбирает в себя сладкий сандаловый запах. Через несколько лет эта обыкновенная древесина имеет такой же запах, как окружающие его сандаловые деревья. Точно так же, если вы достаточно долго являетесь учеником своего несравненного учителя, щедро одаренного высокими качествами, вы впитываете в себя аромат этих высоких качеств и уподобляетесь ему во всем, что вы делаете.

Как ствол обычного дерева,  
Упавшего в лесу в Малайских горах,  
Вбирает запах сандала из свежих листьев и ветвей вокруг,  
Так и вы должны уподобиться тому, чьему примеру вы следуете<sup>80</sup>.

В наши мрачные времена трудно найти учителя, который имел бы все качества, описанные в драгоценных тантрах. Непреложным является, однако, чтобы он имел, по крайней мере, нижеследующие качества.

Он должен быть чист, не запятнан какими-либо нарушениями заветов, связанных с тремя классами обетов: явные обеты прати-мокши, скрытые обеты бодисаттвы и тайные обеты Секретной Мантраяны. Он должен быть хорошо образован и знать все частности сутр, тантр и шастр. Он должен быть в такой степени полон сострадания, чтобы любить каждого из бесчисленных существ как своего единственного сына. Он должен хорошо знать все ритуалы внешних практик Трипитаки и внутренних упражнений из четырех разделов Тантр. Претворяя на практике смысл учения, он должен обладать экстраординарными умениями отсечения и постижения. Он должен быть щедрым, иметь приятную манеру выражения, учить каждого сообразно с его потребностями и действовать в соответствии со своими собственными наставлениями - эти четыре привлекательные черты позволяют ему объединять вокруг себя в качестве своих учеников тех, кому выпала такая удача.

В наши мрачные времена трудно найти в учителе  
Все качества в соответствии с канонами чистейшей Дхармы.  
Однако доверяйтесь учителю, если он безупречно верен  
трем обетам,  
Неистощим в знаниях, полон сострадания,  
безукоризненно соблюдает ритуалы множества тантр и  
питак,  
обладает незапятнанной мудростью отсечения и постижения.  
Привлеченные заманчивой притягательностью его четырех  
качеств,  
словно пчелы, слетаются к нему ученики, - кому  
выпала такая удача.

Учитель, обучающий глубокой сущности коренных наставлений к Ваджраяне Секретных Мантр, должен, главным образом, обладать нижеследующими качествами

Он должен был, как это сформулировано в несравненных тантрах, достичь зрелости под благотворным воздействием потока посвящений, берущих свое начало в непрерывающейся традиции. Он должен был не преступить ни одной заповеди или самайи, которые, получая посвящения, он обязался соблюдать. Он должен быть спокоен, дисциплинирован и крайне редко поддаваться негативным мыслям и эмоциям. Он должен был постичь все значение исхода, пути и постижения тантр Ваджраяны Секретных Мантр. Сознание его должно быть раскрепощено, ибо он постиг открывшуюся ему истинную природу Реальности. Сердце его должно быть исполнено сострадания, так чтобы его единственной заботой было благосостояние других. Он должен быть свободен от всех привязанностей этой жизни и быть предельно ограничен в своей обыденной деятельности. Поскольку он устремлен к будущим жизням, его мысли неизменно сконцентрированы на Дхарме. Видя сансару как страдание, он испытывает чувство глубокой грусти и стремится вызвать такое же отношение у других. Он должен умело руководить своими учениками, применяя к каждому из них подходящие для него методы. Он должен был неукоснительно исполнять все наставления своего учителя, чем и заслужил благословение своей школы.

Он выдающийся учитель, дающий коренные наставления.

Он получил посвящения, берег самайю и миролюбив.

Он постиг значение исхода, пути и завершения тантр;  
обрел все знаки начального и завершающего этапов и  
освободился, обретя просветление.

Его сострадание безгранично и он заботится лишь о других,

Он мало вовлечен в обыденные дела и помышляет только о  
Дхарме.

Ему непереносим этот мир и он стремится вызвать у других такое же отношение.

Он изошрен во всех методах, и облечен благословением  
своей школы.

Следуя за таким учителем, в скорости обретешь  
свершения.

С другой стороны, вот характеристики учителей, которых следует избегать:

**Учители, подобные деревянным мельничьим жерновам.** У этих учителей нет и намека на качества, которые являются следствием занятий, размышления и медитации. Полагая, что их высокое положение сына или племянника такого-то ламы дает им и их наследникам преимущества перед всеми другими, они точно брамины защищают свой клан. Если им и случалось заниматься, размышлять и медитировать, то делали они это не с чистыми намерениями - во имя будущего блага, а по более мирским соображениям, к примеру, из страха, что придут в упадок те священнические феоды, во главе которых они поставлены. Что же касается их способности обучать студентов, то они столь же пригодны для этой цели, как деревянные жернова для перемалывания зерен.

**Учители, подобные лягушке, которая жила в колодце.** Учители этого рода не имеют никаких особых качеств, которые отличали бы их от обыкновенных людей. Но другие люди, одержимые слепой верой, возвели их, не разобравшись, на пьедестал. Они гордятся своими доходами и теми почестями, которые им оказывают, и не имеют даже и представления об истинных качествах великих учителей. Они подобны той лягушке, которая жила в колодце.

Однажды старой лягушке, которая всегда жила в колодце, нанесла визит другая лягушка, которая всегда жила на берегу огромного океана.

«Ты откуда пришла?»

«С океана.»

«Ну и как океан?»

«Огромный.»

«Как четверть колодца?»

«Гораздо больше.»

«Как половина колодца?»

«Гораздо больше.»

«Как весь колодец?»

«Гораздо больше.»

«Это невозможно! - сказала лягушка, которая жила в колодце. - Я должна сама это увидеть.»

И обе лягушки вместе отправились в путь и, как повествуется в рассказе, когда лягушка, которая жила в колодце, увидела океан, она упала в обморок, разбила себе голову и умерла.

**Безумные поводыри.** Так называют тех учителей, которые мало что знают и никогда не стремились ни следовать за просвещенным учителем, ни практиковаться в сутрах и тантрах. Вследствие своих сильных негативных эмоций, а также по невниманию и отсутствию сосредоточенности они небрежно относятся к своим обетам и обязательствам. Хотя по своему умственному развитию они уступают заурядным людям, они пытаются подражать сидхам и ведут себя так, будто их действия возносят их выше небес<sup>81</sup>. Своим неумным гневом и завистью они разрывают узы любви и сострадания. Такие духовные друзья именуется безумными поводырями. Они ведут всякого, кто следует им, по ложному пути.

**Слепые поводыри.** Если учитель ничем вас не превосходят и притом лишен любви и сострадания бодхичитты, он, разумеется, никогда не сможет открыть вам глаза на то, что следует делать и чего делать не следует. Такие учителя именуется слепыми поводырями.

Иные подобно браминам защищают свой клан  
Или же из страха, что их феоды захиреют,  
Делают вид, что занимаются и медитируют.  
Такие учителя подобны деревянным мельничным жерновам.

Иные, хотя и не отличаются от заурядных людей,  
Но слепая идиотская вера сделала из них идолов.  
Они раздуваются от гордости, подношений и почестей.  
Такие учителя подобны лягушке, не видящей дальше  
своего колодца.

Иные, - мало образованные и ума посредственного, -  
Пренебрегают обетами и самайей, а кичатся безо всякой меры;  
Они разорвали нить любви и сострадания -  
Такие безумные поводыри могут принести много вреда.

Особенно непростительно следовать - под впечатлением от их славы - за теми, кто вас не лучше и далек бодхичитты.

Ибо такие самозванцы, подобно слепым поводырям, заведут

вас лишь глубже во мрак.

Великий Мاسиер из Уддияны настораживает:

Не разобраться в учителе - это как выпить яд.

Не разобраться в ученике - это как прыгнуть в пропасть.

Мы вверяем себя нашему учителю на все наши будущие жизни. Это он будет учить нас, что делать и чего не делать. Если встретите фальшивого духовного друга и не разберетесь в этом, то на всю эту жизнь потеряете доступную каждому, у кого есть вера, возможность собирать заслуги и тем самым выбросите на ветер свободы и преимущества существования в человеческом облике, которые получили в этой жизни. Это как подойти к дереву в поисках тени и прохлады, но быть убитым свернувшейся там ядовитой змеей.

Не разобравшись основательно в учителе,

Ученик развеивает на ветер свои заслуги.

Так, обманувшись, наконец-то обретенную свободу теряет,

Как тот, кто за дерева тень, свернувшуюся там ядовитую змею принимает.

После того, как мы тщательно рассмотрели учителя и утвердились в мысли, что он, безо всякого сомнения, обладает всеми упомянутыми положительными качествами, мы должны

всегда видеть в нем воплощение Будды<sup>82</sup>. Этот учитель, соединяющий в себе все эти качества, воплощает сострадательную мудрость всех Будд десяти направлений и является в форме обыкновенного человека для того, чтобы принести благо существам.

Он учитель с полным набором высоких качеств;

Он воплощает мудрость и сострадание всех Будд;

Он принял обличие человека, чтобы помогать существам;

Он несравненный источник всех свершений.

Подлинный учитель повседневно действует как обыкновенные люди, чтобы иметь возможность умело направлять существа, которым требуется помощь. Но, по сути, его умудренное сознание равновесно сознанию Будды, и этим он отличается от всех других существ. Каждое его действие - это в полной мере акт просветленного существа, приспособленный к природе тех, кому он призван помогать. Оттого-то его действия столь значительны и возвышенны. Он обладает мастерством пресекать сомнения и неуверенность и терпеливо - словно мать, пестующая своего единственного сына, сносит всякую неблагодарность и противодействие своих учеников.

Ради того чтобы направлять существа<sup>83</sup>, он действует так, как все другие.

Поистине же, он отнюдь не такой, как они.

Его просветление делает его благороднейшим из всех.

Он умело пресекает любые сомнения

И терпеливо сносит всякую нашу неблагодарность и противодействие.

Учитель, обладающий этими качествами, подобен большому кораблю, способному пересечь огромный океан сансары. Подобно путевдной звезде он безошибочно указывает нам путь к осво-бождению и всеведению. Подобно потоку нектара он гасит пожар кармы и негативных эмоций. Подобно солнцу и луне он освещает Дхармой густую тьму незнания. Подобно земле он - в силу безграничности своего Видения и Действия - терпеливо выносит любую неблагодарность и противодействие. Подобно дереву, исполняющему желания, он источник всего благого в этой жизни и счастья в следующей. Подобно идеальному сосуду, он хранитель неисчерпаемой сокровищницы всех колесниц и учений, какие могут оказаться надобными. Подобно волшебному алмазу, исполняющему желания, он разворачивает, в соот-ветствии с потребностями существ, бесконечное разнообразие четырех видов деятельности. Подобно отцу и матери, он любит одинаково все живые существа, не привязываясь к одним, более близким, и не питая ненависти к другим, более далеким. Подобно безбрежной реке, он охватывает все существа - бесконечные, как бесконечно пространство - своим состраданием, действующим особенно скоро, когда это касается страждущих и незащищенных. Подобно королеве гор, он выказывает столь неколебимую радость при виде счастья других, что ее не может ни вытеснить ревность, ни пошатнуть натиск веры в реальность видимостей. Подобно дождю, низвергающемуся с облаков<sup>84</sup>, его беспристрастность не может быть поколеблена ни привязанностью, ни неприятием.

Он великий корабль, который выносит нас из океана существования в сансаре<sup>85</sup>;

Он поток нектара, который гасит пламя кармы и эмоций;

Он солнце и луна, которые рассеивают тьму и невежество;

И земля - по своему безмерному терпению.

Он древо, исполняющее желание, - источник поддержки и счастья;

Он совершенный сосуд, хранящий Дхарму;

Он более чем волшебный кристалл способен принести нам все, что мы пожелаем.

Он как мать и отец любит нас всех наравне.

Его сострадание безбрежно и неудержимо как великая река.

Его радость неколебима как король гор;

Его беспристрастность не подвержена влияниям как дождь с облаков.

По состраданию своему и благословениям такой учитель равен всем Буддам. Те, у кого устанавливается с ним доброжелательная связь, достигнут Буддовости в течение одной жизни. Даже и те, у кого устанавливается с ним недоброжелательная связь, будут, в конечном итоге, избавлены от сансары.

Такой учитель равен всем Буддам.

Даже те, кто вредят ему, вступают на путь счастья;

А на тех, кто искренне верен и доверяется ему,

Из высших сфер изольется дождь добродетелей и придет освобождение<sup>86</sup>.

## II КАК СЛЕДОВАТЬ СВОЕМУ УЧИТЕЛЮ

«О, удачливые существа, почитайте себя больными»

Так начинается серия сравнений в *Сутре в форме дерева*. Больные ищут помощи опытного врача. Те, кому предстоит путь по опасным тропам, стремятся путешествовать в сопровождении

бесстрашного проводника. Те, кто страшатся врагов, воров и диких зверей, пытаются найти для защиты спутника. Коммер-санты, отбывающие в заморские страны, надеются на капитана судна. Пассажиры, которые сядутся в лодку чтобы пересечь реку, доверяются лодочнику. Точно так же чтобы защитить себя от опасностей рождения, смерти и негативных эмоций необходимо следовать указаниям учителя, своего духовного друга.

Как больной полагается на врача,  
Путешественник - на проводника;  
Тот кто в страхе - на спутника;  
Купцы - на капитана корабля;  
Переплывающие реку - на лодочника;  
Так же, когда перед вами предстают как устрашающие враги рождение, смерть и отрицательные эмоции,  
Вверьте себя своему учителю.

Ученик, который, вооружившись отважной решимостью, постановил для себя никогда, даже ради спасения собственной жизни, не противиться воле своего учителя и, будучи неукоснительно верен своему намерению, не поддается влиянию непредвиденных обстоятельств; который служит учителю, не заботясь ни о здоровье своем, ни о жизни; который послушно, не щадя себя, выполняет все его приказания, - такой ученик обретет освобождение вследствие одной лишь своей преданности учителю.

Кто полон решимости и верен своему намерению,  
Кто служит учителю, не заботясь о своем здоровье и жизни,  
И не щадя себя, выполняет его приказания,  
Будет освобожден в силу одной лишь преданности ему.

Следуя своему учителю, вы должны так ему доверять, чтобы воспринимать его как истинного Будду. Вы должны иметь достаточное понимание и знание Учения, чтобы быть в состоянии постигать мудрость, просвечивающую во всех его умелых действиях, и воспринимать то, чему он вас учит. Вы должны испытывать огромную любовь и сочувствие ко всем страждущим, которым не у кого искать защиты. Вы должны уважать обеты и обязательства самайи, которые ваш учитель велел вам хранить, и проявлять во всех своих действиях, словах и мыслях миролюбие и верность дисциплине. У вас должен быть широкий взгляд на вещи, который позволил бы вам принимать все, что делает ваш учитель и ваши духовные братья и сестры. Ваша щедрость должна быть так велика, чтобы вы были в состоянии отдать своему учителю все, что у вас имеется. Ваши восприятия должны быть такими чистыми, когда не ищешь ошибок и недостатков. Вы должны всеми силами стремиться не причинять зло и не совершать неблагое из страха, что это вызовет неудовольствие вашего учителя.

Вас должны отличать глубокая вера, умение делать выбор, знание и сострадание;

Уважение к обетам и самайам;  
Владение телом, речью и сознанием;  
Широта ума и щедрость;  
Чистое восприятие и самообладание.

В *Сутре в форме дерева* и в других текстах рекомендуется, следуя учителю, уподобиться идеальной лошади<sup>87</sup>, то есть неизменно, во всех ситуациях действовать в соответствии с его желаниями; избегать все, что может вызвать его неудовольствие или гнев, и не чувствовать обиды, даже если он делает вам суровый выговор. Словно баркас, мы никогда не должны чувствовать усталости, двигаясь взад и вперед, разнося послания и выполняя другие его поручения. Словно мост, мы должны выносить любые поручения, приятные и неприятные, раз он просил их выполнить. Словно наковальня кузнеца, мы должны переносить холод, жару и другие испытания. Словно слуга, мы должны повиноваться ему во всем, что он прикажет. Словно подметальщик<sup>88 89 1</sup>, мы должны держаться смиренно, на выказывая гордыни. Словно бык с обломанными рогами, мы должны отбросить надменность и всех уважать.

Умело избегай вызывать недовольство своего учителя  
И, как идеальная лошадь, никогда не возражай в ответ на  
его выговоры.  
Как баркас, никогда не уставай двигаться взад и вперед.  
Как мост, сноси все - приятное и неприятное.  
Как наковальня, терпи холод, жару и все другое.  
Как слуга, подчиняйся всем его приказаниям.  
Как подметальщик, отринь гордыню.  
Как обезроженный бык, отбрось надменность.  
Вот как, согласно Трипитаке, надлежит следовать своему  
учителю.

Есть три способа доставить удовольствие учителю и услужить ему. Наилучший из них, именуемый «подношение практики», состоит в том, чтобы с готовностью и пренебрегая трудностями практиковаться в том, чему нас учат. Следующий способ - это служить учителю, предоставляя в его распоряжение свое тело, речь и сознание. Последний, наименее ценный способ удовлетворить его - это делать ему материальные подношения, такие как еда, деньги и тому подобное.

Предложите Четвертой Драгоценности<sup>90 91 92</sup> все блага, какие  
имеете;  
А также тело и речь чтобы служить ему и выказывать  
почтение.  
И то, и другое не будет излишним.  
И все же из трех способов убогатить его, Дхармическая  
практика - это наилучший из всех.

Даже если действия вашего учителя вам непонятны, вы должны всегда воспринимать их как чистые, считая их демонстрацией умелых средств.

Великий пандит Наропа был уже высоко образован и просветлен, когда его йидам указал ему, что его учителем в прошлых жизнях был великий Тилопа и что он должен отправиться в восточную Индию и найти его там. Наропа немедленно двинулся в путь; но, добравшись до цели, не знал, где искать Тилопу. Он спрашивал местных людей, но



и они не знали.

«Неужели в эти края нет никого по имени Тилопа?»- настаивал он.

«Здесь есть один, известный как Тилопа-Пария или Тилопа-Нищий»- отвечали ему.

Наропа подумал, что сиддхи обычно странно себя ведут, так что это, должно быть, тот самый и есть. И он спросил, где живат «Тилопа-Нищий».

«Вон в тех развалинах, откуда дым идет»- отвечали ему.

Когда он пришел к тому месту, которое ему указали, Тилопа сидел перед деревянной лоханью с рыбами, некоторые из которых были еще живые, а другие уже мертвые. Тилопа хватал одну рыбу, жарил ее на огне и тут же пожедал, прищелкивая при этом пальцами.

Наропа простерся перед Тилопой и попросил, чтобы он принял его в ученики.

«Что ты такое говоришь?»-отвечал Тилопа.-Я нищий.»

Но Наропа настаивал, и Тилопа, наконец, согласился его принять.

Тилопа не потому убивал рыб, что был голоден и у него не было другой еды. Рыбы совершенно не знают, что делать и чего не делать; они существа с плохой кармой, а Тилопа имел власть освободить их от нее. Съедая их мясо, он устанавливал с ними связь и посылал их сознание в чистую землю Будды<sup>93 94</sup>.

Сходным образом жил Сараха, делавший стрелы; и Шаварипа, который был охотником, и многие другие индийские сиддхи, которые также жили как простолюдины или даже были отверженными. Поэтому важно не судить ошибочно действия своего учителя, а стремиться видеть все как чистое.

Не суди его действия вкривь.

Большинство индийских сиддхов

Жили как простолюдины или парии,

Более отверженные, чем самые обездоленные.

Кто, не зная этого, ложно судит и критикует действия своего учителя, тот - как принято говорить - нашел бы недостатки и у самого Будды, проводи он с ним достаточно времени.

Монах Сунакшатра, кузен Будды, служил ему двадцать четыре года. Он знал на память все двенадцать разделов Трипитаки<sup>95</sup>, но воспринимал все, что делал Будда, как обман. Применяя свои нелепые критерии, он пришел к заключению, что, за исключением лишь ауры в шесть футов, между Буддой и им самим никакого различия нет.

Кроме ауры в шесть футов вокруг тела твоего,

За все двадцать четыре года, что тебе я служил,

Ничего исключительного я в тебе не нашел.

А Дхарму мы знаем одинаково; так что я больше тебе не слуга.

Сказав это, он покинул Будду. Тогда Ананда, новый слуга Будды, спросил его, где переродится Сунакшатра.

«Через неделю,-ответил Будда,- он умрет и переродится как голодный дух в цветочном саду.»

Ананда пошел повидать Сунакшатру и передал ему слова Будды. «Иногда это его вранье осуществляется, - подумал тот. - Так что лучше мне быть в эти дни настороже. Через неделю он у меня подавится своими словами.»

Он голодал семь дней. На седьмой день, вечером, он почувствовал, что горло у него

пересохло и выпил немного воды.

Но переварить ее не смог и умер. Он переродился в цветочном саду как голодный дух со всеми девятью признаками уродства.

Так что вы должны испытывать глубокий стыд и досаду на себя, если находите недостатки у своего просветленного учителя. Посчитайте, что нечистым является восприятие вашего сознания, а все его действия совершенно безупречны и безукоризненны. Таким образом ваше восприятие своего учителя станет более чистым и ваша вера укрепитя.

Будет огромным заблуждением, не умея контролировать свое собственное восприятие, искать ошибки у других.  
Монах Сунакшатра, хотя и знал на память все двенадцать разделов Трипитаки,  
Но, будучи во власти злобы, считал все действия Будды обманом.  
Помните это и исправляйте свои недостатки.

Если, по всей очевидности, ваш учитель на вас гневается, не сердитесь. Посудите, что он заметил какую-то вашу ошибку и решил, что это подходящий момент, чтобы исправить ее своим выговором. Когда он успокоится, пойдите и поговорите с ним, признайтесь в своей ошибке и дайте обет ее не повторять.

Если гневается твой учитель, посчитай, что он нашел, в тебе ошибку;  
И исправляет своим выговором, потому что момент подошел.  
Признайся в ошибке и обещай ее не повторять.  
Действуй разумно, тогда не подпадешь под власть Мары.

В присутствии своего учителя, если он встает - встаньте тоже, не продолжайте сидеть. Если он садится, удостоверьтесь, что с ним все в порядке. Время от времени спрашивайте, не нужно ли ему что-нибудь, и старайтесь предоставить ему то, что требуется. Когда сопровождаете учителя, старайтесь не идти перед ним, чтобы не оказаться к нему спиной. Не идите и сзади него, чтобы не наступать на следы от его ступней<sup>96</sup>. Также не идите справа, заняв таким образом почетное место. Уважительно следуйте за ним - слева от него и немного поодаль. Если дорога опасная, не будет ошибкой идти перед ним, но попросите сначала на это разрешение.

А что касается места, где учитель сидит, и его перемещений, то никогда не наступайте на его подушку и не садитесь на его лошадь. Будьте осмотрительны с дверьми - не открывайте их рывком и не хлопайте, когда закрываете. В присутствии учителя воздерживайтесь от выражения повышенных чувств или недовольства. Также избегайте лгать, говорить неискренне или необдуманно, смеяться, шутить, паясничать, болтать попусту и без смысла. Научитесь вести себя сдержанно и относиться к учителю с уважением и благоговением, никогда не впадая в фамильярность.

Не продолжайте сидеть, если учитель встал;  
Когда он сидит, услужливо приносите ему все, что ему требуется;  
Сопровождая его, не идите перед ним, но сзади или справа.

Наступать на его сиденье или садиться на его лошадь - будет пагубным для ваших заслуг.

Избегайте хлопотать дверьми, а также выражать при нем эмоции и недовольство.

Воздерживайтесь от лжи, шуток, смеха и пустой болтовни.

Служите ему достойно в плане тела, речи и сознания.

Не общайтесь по-дружески с теми, кто критикует или ненавидит вашего учителя. Если вы способны изменить отношение тех, кто не верит в него или умаляет его, вы должны это сделать. Но если это невозможно, избегайте вести с этими людьми откровенные и доверительные разговоры.

Не будьте близки с теми, кто критикует или ненавидит вашего учителя.

Измените их отношение к нему, если возможно.

Но если вести с ними доверительные разговоры,

То сильное влияние их негативного отношения

Нанесет урон вашей самайе.

Никогда, сколько бы времени вам ни довелось провести в присутствии тех, кто сопровождает учителя, или со своими ваджра - братьями и ваджра-сестрами, не испытывайте к ним раздражения или неприязни; прилаживайтесь к ним словно раздвижной пояс - без напряжения. Забудьте свою заносчивость и подобно соли, которая легко со всем смешивается, сотрудничайте с ними во всех насущных делах. Когда с вами говорят грубо или ищут ссоры, или же когда обязанности, которые вам пришлось на себя взять, слишком обременительны, проявляйте терпение и, словно колонна, способность вынести любую тяготу..

Словно раздвижной пояс, будьте удобным сопровождением;

Словно соль, взаимодействуйте без труда;

Словно колонна, будьте надежной опорой.

Так служите своим ваджра - братьям и тем, кто сопровождает вашего учителя.

### III КАК ПОДРАЖАТЬ УЧИТЕЛЮ В ЕГО ПОСТИЖЕНИЯХ И В ЕГО ДЕЙСТВИЯХ

Если вы точно знаете, как следовать своему учителю, вы уподобитесь лебедю, который легко скользит по безмятежному озеру, не нарушая спокойствия его вод; или пчеле в саду, которая извлекает нектар из цветов, не изменяя ни цвета их, ни запаха. Вы угодите своему учителю, если будете всегда, без скуки и усталости, делать все, что он говорит. Вы должны, стремиться, вооружившись верой и стойкостью, как можно полнее впитать в себя все присущие ему качества в плане знания, размышления и медитации, как если бы переливали содержимое одного, совершенного, сосуда в другой сосуд.

Словно лебедь, плывущий по безмятежному озеру,

Или пчела, извлекающая нектар из цветов,

Радуйся тому, что ты всегда подле учителя,

И никогда не уставай доставлять ему радость.  
Благодаря этой преданности, ты обрешь его  
достоинства.

Каждый раз, когда деятельность бодхисаттвы будет приносить твоему возвышенному учителю море заслуг и бездну мудрости, ты будешь получать столько же заслуг, сколько порождает в целом это его непревзойденное устремление, даже если твой в плане тела и речи материальный и физический вклад будет существенно меньшим или ты будешь всего лишь выражать радость по поводу того, что делает он.

Однажды два человека держали путь в центральный Тибет. У одного из них не было другой еды, кроме горсти цампы из поджаренной фасоли. Он протянул свою цампу спутнику, чтобы тот добавил к ней немного из своего более обильного запаса ячменной цампы. Несколько дней спустя тот из двух путников, у кого было больше еды, сказал своему товарищу:

«Твоя цампа, наверно, уже кончилась»

«Надо посмотреть», ответил другой.

Они проверили, но у него все еще оставалась фасолевая цампа. Они много раз потом проверяли, но фасолевая цампа

никак не кончалась, так что в конце они поделили всю оставшуюся цампу поровну.

Аналогичным образом, когда вносишь даже самый малый материальный, физический или словесный вклад в чье-либо благое дело, то можешь заработать на этом столько же заслуг, сколько и сам инициатор действия. В частности, каждодневно служить учителю, приносить ему его послания или просто подметать у него пол - все это верный способ скопить заслуги; так что старайтесь делать это как можно больше и чаще.

Все действия, связанные с действиями высокого учителя, полностью посвященные практике бодхичитты и стяжанию заслуг и мудрости; все усилия, когда служишь ему, разносишь его послания или просто подметаешь у него пол, принесут свои плоды. Это наилучший путь накопления заслуг.

Ни один из объектов прибежища, ни один источник накопления заслуг не может сравниться с учителем. Это проявляется, в особенности, когда он преподает учение или дает посвящения, ибо тогда в нем сплаваются сострадание и благословения всех будд и бодхисаттв десяти направлений настоящего, прошедшего и будущего, делая его неотделимым от них. Если в такую минуту поднести ему даже малую толику еды, это стяжает намного больше заслуг, чем сотни и тысячи подношений в другое время.

На этапе порождения, если признаешь, что природа всех божеств в различных визуализациях - это не что иное как твой коренной учитель, то незамедлительно получаешь благословения. На этапе завершения исключительно от нашей преданности учителю и от его благословений зависит, проявится ли в нас мудрость его постижения. Стало быть, учитель представляет то, что мы должны постичь во всех практических упражнениях, будь то на этапах порождения, завершения или на каком-либо другом. Именно поэтому все сутры и тантры описывают учителя как воплощенного Будду. .

Почему учитель - это прибежище и поле заслуг?

Потому что сущность того, что надлежит постичь на этапах порождения и завершения, содержится во внешних и внутренних йогах для того

чтобы стать учителем..

Вот по этой причине во всех сутрах и тантрах объявляется,  
что учитель - это Будда.

Хотя мудрое сознание нашего просветленного учителя неотделимо от всех будд, он предстает в форме обыкновенного человека чтобы иметь возможность направлять та-кин погрязшие в заблуждениях существа как мы. Стало быть, пока он здесь, среди нас, мы должны делать все, что он говорит, и, служа ему в трех формах, стремиться слить наше сознание с его сознанием.

Некоторые практикующие не служили учителю, не уважали его и не покорялись ему, пока он был жив. Теперь же, когда его нет, они объявляют, что медитируют на его портрете. Другие утверждают, что они созерцают абсолютную реальность, и ищут повсюду разного рода сокровенности вместо того, чтобы со всей преданностью молиться учителю о том, чтобы им передались свойства его мудрого сознания отсекая и постигать. Это и есть то, что называется «приктиковаться вразрез с практикой».

Можно встретить учителя и получить его водительство в промежуточном состоянии, но только лишь при наличии связи между безграничной преданностью ученика и силой сострадания и молитв учителя. Это, разумеется, не значит, что учитель является там в физической форме. Стало быть, никакой самый идеальный учитель не сможет вести ученика в промежуточном состоянии, если у того нет преданности.

Многие безумцы медитируют на его портрете,  
но не почитали его, когда он был жив.

Говорят, что медитируют об абсолютной реальности,  
но сознание учителя для них непостижимо.

Какая досада, если практикуются с практикой вразрез!  
В промежуточном состоянии без преданности учителю  
встретить его решительно невозможно.

Сначала следует хорошо пригладеться к учителю. Необходимо тщательно рассмотреть его, прежде чем устанавливать с ним какую-либо связь через его наставления и посвящения. Если он полностью подготовлен, тогда следуйте ему; однако если какие-либо из непреложных качеств отсутствуют, тогда делать этого не следует. Но усвойте, что с того момента как вы становитесь его учениками, вы должны верить в него и видеть его совершенно чистым. Думайте только о его высоких качествах и воспринимайте все, что он делает, в положительном плане. Если станете искать у него недостатки, это принесет вам лишь немислимые беды.

В целом, когда мы изучаем учителя, мы стремимся удостоверить, обладает ли он всеми качествами, описанными в сутрах и тантрах. Является ли он непременно, чтобы в нем открылась бодхичитта. Так что изучение учителя может быть сведено к установлению уровня бодхичитты у него. Если он владеет бодхичиттой, он принесет своим ученикам благо и в этой жизни, и в последующих, и потому следовать ему будет благотворным. Поскольку Дхарма, которой обучает этот учитель, соотносится с Великой Колесницей, его студенты, без сомнения, пойдут по правильному пути. С другой стороны, учитель, который лишен бодхичитты, еще находится во власти эгоистических желаний и, следовательно, не может помогать своим ученикам преодолеть образум. Дхарма, которой он обучает, может казаться глубокой и чудодейственной, но она будет, в конечном итоге, полезна только для разрешения обыденных забот этой жизни. Таким образом, поскольку вопрос о бодхичитте является самым кардинальным, ответ на него определяет выбор учителя: если сердце учителя пропитано бодхичиттой, сле-

дуй ему, каким бы он ни казался с виду. Если он лишен бодхичитты, тогда не следуй ему, сколь бы замечательным ни казалось его поведение, сколь ни прилежной - его дхармическая практика, сколь ни искренней - его отрешенность от мира и его решимость достичь освобождения.

Вместе с тем, от нас - ординарных людей, даже при самом тщательном рассмотрении ускользают исключительные качества просветленных существ, скрывающих свою истинную природу. А между тем вокруг множество искушенных в искусстве обмана шарлатанов, которые претендуют на роль святых. Самым уникальным учителем будет тот, с кем ваша связь тянется из прошлых жизней. С ним всякое разбирательство будет излишним. Просто встретить его, просто услышать его голос или даже только его имя может в одно мгновение все перевернуть и разбудить такую веру, что по спине побегут мурашки.

«Лама из твоих прошлых жизней, известный как Марпа, -сказал Джетсуну Миларе-пе Ронгтон Лхяга<sup>97</sup> совершенно исключительное существо и король среди переводчиков. Он живет отшельником на юге, в Троволунге,. Пойди повидай его.»

Одного звучания имени «Марпа» было достаточно, чтобы разбудить у Миларе-пе и извлечь из глубин его естества необыкновенную веру.

«Я должен встретить этого ламу и стать его учеником, даже если это будет стоить мне жизни», подумал он.

Миларепа рассказывает нам, что в тот день, когда они должны были встретиться, Марпа вышел на дорогу, поджидая его, но притворился, что обрабатывает поле. Увидев его, Миларепа не признал в нем своего учителя. Однако же все его ординарные чувства восприятия моментально отключились и он, как он сам позднее рассказывал, совершенно окаменел.

Вообще говоря, учитель, которого мы встречаем, определяется силой наших прошлых действий и чистотой или нечистотой нашего восприятия. Поэтому, каким бы человеком ни оказался учитель, благодаря доброте которого вы получили Дхарму и личное водительство, всегда считайте его подлинным Буддой. Ибо без благоприятных условий, созданных вашими прошлыми действиями, вам бы не выдалась удача встретить такого замечательного учителя. Более того, если бы ваши восприятия были нечистыми, то даже встретив самого Будду, вы были бы не в состоянии увидеть качества, которыми он обладает. Учитель, которого вы встретили в силу своих прошлых действий и который по доброте своей помогает вам, для вас самое важное..

Далее, следуя учителю, необходимо повиноваться ему во всем, не обращая внимания ни на холод, ни на жару, ни на голод, ни на жажду, ни на какие-либо иные испытания. Молитесь ему с верой и преданностью; просите у него совета по поводу всего, что делаете; всегда следуйте его совету и полностью ему доверяйте.

В конечном итоге, когда оцениваете уровень просветленности учителя и его действия, внимательно присмотритесь к его манере поведения и поступайте точно то же, как он. Как говорится в пословице:

Всякое действие - это подражание;

Кто лучше подражает, тот лучше действует.

Можно было бы сказать, что дхармическая практика заключается в том, чтобы подражать буддам и бодхисаттвам прошлого. Стремясь подражать учителю, ученик должен пропитаться его просветленностью и усвоить его манеру поведения. Ученик должен быть слепком тса-тса с учителя. Как форма тса-тса точно воспроизводит характеристики исходной модели, так и ученик должен точно - или, по крайней мере, максимально

близко - воспроизводить качества, которые характеризуют его учителя.

Каждый, кто в начале умело рассматривает своего учителя, затем умело следует ему и, в конечном итоге, умело проникается его просветленностью и подражает его действиям, будет всегда - что бы ни случилось - оставаться на подлинном пути.

Сначала умело рассматривай учителя,  
Затем умело следуй ему,  
В конце умело проникайся его просветленностью  
и подражай его действиям.  
Ученик, действующий таким образом, стоит  
на правильном пути.

Встретив возвышенного духовного друга, наделенного всеми неотъемлемыми качествами, следуй ему, не заботясь о своем теле и своей жизни, подобно тому как бодхисаттва Садапра-рудита следовал бодхисаттве Дхармодгате<sup>98</sup>, великий пандит Наропа - выдающемуся Тилопе или Джетсун Мила - Марпе из Лодрака.

Прежде всего вот история о том, как бодхисаттва Сада-прарудита стал учеником бодхисаттвы Дхармадгаты. Садапра-рудита искал Праджняпарамиту - учение о трансцендентальной мудрости. Однажды его поиски привели его в одинокое место, где он услышал голос с неба, произносивший:

«О, удачливый сын! Направь свои стопы на восток и ты найдешь Праджняпарамиту. Иди, не заботясь о сне, не обращая внимания на физическую усталость, сонливость, холод, жару, смену дня и ночи. Не гляди ни направо, ни налево. Вскоре ты получишь Праджняпарамиту - то ли из книг, то ли от монаха, являющегося ее воплощением. Затем, о удачливый сын, неотступно следуй тому, кто учит Праджняпарамите, считай его своим учителем и почитай его Дхарму. Даже если увидишь, что он наслаждается удовольствиями, приносимыми пятью органами чувств, помни, что Бодхисаттвы владеют умелыми средствами, и не теряй веры.»

Услышав эти слова, Садапрарудита отправился в путь, на восток. Вскоре после этого он сообразил, что не спросил голос, какое расстояние он должен пройти, а потому не знал, как найти своего учителя Праджняпарамиты. С плачем и стенаниями он пообещал себе, что будет пренебрегать усталостью, голодом, жаждой, сном, сменой дня и ночи до тех пор, пока не получит учение. Он был удручен будто мать, потерявшая своего единственного сына, и непрестанно себя спрашивал, когда же, наконец, он получит Праджняпарамиту.

В этот момент перед ним предстала форма Татхагаты и стала восхвалять поиск Дхармы. «В пятистах лигах отсюда,- добавил

Татхагата, - стоит город, именуемый Город Ароматных Бризов. Он сложен из семи драгоценных субстанций, окружен пятьюдесятью парками и отличается всеми признаками совершенства. В центре города, на перекрестке четырех дорог находится резиденция бодхисаттвы Дхармодхаты. Она также сложена из драгоценных материалов, а ее владения простираются на целую милю вокруг. Там, в садах и других местах отдохновения пребывает бодхи-саттва - великий Дхармодхата со своей свитой. В обществе шестидесяти восьми тысяч женщин, которые полностью ему подчинены, он наслаждается удовольствиями, приносимыми пятью органами чувств, и делает, что пожелает. В прошлом, настоящем и будущем он обучал, обучает и будет обучать Праджняпарамите всех, кто там оказывается. Пойди к нему, и ты сможешь получить от него учение о Праджняпарамите.»

Садапрарудита мог теперь думать только о том, что он только что услышал. С того

места, где он находился, он мог слышать как бодхисаттва Дхармодхата обучал Праджняпарамите,

Садапрарудита испытал ряд состояний умственной концентрации. Ему представились различные миры Вселенной во всех десяти направлениях и бесчисленное множество будд, обучавших Праджняпарамите. Они воздали хвалу Дхармодхате и исчезли.

Садапрарудиту захлестывала радость, вера и чувство преданности бодхисаттве Дхармодхате и он задавал себе вопрос, как он может предстать перед ним. «Я бедный!» - думал он.

Мне нечего ему поднести: у меня нет ни одежды, ни украшений, ни духов, ни гарлянд - ничего, чем можно было бы почтить духовного друга. Так что мне придется продать мясо с собственного тела и употребить вырученные деньги, чтобы выразить почтение Дхармодхате. С безначальных времен в сансаре я множество раз продавал свое тело и также бесчисленное число раз бывал расчленен на куски и растерзан на части в адах, куда меня стаскивали мои желания; но это никогда не случалось ради того, чтобы получить такого рода учение или чтобы оказать почтение столь возвышенному учителю как Дхармодхта.» Он пошел на рынок и стал выкрикивать:

«Кому нужно человеческое тело? Кто хочет купить человеческое тело?»

Но злые духи, пришедшие в ярость от того, что Садапра-рудита брал на себя такие тяготы ради Дхармы, сделали так, что никто не мог слышать его слова. Не найдя никого, кто хотел бы его купить, Садапрарудита отошел в угол и начал рыдать.

Тут Индра, Правитель среди богов, решил проверить его решимость. Приняв обличье молодого брахмана, он подошел к Садапрарудите и сказал ему:

«Мне не нужно все тело. Мне нужно только немного мяса, жира и костного мозга для подношения. Я тебе заплачу, если продашь мне все это.»

Вне себя от радости, Садапрарудита схватил острый нож и отрезал часть правой руки, так что брызнула кровь. Потом он срезал все мясо с правого бедра и собирался уже расплющить кости об стену, но тут его увидела с верхнего этажа дома дочь богатого коммерсанта и прибежала к нему.

«Удачливое существо, почему ты налагаешь на себя такое наказание?» спросила она.

Он объяснил, что он хотел продать свое мясо, чтобы угостить бодхисаттву Дхармодхату. Когда девушка спросила его, какие преимущества он получит, если выкажет такое почтение,

Садапрарудита ей ответил:

«Он меня научит умелым средствам и трансцендентальной мудрости бодхисаттв. Если я буду упражняться в этом, я обрету всеведение, стану обладателем многочисленных качеств будд и смогу делить драгоценную Дхарму со всеми существами.»

«Это верно, - отвечала девушка, - что каждое из этих качеств заслуживает подношения стольких тел, сколько крупиц песка а реке Ганге. Но, пожалуйста, не причиняй себе такого вреда! Я дам тебе все, что тебе нужно, чтобы выказать почтение бодхисаттве Дхармодхате, и пойду с тобой, чтобы увидеть его. Таким образом и я скоплю заслуги чтобы обрести эти самые качества».

Когда она кончила говорить, Индра вновь обратился в свою обычную форму и сказал Садапрарудите:

«Я Индра, Правитель богов. Я пришел, чтобы проверить твою решимость. Я тебе дам все, что хочешь; ты только должен попросить меня об этом.»

«Одари меня непревзойденными качествами будд» - ответил Садапрарудита.

«Этого я не могу тебе дать, - сказал Индра, - это не в моей власти».

«В таком случае, не трудись возвращать мое тело в нормальное состояние», сказал Садапрарудита. - «Я призову благословение истины. В силу истинности предсказа-



ния будд о том, что я никогда не вернусь в сансару; в силу истинности и нерушимости моего наивысшего устремления и в силу истинности моих слов, да вернется мое тело в его прежнее состояние!»

Едва он произнес эти слова, как его тело стало снова точно таким, каким оно было прежде, а Индра исчез.

Садапранудита пошел с дочерью коммерсанта в дом ее родителей и рассказал им свою историю. Они снабдили его в изобилии различными вещами, которые ему нужны будут для подношения. Потом он вместе с дочерью коммерсанта и ее родителями, а также в сопровождении пятисот женщин, которые были у них в услужении, и их свиты отправились в экипажах на восток и прибыли в Город Ароматных Бризов. Там он увидел Бодхисаттву Дхармодхату, который обучал Дхарме тысячи людей. При виде этого Садапранудита ощутил прилив высшего счастья, какое испытывает монах, будучи в состоянии медитативного поглощения. Он и все его спутники вышли из экипажей и направились к Дхармодхате.

К тому времени Дхармодхата построил замок в честь Праджняпарамиты. Он был сооружен из семи драгоценных материалов, украшен красным сандаловым деревом и покрыт

филигранью из перламутра. В каждом из четырех направлений в качестве ламп были помещены самоцветы, исполняющие желание, и серебряные кадила, из которых исходил неповторимый аромат благовоний из черного дерева алоэ. В центре храма стояли четыре кофра из драгоценных камней, в которых хранились сделанные из золота и написанные лапис-лазурью фолианты Праджняпарамиты.

Видя, что и боги, и люди делают подношения, Садапранудита

навел на этот счет справки, а затем в сопровождении дочери коммерсанта, самого коммерсанта и пятисот служанок также сделал щедрое подношение.

Затем они приблизились к Дхармодхате, который наставлял своих учеников, и почтили его всеми своими подношениями. Дочь коммерсанта и ее служанки приняли обеты высшей бодхичитты. Садапранудита спросил Дхармодхату, откуда приходили и куда ушли будды, которых он видел перед этим. Дхармодхата в ответ объяснил ему, что будды не приходят и не уходят<sup>99</sup> Затем Дхармодхата встал со своего места и удалился в свои жилые помещения, где он оставался в состоянии непрерывной концентрации в течение семи лет.

Все это время Садапранудита, дочь коммерсанта и пятисот служанок отказывались садиться или ложиться. Они или стояли, или ходили, думая лишь о той минуте, когда Дхармодхата выйдет из состояния концентрации и будет снова давать наставления.

Когда эти семь лет подходили к концу, Садапранудита услышал, как боги объявляли, что через семь дней бодхисаттва

Дхармодхата выйдет из своего состояния концентрации и снова будет давать наставления. Тогда Садапранудита вместе с пятьюстами служанками подмели на целую лигу во всех направлениях то место, где Дхармодхата должен был преподносить учение. Когда они хотели обрызгать землю водой, чтобы не было пыли, Мара сделал так, что вся вода испарилась. Тогда Садапранудита вскрыл себе вены и оросил землю собственной кровью. Дочь коммерсанта и все пятисот служанок сделали то же самое. Повелитель богов Индра обратил их кровь в красный сандал божественных сфер.

Наконец, Дхармодхата прибыл и сел на свой поддержива-

емый львами трон, который Садапранудита вместе с другими воздвигли для него. Дхармодхата изложил Праджняпарамиту, а Садапранудита пережил шесть миллионов различных медитативных состояний и ему открылось видение бесконечного числа будд - видение, которое затем никогда не покидало его, даже во снах. Говорят, что он теперь пребывает в присутствии совершенного Будды по имени «Тот Кто Превозглашает Дхар-

му Неиссяка-емо-мелодичным Голосом».

Также и Наропа, будучи учеником великого пандита Тилопы испытал неопишуемые трудности. Как упоминалось ранее, Наропа встретил нищего Тилопу и попросил, чтобы тот принял его в ученики. Тилопа согласился и стал повсюду брать его с собой, но никаких дхармических наставлений ему не давал. Однажды Тилопа отвел его на вершину башни в девять этажей и спросил:

«Может ли кто-нибудь, повинувшись своему учителю, прыгнуть с высоты этой башни,»

«Здесь никого, кроме меня, нет; значит, вопрос относится ко мне», подумал Наропа и прыгнул. Его тело брякнулось о землю, что причинило ему ужасные боли и страдания.

«Болит?», спросил Тилопа, подходя к нему.

«Не просто болит, - отвечал Наропа. - Я, можно сказать, труп».

Тилопа его благословил, тело его совершенно зажило, и Тилопа повел Наропу дальше.

«Наропа, разожги огонь» - велел ему однажды Тилопа.

Когда огонь разгорелся, Тилопа нарезал длинных бабмуковых пластинок, смочил их маслом и положил на огонь, чтобы затвердели.

«Если ты намерен подчиняться приказаниям своего учителя, тебе придется также выносить вот такие испытания», сказал Тилопа и вогнал пластинки ему под ногти на руках и ногах.

Суставы у Наропы совершенно окаменели и он испытывал невыносимую боль и страдания. Учитель оставил его в одиночестве. Когда через несколько дней Тилопа вернулся, он вытащил из-под ногтей у Наропы пластинки и из его ран вытекло много крови и гноя. Снова Тилопа благословил его и снова они вместе двинулись дальше в путь.

«Наропа, - обратился к нему Тилопа на следующий день. - я голоден. Пойди, выпроси для меня немного еды».

Наропа пошел в то место, где толпа деревенских работяг была занята едой. У них он выпросил черепную чашу,<sup>100</sup> полную супа, которую отнес учителю. Тилопа съел суп с огромным удо-аольствием и, казалось, был ублажен.

«Во все время, что я служу ему, - подумал Наропа, - я не разу не видел его таким благодушным. Может быть, если я попрошу еще еды, я снова смогу раздобыть что-нибудь».

С черепной миской в руке, он снова отправился за подаванием. К этому времени работники уже разошлись по своим полям, оставив недоеденный суп там, где он был перед этим.

«Единственное, что остается, - украсть это», подумал

Наропа, схватил суп и бросился бежать. Но работники заметили, поймали его, избивали и бросили его, полумертвого. У него так все болело, что он не мог подняться в течение нескольких дней. И опять пришел его учитель, благословил его и повел его дальше.

«Наропа, - сказал ему учитель однажды. - Мне нужно много денег<sup>101</sup>. Пойди, укради мне сколько-нибудь».

Наропа пошел к богачу чтобы украсть у него денег, но был пойман с поличным. Его схватили, избивали и снова бросили полу-мертвого. Прошло несколько дней, прежде чем пришел Тилопа.

«Что, болит?» спросил как всегда Тилопа и, получив обычный ответ, благословил его, и снова они двинулись вместе в путь.

Наропа претерпел двенадцать больших и двенадцать меньших испытаний такого

рода, то есть всего двадцать четыре испытания, которые ему полагалось пройти в течение одной жизни. Наконец, он все их исчерпал.

Однажды Тилопа сказал ему: «Наропа, пойдя принеси немного воды, а я пока что разведу здесь огонь».

Когда Наропа вернулся с водой, Тилопа перескочил через разведенный им костер, лавиной навалился на Наропу и левой рукой схватил его за голову.

«Покажи мне твой лоб», потребовал он.

Правой рукой он снял сандилию и ударил ею своего ученика по лбу. Наропа потерял сознание. Когда он пришел в себя, у него обнаружились все характеристики умудренного сознания, присущие его учителю. Учитель и ученик стали равны по степени прозрения.

Эти двадцать четыре испытания, через которые должен был пройти великий пандит Наропа, были наставлениями его учителя и действовали как умелые средства, назначение которых было устранить его омрачения. Испытания эти выглядели бессмысленными и, как казалось, не имели никакого отношения к Дхарме. В самом деле, учитель не преподавал ему ни единого слова из учения о Дхарме, а ученик не сделал ни одного дхармического упражнения, ни одного простирания. Однако же с той минуты как Наропа встретил своего просветленного учителя, он, невзирая на все трудности, во всем ему повиновался; и благодаря этому он смог устранить свои омрачения и обрести просветление.

Никакая дхармическая практика не может сравниться с повиновением учителю. Как мы видим, это приносит огромные положительные результаты. С другой стороны, неповиновение учителю, даже самое незначительное, является весьма грубым проступком.

Однажды Тилопа запретил Наропе принимать пост пандита-защитника ворот в университете Викрамашила<sup>102</sup>. Но когда некоторое время спустя Наропа прибыл в Магадху, один из пандитов, занимавших этот пост, умер. Поскольку там не было никого другого, способного вести дебаты с тиртхиками, все умоляли Наропу принять пост защитника северных ворот и

нажимали на него, пока он не согласился. Однако, когда один тиртхик принял вызов, Наропа дебатировал с ним в течение многих дней, но не мог его побить. Тогда Наропа стал молиться своему учителю и, наконец, тот предстал перед ним, изображая во взгляде суровость.

«Где же твое сострадание, почему ты не пришел раньше?» - жаловался Наропа.

«А разве я тебе не запретил принимать пост держателя ворот? - отпарировал Тилопа. - А впредь, когда будешь вести дебаты, представь себе меня над головой и делай в сторону тиртхика угрожающие жесты.»

Наропа поступил так, как ему советовал Тилопа, победил в дабатах и положил конец всем спорам с тиртхикасами.

И, наконец, вот история о том, как Джетсун Миларепа был в учениках у Марпы из Лходрака. В области Нгари Гунтханг жил богатый человек по имени Мила Шераб Гьялтсен. У этого чело-века были сын и дочь; и именно сын его которого звали Мила Тхопа-га, то есть «Мила-Радость-Слышать»- стал потом Джетсуном Милой. Когда дети были еще маленькими, отец умер. Их дядя, Юнгдрунг Гьялтсен, присвоил себе все их богатства и владения. Дети и их мать остались без еды и без денег и претерпели мно-жество бед. От магов Юнгтона Трогьяла из Тсанга и Лхардже Нупчанга Мила научился умению навлекать на других беды и насыпать град. Он был причиной смерти сына дяди, его невестки и еще тридцати трех человек, потому что он вызвал разрушение дома, где они все находились. А когда все местные люди пришли в

негодование и восстали против него, он наслал на них ураганный град, покрывший землю слоем в три глинобитные стены<sup>103</sup>.

Позднее, раскаявшись в своих злых деяниях, он решил практиковаться в Дхарме. По совету Ламы Юнгтона он пошел повидать приверженца Великого Совершенства по имени Ронгтон Лхага и поросил его указаний. Лама отвечал так:

«Дхарма, которой я учу, это Великое Совершенство. Ее корень - победное начало; ее вершина - победное завершение; ее плод - победная йога<sup>104</sup>. Если медитируешь об этом в течение дня, можешь стать Буддой в тот же день; если медитируешь в течение ночи, можешь стать Буддой в ту же ночь. Удачливые существа, чьи прошлые действия создали благоприятные условия, не должны даже медитировать: они получают освобождение, едва лишь услышав об этом учении. Так как эта Дхарма предназначена для тех, кто наделен исключительными способностями, я готов тебя учить.»

Получив посвящения и эти указания, Мила подумал так: «Когда я насылал беды, мне потребовались две недели, чтобы увидеть первые положительные результаты. Семи дней было достаточно, чтобы научиться вызывать град. Так это учение даже легче, чем насылать беды или вызывать град: если медитируешь днем, становишься Буддой в тот же день; если медитируешь ночью, становишься Буддой в ту же ночь; а если твои прошлые действия создали благоприятные обстоятельства, то не надо даже и медитировать! Судя по тому, как я получил это учение, я, очевидно, из тех, у кого прошлые действия были благими».

Поэтому он валялся в постели и не медитировал; стало быть между практикующим и учением не было никакой связи.

«.- То, что ты мне говорил, оказывается, правда, - сказал ему через несколько дней Лама.-Ты, на самом деле, великий грешник, а я несколько перехвалил свое учение. Я не смогу давать тебе наставления. Тебе надо пойти в пустошь Троволунг в Лходраке, где живет непосредственный ученик индийского сиддхи Наропы. Он замечательный учитель, король переводчиков и сиддхи в традиции Новых Мантр<sup>105</sup>, не имеющий себе равных во всех трех мирах. Так как между вами существует кармическая связь, идущая из прошлых жизней, ты должен встретиться с ним.

Одно лишь упоминание имени Марпы Переводчика наполнило сознание Миларепы невыразимой радостью. Каждая пора его существа вибрировала в блаженном предвкушении; а охвативший его вихрь беспредельной преданности исторг слезы из его глаз. Он двинулся в путь, размышляя как бы поскорее встретить этого учителя.

А Марпа и его жена, тем временем, видели много необычайных снов, так что Марпа знал, что Джетсун Мила уже в пути. Ожидая его прибытия, он спустился в долину, притворяясь, что

он, будто бы, вспахивает поле. Мила сначала встретил сына Марпы, Таорма Доде, который присматривал за скотом. Немного поодаль он увидел Марпу, который вспахивал поле. В тот момент, когда Мила впервые увидел его, он испытал такую огромную, невыразимую радость и блаженство, что на мгновение все его ординарное мышление приостановилось. Однако он не понял, что это и был тот самый лама, и объяснил, что он пришел, чтобы встретиться с Марпой.

«Я сам представлю тебя ему»-сказал Марпа в ответ. -Пока попахай это поле за меня.»

Он оставил ему кружку пива и ушел. Мила осушил всю кружку до последней капли и принялся за работу. Когда он кончил, за ним пришел сын ламы и они пошли вместе.

Когда Мила предстал перед ламой, он поставил его башмаки подошвами вниз себе на макушку и воскликнул:

«О, Учитель! Я пришел с востока и я великий грешник. Я отдаю тебе свое тело, речь и сознание. Прошу, корми меня, давай оджду и учи Дхарме. Умоляю тебя, дай

мне возможность достичь Буддовости еще в этой жизни».

«Это не моя вина, что ты такой грешник,-ответли ему Марпа. -Я тебя не просил так поступать. Что же ты такого ужасного натворил?»

Мила в подробностях рассказал ему всю свою историю.

«Ну, хорошо,-согласился Марпа. « Во всяком случае, предложить свое тело, речь и сознание - это хорошее дело. Что же касактся еды, одежды и Дхармы, то я не смогу предоставить тебе все это. Я дам тебе Дхаому, а все остальное ты будешь добывать с другом месте. Решай. Если ты выбираешь Дхарму, то достигнешь ли ты Буддовости в этой жизни зависит исключи-тельно от твоего упорства.

«В таком случае, -отвечал Миларепа,-раз я пришел ради Дхармы, я буду добывать еду и одежду на стороне».

Он побыл там несколько дней, а потом пошел просить подаяние в верхнем и нижнем Лходраке и раздобыл двадцать одну меру ячменя. На четырнадцать из них он купил медный котелок с четырьмя ручками. Он положил шесть мер ячменя в котелок и вернулся, чтобы отдать ячмень и котелок Марпе.

Когда он поставил мешок с ячменем на пол, вся комната задрожала. Марпа поднялся и сказал:

«Ты, как я погляжу, монашек здоровенный. Ты что же хочешь убить нас, разрушив дом своими собственными руками? Унеси-ка отсюда этот мешок с ячменем.»

Он пнул мешок ногой, и Миле пришлось вынести его наружу.

Потом он отдал Марпе пустой котелок<sup>106</sup>.

Однажды Марпа сказал ему: « Люди из Ямдрока Таклунга и Лингпы нападают на многих из моих преданных учеников, которые приходят ко мне из Ю и Цанга, и крадут их еду и подношения.

Напусти на них град! Это тоже вроде как Дхарма, я дам тебе мои наставления потом».

Мила наслал разрушительный град на эти две области, а потом пошел просить наставлений.

«Ты думаешь, я тебе дам мои наставления, которые я привез из Индии дорогой ценой, в обмен на эти три или четыре градины? Если ты в самом деле хочешь получить Дхарму, напусти порчу на горный народ в Лходраке. Они нападут на моих учеников из Ньялоро и всегда обращаются со мной презрительно и свысока Если будет знак, что твоя порча сработала, я дам тебе устные наставления Наропы, которые позволяют достичь Буддовости в течение одной жизни и оставаясь в том же теле.»

Когда появились знаки, что заклинания подействовали, Мила попросил наставлений в Дхарме.

«Хм! Это, наверно, в награду за все твои злые дела ты ждешь от меня эти устные наставления, которые я раздобывал с

риском для жизни и которые еще хранят тепло дыхания дхакини? Ты, должно быть, шутишь; но я нахожу, что это уже слишком. Всякий другой убил бы тебя за это! Так вот, возврати этих жителей с холмов к жизни и верни людям из Ямдрока их урожай. Ты получишь наставления, если все это сделаешь. А иначе, тебе тут больше нечего делать!»

Совершенно потрясенный этим выговором, Мила сел и горько заплакал. На следующее утро Марпа пришел к нему.

«Я немного круто поступил с тобой вчера вечером, - сказал он. - Не огорчайся, я буду давать тебе наставления мало-помалу. Будь терпелив! Раз ты хороший работник, я хочу, чтобы ты построил для меня дом в подарок Тарму Доде. Когда ты кончишь, я дам тебе наставления и буду также давать тебе еду и одежду».

«А что если я тем временем умру, без Дхармы? «-спросил Мила.

«Я позабочусь о том, чтобы этого не произошло, - отвечал Марпа. - Мое учение -

это не пустая болтовня. Но ты, несомненно, обладаешь огромным упорством; и когда ты претворишь мои наставления на практике, мы увидим, можешь ли ты достигнуть буддовости в течение одной жизни.»

Всякий раз поощряя Милу подобным образом, Марпа заставил его строить один за другим три дома: круглый у подножья восточного холма, полукруглый на западном холме и треугольный на северном. Но каждый раз, когда дом был наполовину построен, Марпа яростно бранил его и заставлял разрушать все, что он уже построил, и относить камни и землю обратно туда, где они были раньше.

На спине у Милы появилась открытая рана, но он подумал:

«Если я покажу рану Учителю, он будет опять ругать меня. Я мог бы показать его жене, но тогда решат, что я хочу отличиться». Не показывая свои раны, он со слезами умолял жену Марпы, чтобы она помогла ему получить наставления. И она попросила об этом Марпу.

«Хорошо накорми его и приведи с собой»-ответил он ей.

Марпа дал Миле посвящение и обеты прибежища. «Это то, что называется основы Дхармы, - сказал он ему. - Если хочешь

неординарные указания к Секретной Мантраяне, тебе придется проделать... «

И он коротко рассказал ему жизнь Наропы и те испытания, которые ему пришлось преодолеть. «Трудно будет повторить то же самое» сказал он в заключение.

Когда Мила услышал это, он почувствовал такую небывалую преданность, что у него из глаз потекли слезы, и он твердо решил выполнять решительно все, что повелит ему его учитель.

Несколько дней спустя Марпа пошел прогуляться и взял с собой в помощники Милу. Они двинулись на юго-восток и дошли до удобно расположенного участка земли. Марпа сказал: «Построй мне здесь серую квадратную башню высотой в девять этажей. Наверху будет еще бельведер - значит, всего десять этажей. Тебе не надо будет разрушать эту постройку, и, когда ты ее закончишь, я дам тебе наставления. И также снабжу тебя едой на то время, когда будешь практиковаться в ретрите».

Мила уже вырыл яму для фундамента и начал строить, когда мимо проходили трое весьма продвинутых учеников Марпы. Развлечения ради они подкатили огромный камень и Мила использовал его при кладке фундамента. Когда он кончил первые два этажа, Марпа пришел повидать его и спросил, откуда взялся этот камень. Мила рассказал ему, как это произошло.

«Мои ученики, которые практикуются на этапах порождения и завершения, не обязаны тебе прислуживать,-закричал Марпа, -Вырой камень и положи его обратно туда, откуда его принесли».

Мила разрушил всю башню, начиная с самой вершины. Он вытащил большой камень из основания фундамента и положил на то место, где его взяли.

После этого Марпа сказал ему: «А теперь принеси его назад и положи, где он был.»

Так что Мила приволок камень назад на участок и положил его опять в фундамент. Он продолжал строить, пока не закончил седьмой этаж, но к этому времени у него появилась открытая рана на бедре.

«Теперь брось строить эту башню,-сказал Марпа,- и построй мне дом с двенадцатью колоннами и чтобы внизу была галлерей и храм».

Когда Мила кончил строить этот дом, у него вся нижняя часть спины была в ранах.

В это время Метон Тсонпо из Тсангронга просил Марпу дать ему посвящение в Самвару, а Тсуртон Ванге из Дола просил посвятить его в Гухьясамаджу. В обоих случаях Мила надеялся, что его строительные работы дали ему право получить посвящение и занимал место среди собравшихся. Однако оба раза он получал от Марпы лишь пинки и упреки, и его прогоняли. Теперь его спина была одна сплошная рана, которая кро-

воточила и в трех местах сочилась гноем. Тем не менее он продолжал работать, только теперь взамен того чтобы носить корзины с землей на спине, носил их в руках.

Когда Нгоктон Чедар из Шунга пришел с просьбой посвятить его в Хеваджру, жена Марпы подарила Миле большую бирюзу из своего наследства. Воспользовавшись этой бирюзой как подношением к посвящению, Мила сел в рядах кандидатов, но, как прежде, учитель обругал его и дал ему взбучку, так что он не получил посвящения.

На этот раз он решил, что сомнения больше нет - он никогда не получит посвящения. Он пошел бродить без определенной цели. Его наняли в одну семью из Лодрак Кхока читать *Транс-*

*цендентальную мудрость в восьми тысячах стихов*. Он дошел до рассказа о Садапрудите, и это заставило его задуматься. Он понял, что ради Дхармы он должен принимать любые тяготы и улаживать своего учителя, делая все, что он приказывает.

Поэтому он вернулся, но снова Марпа приветствовал его

лишь оскорблениями и зуботычинами. Мила был в таком отчаянии, что жена Марпы послала его к Ламе Нгокпе, который дал ему некоторые наставления. Но когда он медитировал, у него ничего не получалось, потому что он не получил разрешения своего учителя. Марпа приказал ему пойти снова в Ламе Нгокпе, а потом прийти назад.

Однажды во время подношения к пиршеству Марпа жестоко отругал Ламу Нгокпу и некоторых других учеников и чуть не избил их.

Тогда Мила подумал так: «При моей плохой карме не только я страдаю из-за моих тяжеловесных ошибок и непроходимых омрачений, но теперь к тому же навлекаю неприятности на Ламу Нгокпу и супругу моего Гуру. Я только скапливаю все больше и больше вредоносных действий, но не получаю никаких наставлений. Так что будет лучше, если я покончу с собой».

Он был готов совершить самоубийство. Лама Нгокпа пытался остановить его. Но тут Марпа смягчился и призвал их обоих к себе. Он принял Милу в ученики, дал ему много полезных советов и назвал его Мила Дордже Гьялтсен, «Мила - несокрушимое как алмаз победоносное знамя». Марпа дал Миле посвящение Самасвары и отчетливо показал мандалу его шестидесяти двух божеств. Тогда же Мила получил секретное имя Шепа Дордже, «Алмазоподобный (Несокрушимый) смех», и Марпа, словно бы выливая содержимое одного контейнера в другой, дал ему одно за другим все посвящения и все наставления. После этого Мила практиковался в самых трудных условиях и обрел все общие и высшие сиддхи<sup>107</sup>.

Вот так следовали своему духовному другу, своему истинному учителю все пандиты, сиддхи и видхьядары прошлого - как в Индии, так и в Тибете. Делая все, что говорил их учитель, они достигли просветления, которое стало нераздельной частью просветления их учителей.

С другой стороны, очень серьезным проступком является

не следовать советам своего учителя безоговорочно, без всяких задних мыслей. Никогда не воспринимай никакие его действия как негативные. Никогда ни в чем, даже в самых мелочах, не лги ему.

Как-то ученик одного великого сиддха преподавал Дхарму

большому собранию учеников. Тут появился его учитель, переодетый нищим. Его ученик постеснялся в присутствии всех собравшихся совершить постирание перед нищим, и притворился, что не видит его. Когда стемнело и люди разошлись, он пошел к своему учителю и простерся перед ним.

«Почему ты не простерся раньше», спросил его учитель..

«Я не видел тебя», солгал он.

В ту же минуту оба его глаза вывалились на землю. Он умолял простить его и сказал всю правду, и тогда с благословения своего учителя он снова обрел зрение.

Существует подобный же рассказ об индийском махасиддхе Кришначарье. Однажды, плывя по морю в сопровождении множества своих учеников, он подумал так: «Мой учитель истинный сиддх. Однако с мирской точки зрения я лучше, чем он, потому что я богаче и у меня больше слуг.»

Вдруг судно стало уходить под воду. Отчаянно пытаясь ос- таться на плову, Криш- начарья молился своему учителю, и тот появился собственной персоной и спас его от потопления.

«Это тебе возмездие за твою спесь, - сказал ему учитель. -

У меня нет богатства и слуг, потому что я никогда к этому не стремился ; а то бы и я мог все это иметь.

В прошлом приходило столько будд, что поименовать их всех было бы невозможно. Но их сострадание было не в силах спасти нас и мы все еще пребываем в огромном океане страдания, име- нуемом сансарой. С древних времен на землю приходило необ- зримое множество великих просветленных учителей, но нам не выпала удача быть их учениками или хотя бы встретить их. В наши дни учение Будды приближается к кон- цу, пять ступеней деградации становятся с каждым днем все более очевидными; и, хотя мы располагаем человеческой жизнью, мы все еще находим- ся в плену наших неблагих действий. Мы блуждаем словно слепцы в пустыне, не понимая, что делать и чего не делать. Поэтому выдающиеся учителя, наши духовные друзья, движимые своим беско- нечным состраданием и побуждаемые потребностями и склонностями каждого из нас, приходят на землю в челове- ческой форме. Хотя они достигли просветления будд, они действуют в соответствии с тем, что подобает для нас. Они направляют нас своими уме- лыми средствами. Они вводят нас в подлинную Дхарму. Они открывают нам глаза на то, что мы должны делать и чего должны избегать. Они безошибочно указывают нам наилучший путь к освобождению и всеведению. Они, по сути, не отличаются от самого Будды; но превосходят Будду, проявляя к нам свою заботливую доброту.. Поэтому стре- митесь всегда следовать своему учителю в полном соответствии с тремя разновиднос- тями веры.<sup>108</sup>

*Я встретил возвышенного учителя, но вследствие моих неблагих действий я полностью дезориентирован.*

*Я нашел наилучший путь, но брожу по тропам,  
ведущим в пропасть.*

*Благослови меня и мне подобных, слабых духом,  
Чтобы нам дано было покорить свое сознание Дхармой.*

## **ЧАСТЬ ВТОРАЯ**

### **ЭКСТРАОРДИНАРНЫЕ ИЛИ ВНУТРЕННИЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖ- НЕНИЯ**



ПРИНЯТИЕ ПРИБЕЖИЩА - ОСНОВА ВСЕХ ПУТЕЙ

ПОРОЖДЕНИЕ БОДХИЧИТТЫ - ОСНОВА ВЕЛИКОЙ  
КОЛЕСНИЦЫ

МЕДИТАЦИЯ О УЧИТЕЛЕ В ОБЛИКЕ ВАДЖРАСАТТВЫ  
И ЧТЕНИЕ ЕГО МАНТРЫ ЧТОБЫ ОЧИСТИТЬ  
ВСЕ ОМРАЧЕНИЯ

ПОДНОШЕНИЕ МАНДАЛЫ ЧТОБЫ АККУМУЛИРОВАТЬ  
ЗАСЛУГИ И МУДРОСТЬ

НАКОПЛЕНИЕ КУСАЛИ, УНИЧТОЖАЮЩЕЙ  
ОДНИМ МАХОМ ЧЕТЫРЕХ ДЕМОНОВ

ГУРУ ЙОГА - КЛЮЧ К БЛАГОСЛОВЕНИЯМ,  
ВЫСШИЙ МЕТОД ДЛЯ ПОСТИЖЕНИЯ  
ПЕРВОЗДАННОЙ МУДРОСТИ

ГЛАВА 1

**ПРИНЯТИЕ ПРИБЕЖИЩА,**

**КРАЕУГОЛЬНЫЙ КАМЕНЬ ВСЕХ ПУТЕЙ**

*Увенчанный Тремя Драгоценностями внешнего прибежища;  
Ты глубоко постиг Три Корня внутреннего прибежища;  
Ты явил три кайи высшего прибежища.  
Несравненный учитель, я преклоняюсь пред тобой.*

Принятие прибежища<sup>109</sup>, краеугольный камень всех путей<sup>110</sup>, объясняется в трех разделах: отношение к принятию прибежища, как принимать прибежище, заповеди и преимущества принятия прибежища.

## 1. ВОЗМОЖНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ПРИНЯТИЮ ПРИБЕЖИЩА

### 1. Вера

В той же мере в какой принятие прибежища открывает двери ко всем наставлениям и практическим упражнениям, в такой же вера открывает двери к принятию прибежища. Стало быть, в качестве первого шага при принятии прибежища важно выработать в себе устойчивую и неколебимую веру. Различаются три разновидности веры: искренняя вера, вера влечения и вера убеждения.

#### 1.1 Искренняя вера

Искренняя вера - это вера, которую приносят нам размышления о необъятном страдании Будды и великих учителей. Мы должны испытывать такого рода веру, посещая храм, в котором хранится множество изображений тела, речи и сознания Будды, а также после встречи с замечательным учителем - будь то личная встреча, либо рассказ о его жизни и его высоких качествах<sup>111</sup>

#### 1.2 Стрстная вера

Страстная вера - это наша жажда освободиться от страданий низших сфер, когда мы слышим их описания; или наша жажда наслаждаться счастьем в высших сферах и свободой, когда мы слышим рассказы о них; или наша жажда совершать благие действия, когда мы узнаем, какое благо они несут, и наша жажда избегать неблагих действий, когда мы понимаем какой вред они приносят.

#### 1.3 Вера убеждения

Вера убеждения - это поднимающаяся из глубины сердца вера в бесценность Трех Драгоценностей, когда мы осознали их исключительные качества и силу их благословений. Это полная вера в Три Драгоценности, которая исходит из нашего знания, что они являются нашим единственным надежным прибежищем<sup>112</sup> - в любую минуту и при любых обстоятельствах, в счастье и в грусти, в страдании и в болезни, в жизни и в смерти.<sup>113</sup> Оттого мы доверяемся лишь Трем Драгоценностям и ищем в них прибежища, зная, что они никогда нас не подведут. Драгоценный Мастер из Уддияны говорит:

Вера убеждения открывает доступ к благословениям.

Отсутствие сомнений приносит исполнение всех желаний.

Стало быть, вера подобна зерну, пускающему ростки всех благих качеств. Если нет веры - это как если бы зерно перегорело. В сутрах говорится:

В ком веры нет,  
ничего благого не создаст:  
Если зерно перегорело,  
оно ростков не дает.

Из семи высших богатств, вера является самым важным. Как говорится:

Драгоценное колесо веры  
Денно и ночью катится по дороге благодетели.

Вера наше самое ценное достояние. Она подобна сокровищу, открывающему доступ к нескончаемым добродетелям. Она словно пара ног направляет нас по пути к освобождению, словно пара рук собирает по пути все благое.

Вера - величайшее богатство, ценнейшее сокровище  
и самые лучшие ноги;  
С ее помощью можем, как руками, собирать все благое.

Сострадание и благословения Трех Драгоценностей необозримо; сможем ли мы получить их зависит исключительно от нашей веры и преданности. Если наша вера и преданность безграничны, сострадание и благословения, которые мы получаем от нашего учителя и Трех Драгоценностей, будут также безграничны. Если наша вера и преданность умеренны, сострадание и благословения будут также умеренны. Если у нас мало веры и мало преданности, мы получим лишь малое сострадания и мало благословений. Если у нас нет ни веры ни сострадания, мы никогда ничего не получим. У кого нет ни веры ни сострадания, тому - даже встретить он лично Будду и будь принят им в ученики, -

это не принесло бы решительно никакой пользы. Что и произошло с Сунакшатрой, чья история рассказана в предыдущей главе, и с Давадаттой, двоюродным братом Будды.

Для сострадания Будды нет расстояний. Даже и в наши дни, если с искренней верой и преданностью призываешь Будду, он предстанет перед тобой и осыпет благословениями.

Будда всегда перед теми,  
кто думает о нем с преданностью,  
- осыпает их благословениями и дарует посвящения.

Или, как говорит Великий Мастер из Уддияны:

Для меня, Падмасамбавы,  
смерть не существует  
Для того, кто верит в меня,  
я никуда не уйду,  
всегда дремлю у его дверей<sup>114</sup>.

Если обладаешь верой убеждения, то во всем проявляется сострадание Будды. Хорошим примером тому служит рассказ об одной исполненной веры старой женщине, которой собачий зуб помог подняться до Буддовости.

Жила однажды старая женщина, сын которой был торговцем.

Он часто бывал по делам в Индии. Однажды старая женщина сказала сыну:

«Бодх-Гайя находится в Индии. И именно там Будда обрел полное прозрение. Когда отправишься в Индию, привези мне какую-нибудь реликвию, чтобы я могла делать простирания».

Она говорила это сыну много раз, но он постоянно забывал

и так и не привез ей то, что она просила. Однажды, когда сын опять собирался в Индию, мать ему сказала:

«Если ты и в этот раз не привезешь мне ничего для простираний, я себя убью у тебя на глазах.»

Сын отправился в Индию, закончил там все свои дела и собрался в обратный путь,

совсем забыв о поручении матери. Когда он был уже недалеко от дома, он вспомнил слова матери.

«Что же мне делать?—подумал он. — Ведь я не привез ей никакой реликвии для простираний. Если я приду домой с пустыми руками, она себя убьет.»

Оглядевшись вокруг, он увидел на земле неподалеку собачий череп. Он выдрал из черепа один зуб и завернул его в шелк. Придя домой, он отдал зуб матери со словами:

«Вот один из клыков Будды. Он будет тебе поддержкой в твоих молитвах.»

Старая женщина поверила сыну. У нее была глубокая вера в то, что собачий зуб был, на самом деле, зуб Будды. Она постоянно делала простирания и подносила приношения, а из собачьего зуба чудом выскакивали многочисленные жемчужины.<sup>115 116</sup> Когда старая женщина умерла, ее тело было окружено свечением разноцветной радуги и другими знаками того, что она обрела Прозрение.

В сущности, собачий зуб не имеет силы приносить благо-словоение. Однако у старой женщины была очень сильная вера и она не сомневалась, что это был, поистине, зуб Будды. Благодаря ее вере собачий зуб вобрал в себя благословения Будды, так что, в конечном итоге, он ничем не отличался от подлинного зуба Будды.

Когда-то в провинции Кангра жил простодушный человек, впоследствии ставший известным как Джово Бен. Он отправился в Центральный Тибет, чтобы увидеть там Джово Ринпоче<sup>117</sup>

Когда он подошел к скульптуре, вокруг не было ни служи-телей, ни других людей. Увидев еду - подношение и масляные лампы, он вообразил, что Джово Ринпоче, должно быть, отщипывает куски от торма, макает их в масло в лампах и ест их. Он предположил также, что фитили в лампах горят, чтобы держать масло жидким.

«Я думаю, надо бы и мне съесть что-нибудь, как это делает Джово Ринпоче», подумал он. Он взял из одного подношения немного цампы, макнул ее в масло и съел. Он взглянул на улыбающееся лицо Джово.

«Какой ты замечательный лама!— сказал оню - Даже когда

собаки крадут у тебя и поедают сделанные тебе подношения, ты улыбаешься. И даже когда твои лампы брызгаются от ветра, ты все еще улыбаешься. Вот мои сапоги, я оставлю их тут. Прошу, присмотри за ними, пока я буду обходить тебя посолонь.<sup>118</sup> «

Он снял сапоги и поставил их перед статуей. В то время как он ходил посолонь по среднему кругу вокруг храма, служитель заметил сапоги. Он уже хотел было выбросить их, но тут статуя заговорила:

«Не выбрасывай эти сапоги. Конго Бен доверил их мне!»

Потом Бен вернулся и забрал свои сапоги. «Ты, и правда, что называется, хороший лама!— сказал он статуе. - Почему бы тебе не прийти и не навестить меня в будущем году. Я зарежу большую свинью и приготовлю ее для тебя, а также сварю тебе хорошего пива из зрелого ячменя.»

«Я приду», сказал Джаво Ринпоче<sup>119</sup>.

Бен вернулся домой и рассказал все своей жене:

«Я пригласил Джово Ринпоче. Я не знаю точно, когда он придет, так что следи, чтобы не пропустить его».

Прошел год. Однажды, когда жена Бена набирала в реке воду, она ясно увидела в воде отражение Джово Ринпоче. Она прибежала в дом и сказала мужу:

«Я видела кого-то в реке. Может, это тот, кого ты пригласил!»

Бен подбежал к реке и увидел в воде поблескивающего Джово Ринпоче. Подумав, что тот упал в воду, Бен прыгнул туда за ним, сумел схватить изображение и унес его с собой.

Когда, направляясь в сторону дома Бена, они подошли к большой скале у самой дороги, Джово дальше идти отказался:

«Я не вхожу в дома мирян», сказал он и растворился в скале.

То место, куда приходил Джово, известно как Доле Джово. А река, где появилось изображение Джово, именуется река Джово. В настоящее время люди совершают там простирания и приносят туда подношения, ибо, как говорят, по силе благословения эти места не уступают тому месту в Лхасе, где находится Джово.

Несокрушимость веры принесла Бену сострадание Будды. Хотя он ел масло из ламп и еду из подношений, и хотя поставил свои сапоги перед Джово, - то есть совершил действия, которые обычно считаются недопустимыми, - сила его веры обратила все это в благое.

Более того, лишь вера делает возможным глубокое постижение абсолютной реальности, то есть первозданной сущности. Как говорится в сутре:

О Шарипутра, абсолютная истина познается лишь с помощью веры.

Сила исключительной веры, выходящей за пределы обыденности, приносит благословение учителя и Трех Драгоценностей. В силу этого приходит истинное озарение и постижение Абсолютной Реальности в ее подлинном виде. И тогда в тебе рождается еще более необратимая вера и еще более неколебимое доверие к учителю и Трех Драгоценностям. Стало быть, вера и постижение Абсолютной Реальности идут рука об руку.

Покидая Джетсуна Милу, Дагпо Ринпоче спросил его, когда он должен начинать учить.

«В один прекрасный день,- ответил Джетсун,- к тебе придет Прозрение, которое позволит тебе видеть природу сознания не так как сейчас, а с исключительной ясностью. С того времени в тебе укоренится твердая вера и ты сможешь воспринимать меня, своего старого отца, как Будду во плоти. Вот тогда ты можешь начинать учить».

Итак, только лишь от нашей веры и преданности зависит, получаем ли мы благословение нашего учителя и Трех Драгоценностей и их сострадание.

Однажды ученик попросил Джово Атишу: «Джово, одари меня своим благословением!»

«Ленивый ученик, одари меня своей преданностью!»- был ответ.

## **2. Мотивация**

При наличии этой веры существуют три различные мотивации для принятия прибежища

### **2.1 ПРИБЕЖИЩЕ СУЩЕСТВ С НАИМЕНЬШИМИ УСТРЕМЛЕНИЯМИ**

Принятие прибежища только лишь из страха перед страданиями в низших сферах ( в адах, среди голодных духов, в мире животных) и стремления найти счастье в высших сферах среди богов и людей является уделом существ с наименьшими устремлениями.

### **2.2 ПРИБЕЖИЩЕ СУЩЕСТВ СО СРЕДНИМИ УСТРЕМЛЕНИЯМИ**

Обращение к прибежищу в Трех Драгоценностях лишь ради себя самого, то есть с тем чтобы, достигнув нирваны, обрести покой и освободиться от страданий сансары, является уделом существ со средними устремлениями.

### **2.3 ПРИБЕЖИЩЕ СУЩЕСТВ С ВЫСШИМИ УСТРЕМЛЕНИЯМИ**

Принятие прибежища из желания привести все существа, барахтающиеся в огромном океане безграничных страданий сансары и переносящих всевозможные невообразимые мучения, к непревзойденному состоянию полного всеведения подлинной и со-

вершенной Буддовости является уделом существ с высшими устремлениями.

Среди этих трех видов мотивации мы избираем путь великих существ, принимающих прибежище из желания привести все бес-численные существа к состоянию непревзойденной Буддовости.

На первый взгляд может показаться, что счастье богов и людей является подлинным счастьем. На деле, однако, оно не свободно от страдания; и как только исчерпаны следствия благих действий, которые порождают это счастье, существа вновь попадают в низшие сферы. Какой тогда смысл стремиться к счастью в высших сферах, если оно является преходящим?

Нирвана шраваков и пратьекабудд приносит мир и счастье, но только лишь одному себе. Однако поскольку все существа, - наши с безначальных времен отцы и матери, - погружены в океан бесконечных страданий сансары, недопустимо, чтобы мы не постарались им помочь.

Стало быть, обращение к прибежищу в Трех Драгоценностях из желания, чтобы все существа достигли Буддовости, - это путь великих существ и дорога к неизмеримым заслугам. И это тот путь, который нам следует избрать. В *Гирлянде драгоценностей* говорится:

Как классы существ бесконечны,  
Так и наше желание помочь им должно быть бесконечным.

## II. КАК ПРИНИМАТЬ ПРИБЕЖИЩЕ

В соответствии с Общей колесницей, мы обращаемся к прибежищу Будды в качестве учителя, к прибежищу Дхармы в качестве пути и к прибежищу Сангхи в качестве спутников на пути.

Общий метод в Особой колеснице Секретных мантр состоит в том, чтобы, принимая прибежище, принести в дар учителю тело, речь и сознание, принять идамов в качестве поддержки и дакини в качестве спутниц.

Особый высший метод в соответствии с сущностью Ваджры состоит в том, чтобы принять прибежище в кратчайшем пути, когда используются тончайшие каналы, контролируются токи энергии и очищаются сущности с целью постичь нирманакаю, самбогакаю и дхармакаю.

Высшее, непогрешимое прибежище в незыблительной Абсолют-ной реальности основывается на истинной мудрости, заложенной

в прибежище<sup>120</sup>. Сущностная природа этой мудрости - пустота, ее естественное выражение - ясность; ее сострадание всеобъемлюще. В этом случае принять прибежище означает постигнуть в своем сознании великую нераздельность трех аспектов истинной мудрости и полностью довериться этому своему откровению.

Рассмотрев различные виды принятия прибежища, перейдем теперь к самой практике принятия прибежища. Прежде всего, представьте себе поле заслуг<sup>121</sup>, в присутствии которого вы будете принимать прибежище.

Воспринимайте то место, где вы находитесь, как поразительно красивое и манящее к себе поле Будды, сложенное из всевозможных драгоценных материалов. Основание поля гладкое как поверхность зеркала: вы не найдете там ни долин, ни холмов, ни каких бы то ни было неровностей. В центре, перед вами, растет дерево исполнения желаний с отходящими от ствола пятью огромными ветвями. Его идеальной формы листья, цветы и плоды простираются так далеко во все стороны света, что они заполня-

ют весь небосклон. Каждая из его ветвей и веточек увешана драгоценными украшениями и колокольчиками.

На центральной ветви располагается трон из драгоценных камней, поддерживаемый восемью огромными львами. На троне, на многоцветном лотосе<sup>122</sup> и дисках солнца и луны восседает ваш славный коренной учитель - несравненное средоточие сострадания, соединяющий в себе всех будд прошлого, настоящего и будущего. Он предстанет в облике великого Ваджрадхары из Уддияны. У него белая, слегка розоватая кожа, одно лицо, две руки и две ноги<sup>123</sup>. Он сидит в королевской позе.<sup>124</sup> В правой руке, изображающей угрозу, он сжимает пятизубчатую ваджру; в левой руке, покоящейся в жесте медитации, он держит черепную чашу, внутри которой находится сосуд, наполненный нектаром бессмертной мудрости. Верхняя часть сосуда украшена деревом, исполняющим желания. Ваджрадхара облачен в парчевую мантию, монастырские одежды, синюю тунику с длинными рукавами и увнчан головным убором из лотоса. Он слит в соитии со своей супругой дакини Йеше Цогьял, которая держит в руках кривой нож и черепную чашу.

Представьте себе Ваджрадхару, сидящим в пространстве перед вами лицом к вам. Выше него сидят один над другим все ламы традиции. Учители общей передачи тантр бесчисленны; однако здесь мы представляем себе в подробностях лишь главных учителей традиции *Сердечной Сущности* Великого Совершенства. Это Самантхабhadра, дхармакайя; Ваджрасаттва, самбхогакайя; Гораб Дордже, нирманакайя; наставник Манджушри-митра, гуру Шри Сингха, просвещенный Джнянасутра, великий пандит Вималамитра, Падмасамбава из Уддияны и его три самые близкие ученики - дхармический правитель Трисонг Детцен, великий переводчик Вайроцана и супруга дакини Йеше Цогьял; всеведущий Лонгчен Рабьямпа и видьядхара Джигме Лингпа. Следует представлять себе каждого из них с присущими им атрибутами и в их обычных украшениях, сидящими один над другим, но не соприкасаясь друг с другом. Все они окружены несметным множеством йидамов из четырех разделов тантры, а также даками и дакини.

На передней ветви сидит Будда Шакьямуни, Победитель, окруженный тысячу двумя достигшими полного прозрения буддами этой Благой кальпы, а также другими буддами прошлого, настоящего и будущего из всех десяти направлений. Все они предстают в высшем обличии нирманакайи, облачены в монастырские одежды и являют тридцать две большие приметы Буддовости, - выступ на темени, отметины в форме колес на ступнях и т.д., - и восемьдесят меньших примет. Они сидят в позе "ваджра". Некоторые из них белые, другие желтые, красные, зеленые или синие. Их тела излучают необозримые потоки света.

Представьте себе на правой ветви восемь великих Ближайших сыновей<sup>125</sup>, возглавляемых бодхисаттвами-защитителями Трех семейств Манджушри, Ваджрапани и Авалокитешварой и окруженных всей благородной сангхой бодхисаттв. Некоторые из них белые, другие желтые, красные, зеленые или синие. На каждом из них тринадцать украшений самбхогакайи<sup>126</sup>, и все они стоят, составив ноги вместе.

На левой ветви представьте себе двух главных шраваков, Шарипутру и Мaudгальяну в окружении благородной сангхи шраваков и пратьекабуд. Все они белого цвета и на каждом три монастырских одеяния. Они также стоят, держа в руках посохи и миски для подаяния<sup>127</sup>.

На задней ветви представьте себе Сокровище Дхармы в виде огромного множества книг. Их венчают обрамленные сетью света шесть миллионов четыреста тысяч сборников тантр Великого Совершенства, которые все как один повернуты этикетками к вам.<sup>128</sup> Эти книги ясно и отчетливо видны и из них спонтанно вырываются созвучия гласных и согласных.

Между ветвями расположились славные защитники Дхармы - как те, кто отмечены мудростью; так и те, кого понуждают к этому их прошлые действия<sup>129</sup>. Защитники в мужском обличи обращены лицами наружу; их деятельность заключается в том, чтобы пре-дотвращать препятствия,приходящие извне, защищая нас тем самым от помех и обстоятельств, неблагоприятных для практики Дхармы и продвижения по пути к прозрению. Защитники в жен-ском обличи обращены лицами внутрь; их деятельность заключа-ется в том, чтобы хранить в целостности достигнутые постижения.

Думайте об этих божествах в ассамблее прибежища, отме-ченных безграничным знанием, любовью и властью, как о вашем единственном поводеыре и путеводной звез-де.

Предстаьте себе справа от вас своего отца, а слева свою мать в этой жизни. Перед собой представьте себе огромное стечение существ из всех шести сфер существования в трех мирах, занимающее всю поверхность земли, а в первом ряду этого множества существ всех своих противников, которые вас ненавидят или чинят вам злокозненные препятствия. Все эти существа стоят перед вами, держась за руки. Выражая уважение в плане тела, делайте простирания. Выражая уважение в плане речи, читайте молитву прибежища. Выражая уважение в плане сознания, сосредоточьтесь на соледующей мысли:

«О, Учитель и бесценные Три Драгоценности! Что бы со мной ни приключилось, радостное или мучительное, приятное или горестное, благое или неблагое, какая бы болезнь или страда-ния ни выпали мне на долю, вы мое единственное прибежище. Вы мой единственный защитник, мой единственный друг, моя единст-венная надежда, мое единственное укрытие. Отныне и до той поры, когда я постигну основную суть прозре-ния<sup>130</sup>, я незыблемо верю лишь в вас и возлагаю на вас всю свою надежду. Я не стану просить совета у своего отца или руководства у своей матери; и не стану принимать решений по своему разумению. О, мой Учитель и бесценные Три Драгоценности, вы моя единственная поддержка. Вам отдаю мои подношения и Вам себя вверяю. Все, к чему стремлюсь, - это достичь вашего уровня прозрения. Вы мое единственное прибе-жище и моя единственная надежда.»

С глубоким убеждением читайте следующий текст:

В Сугатах Трех Корней, подлинных Трех Драгоценностях,<sup>131</sup>  
В бодхичитте - порождении каналов, энергий и сущностей,  
И в мандале сущностной природы, сущностного выражения  
и сострадания,  
Я принимаю прибежище до полного прозрения<sup>132</sup>.

Читайте эту молитву прибежища как можно большее число раз во время каждой серии упражнений. Пока не начита-ете этот текст, по крайней мере, сто тысяч раз, не-пременно читайте его всякий раз достаточно долгое время<sup>133</sup> и сделайте его своей по-стоянной и основной приктикой.

Вы , возможно, удивляетесь тому, что в процедуре принятия прибежища вашим врагам и тем, кто наносит вам ущерб, отдается предпочтение перед вашими родителя-ми, ибо вы представляете их себе в первом ряду скопления существ, в то время как ваши родители находятся рядом с вами в заднем ряду. Причина здесь та, что, приняв Вели-кую колесницу, мы должны испытывать равную любовь и порожденное бодхичиттой сострадание ко всему бесконечному множеству существ. Точнее говоря, единственный способ накопить достаточное количество заслуг, не растеряв те, которые мы наскопи-



ли ранее, - это сделать терпение своей главной практикой. Как говорится:

Как же упражняться в терпении,  
если никто не вызывает гнева?

Вред, причиняемый вам врагами и вашими вредителями - вот что дает вам возможность выработать в себе терпение. Присмотревшись к этому пристальнее, вы поймете, что с дхармической точки зрения враги и те, кто чинят вам препятствия, проявляют к вам большую доброту, чем ваши собственные родители. Ваши родители, которые учат вас всем уловкам и обманным путям, необходимым чтобы преуспевать в этом мире, могут тем самым помешать вам вырваться из недр низших сфер в будущих жизнях. Так что их доброта не столь велика, как это может показаться. С другой стороны, ваши враги и чинители бед в высшей степени добры к вам. Ибо именно те беды, которые они насылают на вас, являются для вас поводом к тому чтобы практиковаться в терпении. И помимо этого - хотите вы того или нет - они лишают вас богатств, владений и всего другого, что приковывает вас к сансаре и является источником всех страданий. Негативные силы и чинители препятствий приносят нам болезни и страдания, чем помогают выработать терпение и очиститься от многих прошлых неблагих действий. Более того, именно враги и препятствия приводят вас к Дхарме, как это и произошло с Джетсуном Милой, у которого его дядя и тетя украли все богатство и владения; или с монахиней Пальмо, на которую демонический нага наслал проказу, вследствие чего она посвятила себя практике учения Авалокитешвары и постигла высочайшее просветление. Всеведущий Лонгченпа, Повелитель Дхармы, говорит:

Под давлением несчастий мы открываем Дхарму  
И находим путь к Освобождению. Благодарение силам зла!  
Когда страдания заполняют наше сознание, мы  
открываем Дхарму  
И находим неувядаемое счастье. Благодарение печалям!  
Через вред, причиненный духами, мы открываем Дхарму  
И находим бесстрашие. Благодарение привидениям и  
демонам!  
Через ненависть других мы открываем Дхарму  
И находим благо и счастье. Благодарение тем, кто нас  
ненавидит!  
Вследствие жестокого бедствия мы открываем Дхарму  
И находим истинный путь. Благодарение бедствиям!  
Под нажимом других мы открываем Дхарму  
И находим истинное предназначение. Благодарение тем, кто  
нас подстегивает!  
В благодарность за вашу доброту, мы посвящаем вам свои  
заслуги.

Ваши враги не только проявляют к вам доброту в этой жизни, они также были вашими родителями в предыдущих жизнях. Поэтому им отводится такое существенное место.

Когда подходит время заканчивать упражнение, представьте себе, что ваша страстная преданность исторгает из ассамблеи прибежища бесчисленные потоки света. Эти лучи касаются вас и все живые существа; и словно стайка птиц, вспугнутых брошенным камнем и срывающихся с легким шуршаньем крыльев с места, вы устремляетесь к

ассамблее прибежища и в ней растворяетесь. Затем постепенно, начиная с краев собрания, божества растекаются в свете и растворяются в его центре в учителя, воплощающем три прибежища. Также и все ламы традиции, располагавшиеся один выше другого над головой учителя, растворяются в нем. А затем и сам учитель растворяется в свете и исчезает. Пребывайте как можно дольше без каких-либо мыслительных движений в этом перевозданном состоянии Дхармакайи, свободном от всяких умствований.

Когда выходите из этого состояния, посвятите заслуги благу всех бесчисленных существ в следующих выражениях:

В силу этих заслуг  
да будет мне дано в скорости постичь Три  
Драгоценности  
и поднять до этого уровня  
все без исключения живые существа.

Всегда, при любых обстоятельствах, держите в памяти образ ассамблеи прибежища. Когда ходите, представляйте их в пространстве над своим правым плечом и воображайте, что ходите посолонь вокруг них. Когда сидите, представляйте их над своей головой как поддержку для своих молитв. Когда едите, представляйте их у себя в горле и мысленно отдавайте им первый кусок еды и первый глоток питья. Когда спите, представляйте их в своем сердечном центре. Эта практика существенна дабы растворять в Ясном свете свли заблуждения.

Что бы вы ни делали, храните в сознании ясный образ ассамблеи прибежища. Полностью верьте себя Трем Драгоценностям и истово выполняйте ритуал принятия прибежища.

### III. ЗАПОВЕДИ ПРИ ПРИНЯТИИ ПРИБЕЖИЩА И ПРОИСТЕКАЮЩИЕ ИЗ ЭТОГО БЛАГА

#### 1. Заповеди при принятии прибежища

Заповеди включают три вещи, которых следует избегать, и три вещи, которые следует выполнять.

##### 1.1 ТРИ ВЕЩИ, КОТОРЫХ СЛЕДУЕТ ИЗБЕГАТЬ

«Приняв прибежище в Будде, не поклоняйтесь божествам, пребывающим в сансаре.» Иными словами, так как боги тиртхиков, такие как Ишвара или Вишну, а также локальные боги - хозяева земли- и другие наделенные властью боги и духи сами не свободны от страданий в сансаре, вы не должны принимать их как прибежище для будущих жизней, делать им подношения или простираться перед ними.

«Приняв прибежище в Дхарме, не причиняйте вреда другим». Не наносите им, даже в мыслях, какого бы то ни было ущерба и всеми доступными вам средствами стремитесь их защищать.

«Приняв прибежище в сангхе, не имейте дело с тиртхиками». Не водите знакомство с теми кто, как тиртхики, не верят ни в доктрину Победителей, ни в достигшего полного просветления Будду, учившего этой доктрине. В Тибете нет истинных тиртхиков, но избегайте иметь дело со всяким, кто ведет себя как тиртхик, то есть кто, к примеру, оскорбляет и критикует вашего учителя и Дхарму или кто чернит глубокое учение Секретной мантраяны.

## 1.2 ТРИ ВЕЩИ, КОТОРЫЕ СЛЕДУЕТ ВЫПОЛНЯТЬ

«Приняв прибежище в Будде, уважайте и почитайте даже небольшой обломок скульптуры, его представляющей». Положите его себе на голову и перенесите в достойное место.<sup>134</sup> и скажите Относитесь к этому обломку как к истинной Драгоценности Будды и считайте его чистым.

«Приняв прибежище в Дхарме, уважайте даже обрывок бумаги с одним единственных слогом из учения Будды. « Поднимите этот обрывок бумаги над головой и считайте его истинной Драгоценностью Дхармы.

«Приняв прибежище в Сангхе, почитайте все, что ее символизирует, - будь то лишь обрывок ткани красного или желтого цвета,- как истинную Драгоценность Сангхи.» Относитесь к этому куску ткани уважительно и считайте его чистым; поднимите его над головой и поместите в достойном месте.

## 1.3 ТРИ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЗАПОВЕДИ

Считайте своего учителя - духовного друга, который вас обучает здесь и сейчас что делать и чего избегать, - истинной Драгоценностью Будды. Избегайте наступать даже на его тень. Стремитесь выказывать ему уважение и почтение.

Считайте каждое слово своего высокого учителя подлинной Драгоценностью Дхармы. Принимайте все, что он говорит, безоговорочно.

Считайте его окружение, учеников и духовных спутников, поведение которых безупречно чисто, истинной Драгоценностью Сангхи. Выказывайте им уважение в плане тела, речи и сознания и ни при каких обстоятельствах даже и на одно мгновение не нарушайте их покоя.

В колеснице Секретной мантраяны, в частности, учитель является главным прибежищем: его тело - это Сангха., его речь- это Дхарма, его сознание - это Будда. Признавайте его соединением существенных черт Трех Драгоценностей и воспринимайте все его действия как совершенные и безукоризненные .Следуйте ему с абсолютным доверием и стремитесь беспрестанно его восхвалять. Помните, что не угодить ему чем-либо, что вы делаете, говорите или думаете, равносильно полному отказу от прибежища; а потому со всей настойчивостью стремитесь действовать так, чтобы учитель был всегда и без исключения вами доволен.

Что бы с вами ни случилось - хорошее или плохое, приятное или горестное, болезнь или страдание - всегда доверяйте своему драгоценному учителю. Воспринимайте все благоприятное как выражение сострадания Трех Драгоценностей. Говорят, что в этом мире все хорошее и приятное, даже малейший ветерок в жаркий день, проистекает из сострадания и благословений Будды. Точно так же, малейшая положительная мысль, возникающая в вашем сознании, является свидетельством непостижимой силы его благословений. В *Пути Бодхисаттвы* Шантидева говорит:

Как вспышка молнии разрывает на мгновенье мрак ночи и  
густые облака,  
Так и по воле Будды могут проскользнуть в мире порой  
исключительно благие мысли.

Итак, усматривайте сострадание Будды во всем, что вам помогает и делает вас счастливыми.

Когда к вам приходит болезнь или страдание, когда злые силы и враги чинят вам

препятствия или же на вас обрушатся другие беды, молитесь Трем Драгоценностям и не доверяйте никаким иным способам разрешения этих проблем. Если вы должны пройти медицинское лечение или прибегнуть к ритуалу исцеления, поступайте соответственно, но усматривайте в этом активность Трех Драгоценностей.

Учитесь вере и чистому восприятию, признавая все, что нам является, манифестацией Трех Драгоценностей. Когда вы куда-либо направляетесь, - на работу или по другим делам, - выкажите почтение Будде, Дхарме и Сангхе этого направления. Сделайте молитву принятия прибежища вашей ежедневной и постоянной практикой, используя для этой цели либо цитированную выше молитву из *Сердечной Сущности*, либо следующую ниже общую для всех Колесниц молитву, известную как четырехстороннее прибежище:

Я принимаю прибежище в Учителе,  
Я принимаю прибежище в Будде,  
Я принимаю прибежище в Дхарме,  
Я принимаю прибежище в Сангхе.

Порекомендуйте другим принять прибежище и поощряйте их проводить эту практику. Вверьте себя и других - на эту и на все последующие жизни - Трем Драгоценностям и прилежно практикуйтесь в принятии прибежища.

Перед сном представьте себе в своем сердце собрание поля заслуг, как это было описано выше, и во сне сохраняйте в своем сознании это изображение. Если вы не в состоянии это сделать, представьте себе, что рядом с вами, на вашей подушке лежат ваш учитель и Три Драгоценности, исполненные к вам любви и сострадания. Затем засыпайте, сохраняя веру и чистое восприятие и не отрываясь в мыслях от Трех Драгоценностей. Когда едите или пьете, представляйте себе Три Драгоценности у себя в горле и предлагайте им отведать все, что вы едите и пьете. Если вы не можете этого сделать, предложите им первую порцию еды или первый глоток, думая при этом: «Я подношу это Трем Драгоценностям.»

Если у вас есть новая одежда, то прежде чем надеть ее в первый раз поднимите ее и мысленно поднесите Трем Драгоценностям. Носите ее затем с мыслью, что вы получили это от Трех Драгоценностей.

С преданностью предлагайте мысленно в дар Трем Драгоценностям все, что вы увидели и вам показалось привлекательным или желательным: сады с красивыми цветами, ручьи с кристально-чистой водой, великолепные дома, восхитительные леса, огромные богатства и владения, привлекательных мужчин и женщин в бриллиантах...

Когда набираете воду, разбрызгайте несколько капель в воздухе и скажите: «Я отдаю эту воду Трем Драгоценностям», и только потом переливайте ее в свой сосуд.

Все благоприятные и желательные обстоятельства в жизни, такие как благополучие, счастье, слава, доходы и т.п., исходят из сострадания Трех Драгоценностей. Думайте с чувством преданности и сохраняя чистое восприятие: «Я отдаю это Трем Драгоценностям.» Отдавайте им все ваши источники накопления заслуг: постирания, подношения, медитацию о божествах, чтение мантр и тому подобное, и посвящайте это всем существам. Как можно чаще делайте подношения Трем Драгоценностям: в полнолуние и в новолуние, положенные шесть раз в день<sup>135</sup> и т.п. Всегда соблюдайте особые даты, посвященные Трем Драгоценностям.

Что бы ни случилось, - хорошее или плохое, - никогда не забывайте принимать прибежище в Трех Драгоценностях.

Тренируйтесь в этом, пока не достигнете такого уровня, когда, даже будучи в ужасе от ночного кошмара, вы не забудете принять прибежище, ибо это будет означать, что

вы не забудете сделать то же самое в промежуточном состоянии (бардо). Одним словом, полностью доверьтесь Трех Драгоценностям и никогда не отказывайтесь от них, даже ради спасения собственной жизни.

Как-то в Индии тиртхики захватили одного буддиста в миру и заявили ему: «Если ты откажешься принимать прибежище в Трех Драгоценностях, мы тебя не убьем. А иначе тебе не жить!».

Он ответил: «Я могу отказаться произносить слова прибежища, но я не могу выравнять их из моего сердца». Тогда они убили его.

Мы должны, поистине, быть такими, как тот мирянин. Ибо, сколь бы глубокой ни была наша практика, но коль скоро мы не принимаем прибежище в Трех Драгоценностях, мы не являемся членами буддийской общины. Как говорится:

«Принятие прибежища - вот что отличает буддистов от не-буддистов»

Существует много тиртхиков, которые избегают вредоносных действий, медитируют о божествах, упражняются с каналами и энергиями и постигают свершения общего порядка. Однако, поскольку они не признают прибежища в Трех Драгоценностях, они не стоят на пути освобождения и не смогут освободиться от сансары<sup>136</sup>.

Среди всего множества сутр и тантрических учений не было ни одного, которого бы Джово Атиша не читал и не знал. Он считал, однако, что на первых порах наиболее важным среди всех этих наставлений является принятие прибежища; и это было то единственное, чему он обучал всех своих учеников, отчего его даже прозвали «Пандитом прибежища».

Так что с того момента как вы вступаете на путь освобождения и становитесь буддистом, практикуйтесь в принятии прибежища вместе с соответствующими предписаниями и никогда не отступайте от них, даже ради спасения собственной жизни. Как говорится в сутре:

Кто принимает прибежище в Будде,  
тот истинный практикующий в миру  
и не должен искать прибежища в каком-либо другом  
божестве.

Кто приеимает прибежища в священной Дхарме,  
не должен культивировать вредоносные мысли.

Кто принимает прибежище в благородной Сангхе,  
не должен иметь дело с тиртхиками.

В наши дни иные люди объявляют себя последователями Трех Драгоценностей, но не имеют ни малейшего уважения к предметам, их представляющим. Они считают живописные изображения и скульптуры Будды, а также книги, содержащие его наставления, обыкновенными предметами, которые можно продавать и отдавать в заклад. Это называется «жить, используя Три Драгоценности для наживы», а это очень грубая ошибка. Говорить об уродстве изображения или скульптуры Будды или критиковать их по какой-либо другой причине, - если только вы не оцениваете их размеры и пропорции с целью их реставрировать, - также является грубой ошибкой, и этого следует избегать. Класть книги, содержащие священные писания, прямо на пол, наступать на них, слюнявить пальцы, переворачивая страницы, и другие неуважительные действия по отношению к ним - еще одна серьезная ошибка и этого также следует избегать. Сам Будда говорил:

Через пятьсот лет  
Я буду присутствовать лишь в форме писаний.  
Считайте их равноценными мне  
И проявляйте к ним должное уважение.

Обычно в народе говорят: «Не клади изображения поверх писаний». Из трех представлений Будды - в плане тела, речи и сознания-именно представление речи Будды учит нас что делать и чего избегать, и также утверждает преэминентность учения.

Стало быть, писания равноценны самому Будде и оттого являются особенно священными.

Далее, большинство людей не думают, что ваджра и колокол представляют Три Драгоценности<sup>137</sup> и относятся к ним как

к обыкновенным предметам. Ваджра символизирует сознание Будды, пять мудростей. На колоколе изображено лицо, которое в соответствии с внешними тантрами представляет Вайрочану, а в соответствии с высшими тантрами изображает Ваджратхатвишвари. Иначе говоря, колокол представляет тело Будды. Буквы, выгравированные на колоколе, символизируют речь Будды, звучание Дхармы. Таким образом, в целом, ваджра и колокол полностью представляют тело, речь и сознание Будды. А в более конкретных терминах, эти два предмета содержат в себе все мандалы Ваджраяны Секретных Мантр и считаются крайне важными объектами самайи. Не относиться к ним с уважением - это огромная ошибка. Мы должны всегда обращаться с ними почтительно.

## **2. Блага, проистекающие из принятия прибежища**

Принять прибежище в Трех Драгоценностях это основа всех дхармических упражнений. Принять прибежище - значит посеять в своем сознании зерно освобождения; отдалиться от всех неблагих действий, скопленных в прошлом; и с каждым днем все более увеличивать число благих поступков. Принятие прибежища это поддержка всех обетов, источник всех благих качеств. В конечном итоге оно ведет вас к состоянию Буддовости. А в настоящее время оно гарантирует вам покровительство благодетельных божеств и исполнение всего, о чем вы мечтаете; отныне вы никогда не будете расставаться с мыслью о Трех Драгоценностях; будете помнить о них во всех своих воплощениях; и будете наслаждаться счастьем и благополучием в нынешней жизни и в будущих. В конечном счете, вы обретете Буддовость... Обычно говорят, что блага, проистекающие из принятия прибежища, неисчислимы. В *Семидесяти строфах о прибежище* говорится:

Каждый может принимать обеты  
Кроме тех, кто не принял прибежища.

Принятие прибежища является непреложной основой всех обетов пратимокши, обетов практикующего мирянина, обетов послушника, монаха и т.п. Полное и искреннее принятие прибежища является неукоснительным требованием для порождения бодхичитты и для получения посвящений к чтению секретных мантр Ваджраяны, а также к выполнению всех других дхармических упражнений. Не приняв предварительно прибежища, невозможно даже начать утренний ритуал очищения или исправление ранее совершенных ошибок.<sup>138</sup> Итак, принятие прибежища является поддержкой для всех обетов и для обретения всех благих качеств.

Даже просто звучание слова «Будда» или сколь угодно незначительная связь с лю-

бым представлением тела, речи или сознания Будды зарождает семя освобождения и приводит, в конечном счете, к состоянию за пределами страдания. Что же тогда говорить о принятии прибежища с искренней верой в высокие качества Трех Драгоценностей!

В Винайе рассказывается история о том, как собака, гоняясь за свиньей, бегала вокруг ступы и как это кружение посолонь

зародило в обоих животных семя освобождения.

В соответствии с другой историей три человека двигались по пути к Буддовости лишь благодаря простой глиняной форме *тса-тса*. Однажды человек увидел на земле близ дороги маленькую глиняную форму *тса-тса*. «Если я ее тут оставляю,- подумал

он, - дождь в скорости ее размочит. Надо что-нибудь с этим сделать». И он прикрыл форму *тса-тса* старой кожаной подошвой, которую там нашел.

А потом в том же месте проходил другой человек. «Нехорошо, что старая подошва от башмака лежит на форме *тса-тса*»- подумал он и скинул подошву.

В результате своих добрых намерений оба человека - и тот, который прикрыл форму подошвой, и другой, который скинул подошву, унаследовали в одной из своих будущих жизней правление страной.

И тот, кто из благих намерений  
Прикрыл старой подошвой голову Будды,  
И другой, кто подошву скинул,  
Оба стали правителями страны

Три человека: сначала тот, кто вылепил форму *тса-тса*; затем тот, кто прикрыл ее подошвой от башмака; и, наконец, тот, кто скинул подошву, - все они обрели счастье в высших сферах; в качестве временного вознаграждения они унаследовали королевства и все другое; и к тому же они стали продвигаться по пути к Буддовости, ибо в них пустили корни первые ростки конечного освобождения.

Принятие прибежища разобщает вас с теми негативными действиями, которые вы накопили. Если с искренней и страстной верой принять прибежище в Трех Драгоценностях, это уменьшает или даже зачеркивает ту негативную карму, которую вы накопили в прошлом. Благодаря соотрадательным благословениям Трех Драгоценностей ваши мысли впредь с этого момента станут

добродетельными и вы не будете больше совершать вредоносные действия.

Примером тому является правитель Айаташатру, который убил своего отца, но потом обратился к прибежищу Трех Драгоценностей. Он страдал от мучений в адских сферах только одну неделю, а потом был освобожден.

Девадатта, который совершил три преступления с немедленным следствием, стал испытывать адское пламя еще при жизни. Но потом он поверил в учение Будды и заявил:

«Из самых сокровенных глубин моего существа исходит потребность принять прибежище Будды».

Будда объяснил, что благодаря этим словам Девадатта станет пратьекабуддой и будет называться Полностью Одумавшийся<sup>139</sup>.

Итак, благодаря доброте вашего учителя и духовного друга вам в настоящее время открылась подлинная Дхарма и у вас уже родилось некоторое устремление к тому, чтобы делать благое и избегать неблагих поступков. Если к ьлму же вы теперь сделаете усилие и примите прибежище Трех Драгоценностей, ваше сознание будет овеяно благословением и у вас будут непрерывно развиваться все те позитивные качества, которые

являются приметами Пути, такие как вера, чистое восприятие, отвращение к сансаре, решимость достичь освобождения, вера в закон причины и следствия и тому подобное.

С другой стороны, сколь сильным ни является сейчас ваше отвращение к сансаре и ваша решимость достигнуть освобождения, но, если вы не потрудитесь принять прибежище Трех Драгоценностей и не будете им молиться, то поскольку ваши восприятия искажены омрачениями, сознание полно сомнений и мысли поспешно приводят вас к ложным выводам, даже и ваши

позитивные действия могут легко превратиться в нечто негативное. Поэтому очень важно знать, что самым лучшим способом

пресечь поток негативных действий является принятие прибежища.

Теперь рассмотрим другой важный вопрос. Обычно говорят:

Демоны особенно ненавидят тех, кто упорен в дхармической практике.

И также:

Чем глубже практика, тем опаснее демоны.

Мы живем в ущербное время, так что и те, кто медитируют о глубоких идеях и чьи действия имеют значительную позитивную силу, могут легко подпасть под влияние соблазнов обыденной жизни. Их тянут назад семьи и друзья. Они страдают от неблагоприятных обстоятельств, таких как болезни и вмешательство негативных сил. Их сознание переполнено сомнениями и дискурсивными мыслями. Препятствия к занятию Дхармой порываются, под различными личинами, отнять у них возможность накапливать благие действия. Однако, если они вопреки всему и с полной искренностью примут прибежище Трех Драгоценностей, тогда то, что выступает как помеха для их дхармических упражнений, станет противоядием против этих опасностей и обратится в благоприятные обстоятельства, вследствие чего их заслуги будут непрерывно расти.

В наши дни главы семейств - под предлогом, что они это делают чтобы защитить на следующий год себя и домашний скот от болезней - приглашают лам или их учеников, не получивших ни посвящения, ни необходимой передачи учения и не прошедших изначальной тренировки чтения мантр и ритуалов<sup>140</sup>, чтобы они построили мандалу тому или иному гневному божеству<sup>141</sup>. Приглашенные, не прошедшие стадий порождения и завершения, выпучивают и округляют, словно два блюда, глаза и, распалив в себе безграничную ярость, выплескивают ее на вылепленную из теста фигурку.<sup>142</sup> Обыкновенно они делают лишь «красные подношения» из мяса с кровью и их крики «Подайте их сюда! Убейте их! Ну, подождите у меня! Побейте их! « . . . вызывают у каждого, кто их слышит, неудержимый агрессивный порыв. Внимательно приглядевшись к таким церемониям, мы убедимся, что они соответствуют тому, что о них говорит Мила:

Призывать мудрые божества чтобы оградить существа  
земные

Подобно тому как свлакивать правителя с трона

И укладывать его спать на полу.

А Падампа Сангье говорит так:

В селении, в овечьем загоне,

Строят мандалу Секретных Мантр



И уверяют, что это служит надежной защитой.

Подобного рода ритуалы искажают Секретную Мантраяну, уподобляя ее практике Бонпо<sup>143</sup>. Те, кто выполняют ритуалы «освобождения», должны быть за пределами всяких эгоистических устремлений. Только таким людям дозволено ради всеобщего блага существ и в целях обучения освободить врагов и вершителей десяти вредоносных действий. Но ритуал, проводимый с позиции ординарного гнева<sup>144</sup> и личной, своей или чужой, заинтересованности, не имеет власти освобождать существа, которым он адресован; а тот, кто его совершает, переродится вследствие этого в адских сферах. Совершающие «красные подношения» из мяса с кровью, но не прошедшие предварительно этапов порождения и завершения и не хранящие самаю, не смогут вступить в контакт ни с мудрыми божествами, ни с защитниками Дхармы. Вместо этого стекутся всевозможные злобные боги и демоны дабы насладиться приношениями и тормами. Может показаться, что подобные ритуалы приносят некоторое сиюми-нутное благо. Однако в конечном счете они повлекут за собой лишь всякого рода нежелательные последствия.

Вместо этого доверьтесь Трем Драгоценностям. Обратитесь к монахам и ламам, которые очистили и умиротворили свое сознание и просите их повторять сто тысяч раз текст принятия прибежища. Тогда вы получите наилучшую защиту, ибо вы будете под покровительством Трех Драгоценностей. В этой жизни с вами не будет происходить ничего нежелательного и все ваши желания будут спонтанно исполняться. Благожелательные божества будут вас защищать, а злые силы, демоны и чинители препятствий не смогут даже и приблизиться к вам.

Как-то один человек поймал вора и побил его палкой, повторяя с каждым ударом фразу из молитвы прибежища: «Я принимаю прибежище Будды (бах!); я принимаю прибежище Дхармы (бах!...)» и т.д. Вдолбив таким образом эти слова в сознание вора, он его отпустил.

Вор провел ночь под мостом, отчетливо помня слова прибежища, а также и страшные побои. Пока он там лежал, над мостом появилось скопище демонов.

«Тут кто-то принял прибежище Трех Драгоценностей», закричали они и с воплями бросились наутек.

Нет лучшего способа устранить беды и тяготы этой жизни как всем сердцем принять прибежище Трех Драгоценностей. Тогда в будущих жизнях придет освобождение и всеведение... Блага от принятия прибежища поистине необозримы. В *Незапятнанной Сутре* говорится:

Если бы заслуга от принятия прибежища имела форму,  
Всего пространства не хватило бы чтобы ее вместить.

А в *Насыщенной Трансцендентальной Мудрости* сказано:

Если бы заслуга от принятия прибежища могла материализоваться,  
Все три мира не могли бы ее вместить.  
Как можно пол-литровым черпаком измерить  
Всю массу воды в огромном океане?

В добавление к этому в *Сутре Сердца Солнца* также говорится:

Десять миллионов демонов не смогли бы убить

Того, кто сделал Будду своим прибежищем.  
И даже преступи он свои обеты и будь терзаем  
сомнениями,  
Он и тогда, наверняка, достигнет большего, чем просто  
перерождение.

Поэтому совершайте обет прибежища, - основу всех дхармических упражнений, -  
со всем рвением, ибо проистекающие из этого блага неизмеримы.

*Я принял тройное прибежище, но у меня мало истинной веры;  
Я выполняю тройственные упражнения, но отступаю от своих обетов.  
Благослови меня и других столь же слабых духом,  
Чтобы наша вера стала твердой и непоколебимой.*

## ГЛАВА ВТОРАЯ

### ПОРОЖДЕНИЕ БОДХИЧИТТЫ - ОСНОВА ВЕЛИКОЙ КОЛЕСНИЦЫ

*Благодаря своей безграничной мудрости ты постиг  
нирвану,  
Благодаря своему безграничному состраданию ты  
открыт миру сансары,  
Благодаря своим умелым средствам ты постиг, что  
сансара и нирана неразделимы  
О, Несравненный Учитель, я преклоняюсь пред тобой.*

В этой главе три раздела: тренировка сознания в четырех безмерностях, порождение бодхичитты и обращение сознания к высшему прозрению, и тренировка заповедей бодхичитты устремления и бодхичитты в действии.

#### 1. ТРЕНИРОВКА СОЗНАНИЯ В ЧЕТЫРЕХ БЕЗМЕРНОСТЯХ

Четыре безмерности - это безграничная любовь, сострадание, разделенная радость и ровность. Обычно прежде всего упоминается любовь. Но когда мы тренируем сознание в этих четырех безмерностях, одной за другой, целесообразно начинать с тренировки ровности. В противном случае, вся та любовь, сострадание и разделенная радость, которую мы генерируем, могут нести в себе черты предвзятости и таким образом будут загрязнены. Поэтому в данном случае мы начинаем с медитации о ровности.

## 1. Медитация о ровности

Ровность означает отказ от ненависти к врагам и привязанности к друзьям, и развитие в себе ровного, беспристрасного отношения ко всем существам без разделения их на близких, к которым мы прияваны, и чужих, к которым мы испытываем недружелюбие.

Сейчас мы очень привязаны к родителям, родственникам и другим, кого мы считаем своими, и испытываем сильную неприязнь к нашим врагам и их сторонникам. Это заблуждение вызвано нашей недостаточной осведомленностью.

Те, кого мы сейчас считаем врагами, в прошлых жизнях были нашими близкими, любившими нас, сердечно заботившимися о нас и оказывавшими нам всевозможную поддержку и помощь. Напротив, многие из тех, кого мы сегодня считаем друзьями, были в прошлых жизнях нашими недругами, которые нам вредили. Как мы узнали выше, в главе о преходящности, из слов просветленного Катьяяны:

Он ест плоть отца, отгоняет камнями мать  
Качает на руках врага, которого убил;  
А жена глодает кости своего мужа.  
До чего же смехотворен мне этот спектакль сансары!

Другой пример - история жизни принцессы Пемы Сель, дочери дхармического правителя Трисонга Детсена,<sup>145</sup> умершей в семнадцатилетнем возрасте. Правитель отправился к Гуру Ринпоче, чтобы спросить его, как это могло случиться. «Я думал, - сказал он Гуру Ринпоче, - что моей дочерью мог пере-родиться лишь тот, кто отличался в прошлом чистотой своих действий. Она родилась дочерью Правителя Трисонга Детсена, встречалась с тобой, с пандитами и переводчиками, которые могут сравниться с буддами. Как же могло случиться, что ее жизнь была такой короткой?»

«Принцесса родилась твоей дочерью, - отвечал Прсветлен-ный Учитель, - не потому, что она отличалась в прошлом чистыми действиями. Некогда я - Пема, ты - великий дхармический Правитель и великий Бодхисаттва Абад переродились тремя мальчиками из простых семей и мы тогда строили великую ступу Ярунг Кашор. Принцесса в то время переродилась насекомым, которое укусило тебя в шею. Ты хотел отогнать это насекомое рукой, но случайно раздавил. Так у тебя образовался кармический долг перед этим насекомым, которого ты лишил жизни. Вот потому-то это насекомое переродилось как твоя дочь<sup>146</sup>.

Если можно было переродиться даже дочерью дхармического-кого Правителя Трисонга Детсена, воплощенного Манджушри<sup>147</sup>, только лишь в силу его кармического долга, что же тогда говорить о других существах?

В настоящее время нас связывают тесные узы с нашими родителями и детьми. Мы питаем к ним безграничную любовь и возлагаем на них большие надежды. Когда они страдают или с ними случается что-либо нежелательное, мы страдаем больше, чем если бы сами испытывали нечто подобное. Это происходит исключительно вследствие тех кармических долгов, которые мы скопили в прошлом, причиняя другим вред.

Среди всех тех, кто сегодня являются нашими врагами, нет ни одного, кто не приходился бы нам в какой-либо из прошлых жизней отцом или матерью. И даже в настоящем, хотя мы и считаем их нашими врагами, это влсе не значит, что они непременно наносят нам какой-либо урон. А некоторые, хотя мы и воспринимаем их как наших противников, вовсе не считают нас таковыми. Другие, быть может, кажутся врагами, но они неспособны причинить нам какой бы то ни было вред. Есть также такие, которые, как может показаться сейчас, нам вредят; однако, в конечном счете, то, как они

проявляют себя по отношению к нам, вероятно, принесет нам в этой жизни признание и расположение других или, быть может, обратит нас к Дхарме, что принесет нам неисчислимыя блага и счастье. И, наконец, последние в этой группе - это те, кто могут легко стать нашими друзьями, если умело приспособиться к их индивидуальным особенностям и покорить их, мягко и неназойливо показав им непротиворечивость наших позиций.

Другую группу составляют все то, кого мы обычно считаем самыми нам близкими и дорогими, - например, наши дети. Но некоторые дети обманывают и даже убивают своих родителей. Бывает, что дети объединяются с людьми, враждебными их родителям, в своем стремлении порвать со своими родителями и присвоить себе их состояние. Когда же мы живем в гармонии со своими близкими, мы воспринимаем их проблемы и трудности острее чем свои собственные. Чтобы помочь друзьям, детям и т.п. мы скапливаем бесчисленные неблагие действия, которые ввергнут нас в будущем в адские сферы. Когда мы намерены практиковаться в подлинной Дхарме, наши близкие отвлекают нас. Будучи не в состоянии отрешиться от привязанности к родителям, детям и другим членам семьи, мы постоянно откладываем свои дхармические занятия на потом, но так и не находим для этого времени. Короче говоря, эти люди вредят нам, пожалуй, больше чем наши враги.

Кроме того, нет никакой гарантии, что те, кого мы сегодня считаем нашими противниками, не окажутся в будущем нашими детьми; или что наши нынешние друзья не переродятся как наши враги. Из-за того, что мы принимаем преходящие понятия «друг» и «враг» как истинно существующие, мы скапливаем неблагие действия, мотивированные привязанностью и ненавистью. Почему мы держимся за этот груз, который тащит нас в глубины низших сфер? Примите решение считать все бесконечное множество существ своими родителями и детьми; и подобно высшим существам в прошлом, чьи биографии описаны в книгах, не делайте различия между друзьями и врагами.

Начните с тех, кого вы недолюбливаете, ибо они вызывают у вас гнев и ненависть; и разными методами тренируйте свое сознание до тех пор, пока не будете больше чувствовать к ним гнева и ненависти. Думайте о них как о чем-то нейтральном, что не приносит вам ни ущерба, ни блага. Затем поразмышляйте о том, что бесчисленные существа, к которым вы относитесь нейтрально, были в той или иной жизни с безначальных времен вашим отцом или матерью. Медитируйте об этом, стараясь испытать к ним такую же любовь, какую вы чувствуете к вашим нынешним родителям. Продолжайте медитировать таким образом, пока не почувствуете ко всем существам, - будь то ваши друзья, враги или люди вам безразличные, - такое же сочувствие, как к своим родителям.

Однако, если просто думать, что все существа, - равно друзья и враги, - одинаковы, но не испытывать к ним ни сострадания, ни ненависти или других чувств, это проявление не безграничной беспристрастности, а беспристрастности безразличия, что не вредит, но и не приносит блага. Демонстрацией подлинной безграничной беспристрастности являются те пиршества, которые в старину устраивали великие мудрецы. В прошлые времена, когда великие мудрецы устраивали пир, они приглашали всех без разбора: важных и скромных, власть имущих и безвестных, благонравных и злонамеренных, высоких духом и посредственных. Точно так же и ваше отношение ко всем существам, населяющим безграничное пространство, должно выражаться как безмерное, охватывающее в равной степени всех, сострадание. Тренируйте свое сознание, пока не достигнете такого состояния безграничной беспристрастности.

## **2 . Медитация о любви**

Только что описанная медитация о безграничной беспристрастности поможет вам

относиться ко всем существам в трех мирах с равной и безграничной любовью. Любовь, которую вы чувствуете к ним, должна не уступать той любви, с какой родители заботятся о своих детях. Пренебрегая неблагодарностью детей и неизбежными трудностями для себя, они полностью отдают своим чадам все свои помыслы, слова и дела, лишь бы они были здоровы, удобно устроены и счастливы. Точно так же в этой жизни и в последующих всеми силами стремитесь делать, говорить и думать лишь то, что может способствовать благосостоянию и счастью всех существ.

Все эти существа стремятся к счастью и благополучию и делают все, чтобы достичь этого. Ни один из них не желает страдать и быть несчастным. Однако не ведая, что благие действия приносят счастье, они без устали совершают действия неблагие. Их действия находятся в полном противоречии с их глубинными устремлениями. Желая обрести счастье, они лишь порождают собственное страдание.

Неустанно медитируйте о том, как было бы замечательно, если бы все эти существа наслаждались благосостоянием и счастьем, о котором они мечтают. Медитируйте об этом до тех пор, пока не почувствуете, что желаете им счастья так же горячо, как себе самому.

В сутрах говорится о «любви в наших действиях», «любви в наших словах», «любви в наших мыслях». Стало быть, все, что вы произносите губами и что делаете руками должно быть честным, лицеприятным и не приносить никому вреда. Как говорится в «Бодхиচারья-аватара» :

Когда глаза мои на ком-либо останавливаются,  
Пусть мой взгляд будет открытым и любовным.

Даже когда просто смотрите на других, делайте это с улыбкой и показывая в своем взгляде дружелюбие, а не агрессивность или гнев. Среди множества других историй, существует одна о могущественном правителе, который всегда смотрел на других гневно. Он переродился голодным духом, который питался тем, что подбирал в одном доме объедки под печкой. А после того как он также гневно посмотрел на просветленное существо, он переродился в аду.

Всегда выказывайте миролюбие и приветливость; и стремитесь никому не причинять вред, а, напротив, всем помогать. Когда говорите, старайтесь никого не унижать, не критиковать и не быть лицемерным, но выказывать искренность и доброе расположение. А когда кому-нибудь помогаете, не ожидайте мысленно, что получите за это какое-либо вознаграждение. Кроме того, ваше поведение и приветливые слова должны проистекать не из стремления доказать другим, что вы бодхисаттвы, но лишь из искреннего желания помочь им и сделать их счастливыми.

Постоянно молитесь о том, чтобы ни в одной из ваших жизней вы не причинили никому никакого вреда, но всегда бы всем помогали.

Особенно важно не причинять страданий существам, которые зависят от вас, — а именно, слугам или животным, будь то даже всего лишь жалкий сторожевой пес, — заставляя их чрезмерно много работать, избивая их и т.п. Переродиться в качестве слуги, сторожевой собаки и тому подобного и испытывать всеобщее презрение и ненависть — созревшее следствие прошлых действий. Это тот кармический долг, который приходится платить, если в прошлом, обладая властью, проявлял к другим презрение и ненависть. Если сейчас, имея в руках власть и состояние, проявлять к другим презрение, то в будущем придется платить этот долг, переродившись в роли слуги. Поэтому будьте особенно милы с теми, кто находится у вас в подчинении.

Делайте в плане тела, речи и сознания все, что в ваших силах, чтобы помочь своим родителям, — особенно если они страдают от хронических болезней. Это принесет вам

неисчислимые блага. Как говорит Джово Атиша:

Помогать тем, кто пришел издалека; тем, кто был продолжительное время болен; а также своим родителям в старом возрасте, равносильно медитации о пустоте, сокровенной сущностью которой является сострадание.

Наши родители проявляли к нам такую огромную любовь и доброту, что нарушить их покой в старом возрасте было бы в высшей степени неблагим действием. Сам Будда, чтобы отплатить своей матери за ее доброту, отправился в небесную сферу Тридцати Трех чтобы учить ее Дхарме. Говорят, что даже пронеси мы своих родителей на своих плечах вокруг света, мы и тогда не отплатили бы им в полной мере за их доброту. Однако мы можем компенсировать их за доброту, открыв им учение Будды. Итак, в делах, словах и мыслях всегда выражайте почтение своим родителям и пытайтесь найти способ заинтересовать их учением Будды.

Великий Мастер из Уддияны говорил:

Не досаждайте старикам; заботьтесь о них и почитайте

Будьте приветливы, когда что-либо делаете для тех, кто старше вас, или когда к ним обращаетесь. Проявляйте о них заботу и старайтесь по мере своих сил доставлять им радость.

Сейчас принято говорить, что действовать в сансаре, не причиняя другим вреда, невозможно. Но это неверно.

В давние времена, в Хотане, два монаха-новичка медитировали о просветленном Манджушри. Однажды сам Манджушри предстал перед ними и сказал:

У вас нет со мной никакой кармической связи. Божество, с которым вы связаны из прошлых жизней, Авалокитешвара. Сейчас он в Тибете, он там Правитель.<sup>148</sup> Вам надо пойти к нему.

Когда молодые монахи прибыли в Тибет и вступили на землю Лхасы за ее стенами, им стало известно, что множество людей там были казнены или заточены в тюрьму. Они спросили, что происходит, и услышали в ответ, что вся эта расправа производилась по воле короля.

«Этот король, конечно же, не может быть Авалокитешварой», решили они. И опасаясь, как бы и их не казнили, они решили спастись бегством. Правитель узнал, что они задумали бежать, и отправил нарочного, чтобы тот привел их к нему.

«Не бойтесь, - сказал им Правитель. - Тибет дикий край, его трудно покорить. Поэтому мне приходится создавать видимость, будто я бросаю людей в тюрьму, казню их, четвертую... На самом же деле, я не причиняю никому никакого вреда.»

Этот суверен правил во всем Тибете, Земле Снегов, и привители всех четырех направлений чтили его авторитет. Он разбивал войска агрессоров и поддерживал мир в пограничных районах. Хотя ему приходилось повсеместно подавлять врагов и защищать своих подданных, он ни разу не нанес ни одному существу ни малейшего вреда. Как же тогда мы, кому приходится защищать лишь свою скудную собственность размером с осиное гнездо, не можем обойтись без того чтобы навредить другим?

Нанося вред другим, мы, в конечном счете, вредим себе. Это источник страдания в этой жизни и в последующих. Ничего хорошего из этого не проистекает даже и в этой жизни. Никто не обогащается на убийствах, воровстве и тому подобном. За это прихо-

дится, в итоге, расплачиваться, возвращая украденные деньги и попутно теряя все свое имущество.

В качестве примера безграничной любви обычно говорят о том, как птица пестует своих птенцов. Сначала она устраивает для них мягкое и удобное гнездо. Потом прячет их, чтобы согреть, под своими крыльями. Она обращается с ними с неизменной нежностью и заботится о них, пока они не научатся летать. Учитесь проявлять в своих делах, словах и мыслях такую же доброту ко всем существам в трех мирах.

### **3. Медитация о сострадании**

Когда медитируете о сострадании, представьте себе под своими крыльями существо, терзаемое жесточайшим страданием, и пожелайте, чтобы оно освободилось от этого страдания. Как говорят:

Думайте о ком-нибудь, кто ужасно страдает, например, о заключенном, заточенном в темнице и ожидающем казни; или о животном перед мясником, который намерен его убить. Почувствуйте такую же любовь к этому существу, как если бы речь шла о вашей собственной матери или о вашем ребенке.

Представьте себе заключенного, приговоренного Правителем к смерти, в ту минуту, когда его ведут на казнь; или же подумайте о ягненке, которого выловил и связал мясник.

Когда думаете об этих страдающих существах, не представляйте себе кого-либо неизвестного, но представьте, что это происходит с вами. Спросите себя, что бы вы стали делать, оказавшись на их месте:

«Что же мне делать? Некуда бежать. Негде спрятаться. Нет мне прибежища, нет у меня защитника. Спасти себя невозможно. Я не умею летать. Я не обладаю силой и у меня нет армии, которая могла бы меня защитить. Значит, пришло мое время расстаться с этой жизнью. Придется мне сбросить это тело, о котором я так тщательно заботился, и двинуться по столбовой дороге, ведущей к следующей жизни. Какой ужас!» Практикуйтесь, чтобы почувствовать страдание этого заключенного.

Если вы думаете о ягненке, которого тащат к мяснику, не представляйте себя просто этим ягненком, но представьте себе и почувствуйте в глубине сердца, что собираются убить вашу старую мать. Спросите себя, что вам делать в этой ситуации:

«Что же мне делать? Они собираются убить мою старую мать, хотя она не причинила им никакого вреда.»

Живо представьте себя на месте своей матери, которая испытывает эти страдания. Когда у вас появится горячее желание сделать что-нибудь, лишь бы спасти свою мать от ножа мясника, подумайте о том, что, хотя то существо, которое сейчас страдает, не является ни одним из ваших родителей в этой жизни, но оно, безусловно, было таковым в какой-либо из ваших предыдущих жизней; и что тогда оно пестовало вас с такой же безграничной любовью, как это делают ваши родители в этой жизни. Стало быть, тут нет никакого различия. Бедные родители, им выпали на долю такие жестокие страдания! Пусть они освободятся, сейчас же, сию минуту от этого страдания! Думайте, меди-

тируйте об этом, испытывая столь острое, непере-носимое сострадание, что глаза ваши наполняются слезами.

Когда в вас поднимется сострадание, подумайте о том, что страдание, испытываемое этими существами, является следствием вредоносных действий, совершенных в прошлом. Все те несчастные, которые сейчас предаются неблагим действиям, неизбежно сами окажутся жертвами страданий. Думая таким образом, медитируйте с состраданием о всех существах, которые совершают убийства или подвергают других воздействию своих вредоносных действий, создавая тем самым причины для страданий.

Затем, размышляйте о страданиях тех существ, которые переродились в адских сферах, среди голодных духов или в иной юдоли печали. Вообразите, что эта участь выпала не долю вашим родителям или вам самим и истово, с неизменным состраданием медитируйте о страдальцах.

И, наконец, предайтесь глубокому созерцанию, воображая все существа в трех мирах. Всюду, где есть пространство, есть существа. Всюду, где есть существа, есть неблагие действия и есть страдания. Сколь несчастны существа, неспособные вырваться из пут неблагих действий и страдания! Как было бы замечательно, если бы каждое существо во всех шести сферах существования могло вырваться из пут восприятий, порожденных их кармой, страданиями и моделями привычного поведения и обрести вечное счастье совершенной Буддовости.

Когда медитируете о сострадании, разумно сначала останавливаться на конкретных страданиях, рассматривая их одно за другим. Затем постепенно расширяйте свое поле зрения, пока не научитесь медитировать сразу о всех существах вместе взятых. В противном случае, ваше сострадание будет не действенным, расплывчатым и умозрительным.

Приглядитесь в особенности к тем страданиям и тяготам, которые переносит ваша собственная домашняя скотина: быки, овцы, тягловые животные и прочие. Мы подвергаем их всевозможным мучениям, сходным с пытками в адских сферах. Мы прокалываем им ноздри, кастрируем их, выдираем из них шерсть и заживо выпускаем кровь.<sup>149</sup> Мы ни на минуту не задумываемся о том, как должны страдать эти животные. Если бы мы остановились и подумали, мы бы осознали, что такое к ним отношение свидетельствует об отсутствии сострадания. Если бы у вас, представьте себе, вырвали всего один волосок, вы бы закричали от боли и не потерпели бы этого. А мы с силой выкручиваем у яков длинные волосы на животе, так что обнажается голое мясо и из каждой поры, - там, где раньше росли волосы, - сочится кровь. Животные визжат от невыносимой боли, но нам и в голову не приходит подумать, что они страдают.

Мы не в состоянии терпеть, когда у нас на руке вскакивает волдырь; а если, при езде верхом, у нас начинают болеть ягодицы и мы не можем больше сидеть в седле, мы садимся боком. И тем не менее нам не приходит в голову, что лошадь может испытывать боль или что ей тяжело. Когда она не может дальше двигаться, тяжело дышит и спотыкается, мы уверены, что это ее упрямство, теряем терпение и безжалостно стегаем ее кнутом.

Подумайте, например, о ягненке, которого собираются принести в жертву. Сначала его оттаскивают от стада и его охватывает безграничный ужас. В том месте на теле, за которое его хватают, образуется кровоподтек. Его валят на спину, связывают ему ноги кожаным ремнем и стягивают морду, пока он не задохнется.<sup>150</sup> Если его предсмертная агония длится слишком долго, мясник, обычно отмеченный неблагими действиями, приходит в ярость: «Этот еще не хочет умирать!» И бьет его.

Как только ягненок умирает, с него сдирают кожу и потрошат. Затем у яка выпускают кровь - столько, что он не может больше стоять на ногах и качается. Затем смешивают кровь убитого животного с кровью, выпущенной из живого яка. Эта смесь варится и



с нею приготавливают фарш для колбасы, которым набивают кишки убитого животного.<sup>151</sup> Нужно поистине быть каннибалом, чтобы это есть!

Поразмышляйте о страданиях этих животных. Представьте себе, что это вы подвергаетесь подобным страданиям и постарайтесь действительно почувствовать это. Закройте рот руками и перестаньте дышать. Оставайтесь некоторое время в таком положении. Вы почувствуете боль и панический страх. После того как вы это испытаете на себе, постоянно думайте о том, как это печально, что существа беспрестанно подвергаются таким мукам. Как замечательно было бы иметь возможность защитить их от этих страданий!

Предполагается, что ламы и монахи более чем кто-либо отличаются состраданием. Но у них вовсе нет сострадания. В роли домохозяев они непревзойденные мучители других существ. Это признак того, что эпоха Учения Будды поистине подходит к концу. Мы достигли того времени, когда все почести достаются прожорливым мясоедам и каннибалам. В прошлом наш Учитель Шакьямуни с легкостью, с какой сплевывают слюну в придо-рожную пыль, отказался от трона Унисерсального монарха<sup>152</sup>

и удалился от мира. В сопровождении своих архатов, он ходил с миской и нищенским посохом и собирал подаяния. Ни у кого из них, в том числе у самого Будды, не было ни лошади или мула для верховой езды. Не потому, разумеется, что Будда не мог бы раздобыть себе старую лошадь; а потому что, как полагал Будда, мучить животных противоречит его Учению.

Но в нынешние времена, отправляясь в селение на церемонию, досточимый монах продевает сквозь отверстие в морде яка жесткую веревку, свитую из хвостовых волос. Усев-шись в седле, он изо всей силы натягивает веревку. Веревка впивается яку в ноздри, вызывая сильнейшую боль, отчего животное отступает и встает на дыбы. Тогда наездник принимает что есть силы стегать его кнутом. Не в состоянии вынести эту новую боль в боках, як бросается бежать. Но тогда снова веревка впивается в ноздри, як останавливается и его опять стегают кнутом. Его тянут спереди, его стегают сзади..., и в скорости истерзанное болью животное вконец выбивается из сил. Пот капает с каждого волоска на его шкуре, язык вываливается наружу, он задыхается и не может сделать ни шагу.

«Что это с ним, почему он остановился?» - думает наездник. Он сердится и бьет его по бокам кнутовищем с такой яростью, что кнутовище ломается пополам. Он прячет куски кнутовища в пояс, подбирает острый камень и, обернувшись в седле, швыряет его в круп животного... И все это потому, что он не чувствует к животному ни малейшего сострадания.

Представьте себя старым яком, который несет на спине слишком тяжелый груз; веревка вонзается вам в ноздри, кнут стегает по бокам, шпоры впиваются в бедра. Вы чувствуете непереносимую боль спереди, сзади, в боках. Без всякой передышки вы взбираетесь по уходящим вверх склонам, спускаетесь по крутым откосам, пересекаете огромные реки и обширные долины. Вы вынуждены, против своей воли, двигаться с самого рассвета и до наступления полной темноты, не имея времени даже сжевать пучок травы. Подумайте о том, как все это было бы изнурительно и непереносимо; какую боль, голод и жажду пришлось бы испытывать Приложив это к себе, вы не сможете не почувствовать прилив непреодолимого и безграничного сострадания.

В сущности, те, кого мы именуем ламами и монахами, должны бы были служить всем без различия существам прибежищем, опорой, защитой и путеводной звездой. На деле, однако, они выказывают особое расположение своим благодетелям, которые поставляют им еду и питье и делают подношения. Они молятся, чтобы именно эти люди имели кров и защиту. Их они одаривают благословениями, им дают посвящения. Однако же, они восстанут против злых духов и претов, чье злополучное перерожде-

ние является следствием их негативной кармы. Чтобы изгнать их, они совершают ритуалы и, распалившись против них, выкрикивают угрожающе: «Бей их, бей! Убей, убей!»

Считать, что злых духов надо избивать и убивать, может лишь тот, чье сознание не освободилось от привязанности и ненависти и кому неведомо представление о безграничном бескорыстном сострадании.

Если вдуматься, эти злые духи нуждаются в большем сострадании, чем любые благодетели. Они переродились в облике злых духов вследствие своей негативной кармы. Переродившись претами с чудовищными телами, они испытывают непередаваемый страх и страдания. Их уделом является постоянный голод, жажда и изнеможение. Все, что они воспринимают, вызывает у них чувство тревоги. Так как их сознание насыщено ненавистью и агрессивностью, большинство из них сразу после смерти отправляются в ад. Кто заслуживает большего сострадания, чем они? Покровители, вероятно. болеют и страдают, но это поможет им исчерпать их негативную карму, а не увеличит ее. Злые духи, напротив, вредят другим своими злыми устремлениями и за свои вредоносные действия они будут ввергнуты в глубины низших сфер существования.

Когда Победитель, исполненный сострадания и владевший умелыми средствами, учил как использовать самые интенсивные средства чтобы устрашать злых духов, он делал это исключительным образом из чувства сострадания к ним, как мать шлепает непослушного ребенка. Будда также разрешал тем, кто владел умением пресекать поток негативной кармы существ, совершавших только лишь неблагие действия и постоянно причинявших другим вред, совершать ритуал освобождения и переносить их сознание в чистую землю. Но выходить из себя, чтобы угодить своим покровителям, монахам и всем, кого мы считаем своими сторонниками, и считать злых духов и вершителей зла своими врагами; иными словами, мотивированное привязанностью и ненавистью стремление поддерживать одних и нападать на других - это не то, чему учил нас Будда.

Оставаясь во власти привязанности и ненависти, бессмысленно даже и пытаться изгонять злых духов или же нападать на них, ибо их тела имеют лишь ментальную природу. Они нам не подчинятся и в ответ станут лишь вредить. В сущности, пока мы верим в реальное существование богов и духов и стремимся от них избавиться, мы покорить их не сможем. И уж тем более, если мы будем относиться к ним с предвзятостью и ненавистью.

Когда Миларепа жил в пещере «Крепость Гаруды» в долине Чонг, Винаяка - повелитель всех чинителей препятствий - сотворил видимость сверхестественного явления. Джэетсун Мила встретил в своей пещере пять атсаров,<sup>153</sup> то есть привидений с огромными как шары глазами, походивших на аскетов. Он молился своему учителю и своему йидаму, но привидения не исчезали. Он медитировал на воображаемом образе своего божества и читал гневные мантры, но привидения оставались на том же месте. Тогда он сказал себе: «Марпа из Лходрака учил меня, что все явления и существа - это мое собственное созна-

ние; и что оно пусто и светозарно. Думать, что эти демоны и чинители препятствий нечто внешнее и желать, чтобы они удалились, затея бессмысленная.»

Твердо веря в справедливость воззрения, в соответствии с которым все духи и демоны являются проекцией нашего сознания, он бесстрашно вернулся в свою пещеру. Испуганные Атсары завращали глазами и испарились.

Именно это имела в виду Великанша с Горы, когда она ему пела:

Это демон твоих собственных склонностей поднимается из  
твоего сознания;  
Если не признаешь природу своего сознания,

Я не исчезну потому лишь, что ты мне так велишь.  
Если не осознаешь, что твое сознание пусто,  
Есть много других демонов, кроме меня!  
Но если признаешь природу своего сознания,  
Эти враждебные обстоятельства будут служить тебе лишь  
поддержкой,  
И даже я, Великанша с Горы, буду к твоим услугам.

Как же ты тогда собираешься подавить духов и демонов ненавистью, вместо того чтобы полагаться на воззрение, в соответствии с которым они являются порождением твоего сознания?

Когда монахи посещают своих благодетелей, они с радостью, без малейшего колебания поедают любое мясо от овцы, только что убитой специально к их визиту. Когда они, в частности, совершают специальные ритуалы подношения заступникам, они объявляют, что обязательным ингредиентом подношения является чистое мясо. Они имеют в виду жир и еще сочащееся кровью мясо от только что убитой овцы, которыми они декорируют все тормы и другие подношения. Эти ужасающие приемы запугивания, подобающие тиртхикам или бомпо, не имеют ничего общего с буддизмом. Когда в буддизме мы принимаем прибежище в Дхарме, мы обязуемся перестать вредить другим. Как же можно допускать, чтобы во всех местах, которые посещаешь, для тебя убивали животное и наслаждаться его мясом и кровью! Разве это не противоречит нашим обетам при принятии прибежища?

В соответствии с традицией Бодхисаттв в рамках Великой Колесницы мы принимаем, в частности, обет быть прибежищем и защитой для всего бесконечного множества существ. Как же тогда не испытывать ни малейшего сострадания к существам со злосчастной кармой, которых, как предполагается, мы должны защищать. Вместо этого те самые существа, которых мы должны защищать, отдаются на заклание, нам подается их вареная плоть с кровью и мы, буддисты и их защитники, пожираем это, причмокивая от восторга. Можно ли себе представить что-либо более порочное и жестокое?

В текстах Ваджраяны Секретных Мантр говорится:

За все, чем мы не угодили симха и трамен,<sup>154</sup>  
Не собрав подношения из мяса и крови в  
соответствии с текстами,  
Мы умоляем дакини святых мест,  
милостиво простить нас.

Слова «собирать подношения из мяса и крови в соответствии с текстами» означают собирать их так, как это предписывается в тантрических текстах Секретной Мантраяны. Что же там сказано?

На внешнем пиршестве едой и питьем  
Являются пять типов мяса и пять нектаров.

Стало быть, в соответствии с текстами пиршество из мяса и крови означает подношение тех пяти типов мяса, которые в Секретной Мантраяне считаются субстанциями, совместимыми с самайей. Это мясо человека, лошади, слона, собаки и коровы. Эти пять типов мяса не запятнаны негативными действиями, поскольку никто никогда не убивает эти существа ради потребления их мяса<sup>155</sup>. Это находится в полном противоре-

чии с тем представлением о «чистом» и «нечистом», в соответствии с которым мясо человека, лошади, собаки и т.п. считается нечистым и менее достойным, чем жирное и сочное мясо только что убитого животного, якобы «чистое» и потому пригодное для еды. Это означает, как говорят,

Видеть субстанции пяти самай для потребления  
как чистые или нечистые, или потреблять их без  
понимания

Иными словами, это деление на «чистое» и «нечистое» нарушает установление о самайях для потребления. К тому же, даже эти пять допустимых типов мяса могут употребляться лишь теми, кто обладает умением трансформировать съеденное в нектар, и лишь тогда, когда проводится, при том в уединенном месте, дхармическая практика, имеющая целью постижение известного аспекта просветления. Бездумно поесть это мясо в селении и просто потому, что нравится его вкус, это и есть то, что называется «небрежное использование без учета самай для потребления», что является преступлением существующего установления.

«Чистое мясо», таким образом, не означает мясо животного, убитого ради этого мяса, но мясо животного, умершего в соответствии со своей кармой, то есть животного, умершего от старости, болезни и других естественных причин, которые являются следствием его собственной кармы.

Несравненный Дакпо Ринпоче говорил, что, если взять еще теплое мясо и кровь только что убитого животного и поместить его на мандалу, то вследствие этого все божества мудрости потеряют свою силу. Также говорится, что преподнесение божествам мудрости кровь и мясо животного, принесенного в жертву, равносильно тому, как казнить в присутствии матери ее собственного ребенка. Вы приглашаете мать на обед и ставите перед ней мясо ее собственного сына. Вы думаете, это ей понравится? Будды и бодхисаттвы испытывают ко всем существам в трех мирах такую же любовь, какую чувствует мать к своему единственному ребенку. Убийство невинного животного, страдающего в плену своей злополучной кармы, и поднесение им его плоти и крови - это не способ им угодить.. Как говорил бодхисаттва Шантидева:

Как никто не испытает удовольствия,  
Если тело его будет жечь на огне,  
Так и существо с великим состраданием  
Не может радоваться при виде вреда,  
причиняемого другим существам.

Если при совершении ритуалов, как например, служения молебствия охранителям Учения Будды, использовать лишь плоть и кровь убитых животных, то, само собой разумеется, божества мудрости и охранители учения, которые все являются чистыми Бодхисаттвами, не примут этих подношений, разложенных словно куски мяса на прилавке мясника. Они даже и близко не подойдут к этому месту. Зато могущественные злые духи, которые любят теплую плоть и кровь и всегда горят желанием причинить вред, слетятся на это подношение и устроят себе из него пиршество.

В течение недолгого времени после того как устроитель такого «красного подношения» совершил свое дело, люди могут замечать незначительные положительные изменения. Но так как вовлеченные в это злые духи неизменно приносят вред, они могут создать неожиданные осложнения или же принести болезни. Далее устроитель «красных» ритуалов появляется снова и вновь подносит плоть и кровь, и опять на короткое

время это приносит некоторое облегчение. Так получается, что устроители красных ритуалов и злые духи становятся неразлучными и необходимыми друг другу спутниками. словно хищные животные в поисках поживы, они бродят в округе, гонимые исключительно жаждой пожирать плоть, сгрызать кости и отыскивать новые и новые жертвы. Устроители названных ритуалов, одержимые злыми духами, утрачивают свою ненависть к сансаре и ранее свойственную им решимость добиться освобождения. Их вера, чистота взглядов и интерес к Дхарме сходят на нет до такой степени, что они не поверили бы в Будду, даже если бы увидели его летящим по небу, и не почувствовали бы никакого сострадания, даже при виде животного с кишками наружу. Подобно убийцам ракшасам, шагающим на войну, они постоянно ищут новых жертв и не знают ни минуты покоя: лица горят, сами дрожат от ярости и взъерошены жаждой крови. Они гордятся своей властью и силой своих благословений, что является следствием их нынешней связи со злыми духами. Как только они умрут, они будут сразу же катапультированы в низшие сферы; разве что их негативных действий окажется недостаточно для этого, и в таком случае их ждет перерождение либо в свите какого-либо злого духа, паразитирующего на жизненной силе других, либо в обличье соколов, волков или каких-либо других хищников.

Во время правления дхармического правителя Трисонга Детцена бонпо делали в его честь подношения из плоти и крови. Второй Будда из Уддияны, великий пандит Вималамитра, великий Аббат Бодхисаттва и другие переводчики и пандиты были в высшей степени недовольны такого рода подношениями.

И тогда они заявили:

Одно учение не может иметь двух учителей;  
Одна религия не может иметь два вида практики.  
Традиция Бон несовместима с законом Дхармы,  
Зло, в ней заключенное, даже хуже, чем обыкновенное зло.  
Если вы принимаете этого рода практику, мы удаляемся.

Все пандиты без колебаний с этим согласились. Когда правитель попросил их, чтобы они учили Дхарме, они отказались. Когда он пригласил их на трапезу, они не приняли приглашения.

Если мы, делая вид, что идем по стопам пандитов, сиддхов и бодхисаттв прошлого, - будем совершать сокровенные ритуалы Секретной Мантраяны в стиле бонпо и наносить таким образом вред другим существам, это приведет к осквернению благородного Учения, навлечет позор на Три Драгоценности, а нас самих и других ввергнет в адские сферы.

Будьте всегда смиренны. Одевайтесь просто. Как можно больше помогайте другим. Старайтесь во все, что вы делаете, вкладывать любовь и сострадание - до тех пор, пока они, в конце концов, не станут неотторжимой частью вашего сознания. Этого будет достаточно, даже если вы не участвуете в более значительной и заметной дхармической деятельности, такой как чтение молитв, проявления добродетельности, благотворительность и т.п. В *Сутре, безусловно суммирующей Дхарму*, говорится:

Те, кто желают обрести Буддовость, не должны практиковаться во множестве подходов, но лишь в одном - Великое Сострадание. Те, у кого есть Великое Сострадание, знают все учение Будды, как если бы оно было написано у них на ладони руки.

Однажды монах, который был учеником Трех Братьев и Кхампы Лунгпы<sup>156</sup> нанес

визит геше Тонпа.

«Чем теперь занят Потова?», спросил монаха Геше Тонпа.

«Он учит Дхарме сто членов этой сангхи»

«Замечательно. А что делает геше Пучунгва?»

«Он проводит все время, создавая изображения<sup>157</sup> тела, речи и сознания Будды из своих материалов или из тех, которые ему дали другие люди.»

«Замечательно», повторил Геше Тонпа. «А Гонпава?»

«Он все время медитирует».

«Замечательно. А Кхампа Лунгпа?»

«Он не выходит из своего уединения и все время плачет, закрыв лицо руками.»

«Вот это поистине великолепно! Вот это подлинная дхар-мическая практика. Я мог бы сказать многое о том, какая это прекрасная практика, но, я знаю, ему бы это не понравилось.»

Кхампа Лунгпа постоянно плакал, закрыв лицо руками, потому что думал о том, какие пытки страданий испытывают существа в сансаре, и медитировал только о сострадании.

Однажды Ченгава приводил многочисленные доводы, объясняя, почему любовь и сострадание так важны. После этого Лангри Тхампа простерся перед ним и объявил, что

впредь он будет медитировать лишь о любви и сострадании.

Ченгава обнажил голову и три раза повторил: «Вот, поистине, замечательная новость!»

Сострадине - это наилучшее средство чтобы очиститься от неблагих действий и омрачений. В давние времена в Индии, в трех отдельных случаях, преподавание Абхидхармы подвергалось сомнению и существовала реальная угроза, что это учение может совсем исчезнуть. И тогда одна монахиня из браминов по имени Пракасашила подумала так:

«Я родилась женщиной и в этом низшем качестве не могу придать новый блеск Учению Будды. Если я вступлю в сожительство с мужчинами, я рожу сыновей, которые смогут вдохнуть новую жизнь в учение Абхидхармы.»

От связи с мужчиной из касты кшатриев родился просветленный Асанга. А от связи с брамином родился Васубандху. Когда сыновья выросли, они спросили мать, чем занимались их отцы. Мать ответила:

«Вы родились не для того, чтобы заниматься тем, чем занимались ваши отцы; а для того, чтобы распространять учение Будды. Вы должны изучать Дхарму и стать учителями Абхидхармы.»

Васубандху отправился в Кашмир чтобы изучать Абхи-дхарму с Сангхабадрой. Асанга отправился на гору Куккута-паду, где он посвятил себя практике учения Майтрейи в надежде, что учитель явится к нему и тогда он попросит у него наставлений. Асанга упорно, шесть лет подряд, медитировал, но не увидел ни одного благоприятного сновидения. Он был обескуражен; решил, что ему не добиться желаемого и покинул место своего уединения. По дороге ему встретился человек, который тер большой железный брусок куском мягкой хлопчатой ткани.

«Для чего ты трешь этот брусок?»

«Мне нужна иголка, - отвечал он. - Я пытаюсь оттереть ее от этого бруска.»

Асанга подумал, что невозможно сделать иголку, оттирая ее от этого большого бруска мягкой хлопчатой тканью. А если бы и возможно было, на это уйдет сто лет; а к тому времени этого человека, наверняка, уже не будет в живых. При виде того, как ординарный человек вкладывает столько усилий в такое бессмыслен-

ное предприятие, он подумал, что, в сущности, он никогда не вкладывал должного уорства в свою дхармическую практику. И тогда он пошел назад, чтобы продолжить свою практику. Он практиковался еще три года, но снова не обнаружил никаких благоприятных знаков<sup>158</sup>.

«Теперь я совершенно уверен, - сказал он себе, - что никогда не добьюсь успеха»

И он снова пустился в путь. Он подошел к такой высокой скале, что она, казалось, сходилась с небом. У под-ножья скалы он увидел человека, который тер ее смоченным в воде пером.

«Что ты делаешь?» - спросил его Асанга

«Эта скала слишком высокая, она не дает солнцу с востока проникнуть в мой дом. Я буду ее сглаживать, пока она не отступит.»

Асанга снова подумал то же, что три года назад, и опять вернулся в свою пещеру. Он снова практиковался три года, но снова не увидел ни одного ободряющего сновидения..

Асанга совершенно пал духом . Что бы он ни делал, решил он, все равно ему не добиться успеха, и он снова отправился в путь.

По дороге он встретил собаку, у которой задние лапы были искалечены, а на задней части тела кишели черви. Несмотря на свое состояние, собака была очень злобной: под-нялась на передних лапах и, таща за собой остальную часть тела, пыталась его укусить. Асанга почувствовал непреодолимое и глубокое сострадание. Он срезал кусок мяса со своего собственного тела и отдал его собаке. Он хотел очистить заднюю часть ее тела от червей; но он боялся убить их, если станет брать их руками. Он решил, что единственный возможный способ был снимать их языком; но был не в состоянии это сделать, когда увидел, что ее тело совсем разложилось и полно гноя. Тогда он зажмурил глаза и высунул язык... Но вместо того, чтобы коснуться тела собаки, язык его коснулся земли. Он открыл глаза и увидел, что собака исчезла.

На ее месте стоял в ореоле света Благословенный Майтрейя.

«У тебя нет нисколько сострадания, - вскричал Асанга. - Во все это время ты ни разу мне не явился!»

«Дело не в том, что я тебе не являлся. Мы никогда не были разлучены. Но ты не мог меня видеть, потому что был во власти сильных негативных эмоций и омрачений. Двенадцать лет медитации несколько их уменьшили и ты смог увидеть собаку. А теперь сильное сострадание, которое ты испытал, очистило твои омрачения, и ты смог собственными глазами увидеть меня. Если мне не веришь, посади меня на плечо и пусть все меня увидят.

Тогда Асанга посадил Майтрейю себе на правое плечо и пошел на базар, где он стал спрашивать каждого, что тот видит у него на плече. Все отвечали, что у него на плече ничего нет.

И лишь одна старая женщина, чье Видение было несколько меньше замутнено привычными тенденциями, сказала ему:

« У тебя на плече гниющий труп собаки».

Тогда Благословенный Майтрейя забрал Асангу в небес-ную сферу Тушита, где передал ему «Пять уроков Майтрейи», а также другие учения. Когда Асанга вернулся в мир людей, он стал повсюду обучать людей Учению Великой Колесницы.

Так как сострадание является наилучшим способом очистить все наши прошлые неблагие действия и так как оно неизменно ведет к росту несравненной бодхичитты, мы должны настойчиво медитировать о сострадании.

Иллюстрацией к медитации о сострадании является обычно

безрукая мать, сын которой упал в реку, и теперь его уносит течением. Какое невыносимое страдание для матери! Она обожает своего малыша, но у нее нет рук, чтобы

ему помочь .

«Что же мне делать, что делать?», спрашивает она себя. Она думает лишь о том, как бы его спасти. Она в полном отчаянии и, рыдая, бежит вслед за ним.

Точно так же поток страданий увлекает все существа в трех мирах и они тонут в океане сансары. Мы испытываем непереносимое сострадание, но у нас нет средств, чтобы спасти их от страданий. Думайте, что вы в состоянии тут сделать и истово медитируйте, всем сердцем призывая своего учителя и Три Драгоценности.

#### **4. Медитируя о разделенной радости**

Подумайте о ком-нибудь, кто, будучи благородного про-исхождения, крепкого здоровья, неограничен в средствах и независим в обществе, живет в высших сферах в окружении множества слуг, имеет огромные богатства, наслаждается комфортом, счастьем и долгой жизнью. Пожелайте ему, без малейшей зависти или чувства соперничества, чтобы его слава еще увеличилась, чтобы он достиг в высших сферах еще большего благосостояния, чтобы ему не угрожали никакие опасности и чтобы он отличался еще большим блеском ума и другими исключительными дарованиями. Затем повторяйте себе снова и снова, как было бы замечательно, если бы этим могли пользоваться все другие существа.

Начните медитацию с мысли о высоких качествах, успехах и счастье своего друга или родственника, то есть челоаека, к которому вам легко испытывать положительные чувства, и порадитесь за него. После того как вы утвердитесь в этом чувстве разделенной радости, постарайтесь развить в себе такое же чувство радости по отношению к людям, к которым вы безразличны. Подумайте затем о всех врагах, которые вам вредят, и особенно о тех, кому вы завидуете.

Выкорчуйте из сознания ту негативность, которая делает непереносимым факт, что другие располагают полным избытком, и культивируйте особое чувство радости в связи с различными аспектами счастья, которые являются их уделом.

Заклучите медитацию, пребывая в состоянии, свободном от всяких концептуализаций.

Смысл разделенной радости заключается в том, чтобы очистить сознание от ревности. Вы должны, следовательно, стремиться с помощью различных методов тренировки сознания воспрепятствовать возникновению вредоносных завистливых мыслей. В частности, Бодхисаттва, породивший

бодхичитту во имя благосостояния всех существ, должен стремиться, в конечном счете, привести все существа к состоянию неизменного счастья идеальной Буддовости, а временно к счастью в сферах богов и людей. Как же может такой Бодхисаттва быть недоволен, если некоторые существа обладают, в результате своих прошлых действий, рядом выдающихся качеств и богатством?

Те, кто поражены ревностью, не видят положительных качеств в других, а сами с устрашающей быстротой скапливают неблагоприятные действия.

По мере того как ширилась слава и деятельность Джетсуна Миларепа, некий профессор логики по имени Тарло испытывая к нему все растущую зависть, стал на него нападать. Невзирая на все свидетельства ясновидения и чудодейственных умений, которые Миларепа ему демонстрировал, Тарло не верил ему и отвечал на все лишь ложными суждениями и критикой. Впоследствии он переродился в облике великого демона.

Есть много других примеров того, что может произойти под влиянием зависти. Так, например, еще один профессор логики по имени геше Тсакпува пытался отравить Миларепу.

Даже если бы явился Будда собственной персоной, он ничего не мог бы сделать,



чтобы исправить одержимого завистью. Сознание, запятнанное завистью, не в состоянии увидеть в других ничего хорошего. Если не быть в состоянии увидеть в других ничего хорошего, то нельзя обрести даже и проблеска веры. А без веры невозможно ни чувствовать сострадание, ни получать благословения. Девадатта и Сунакшатра были кузе-нами Будды. Оба были терзаемы завистью и полностью отказывались верить в Будду. Хотя оба провели всю свою жизнь в обществе Будды, он нисколько не смог изменить сознание ни того, ни другого<sup>159</sup>.

Хотя негативные мысли относительно других не приносят тем никакого вреда, они, однако же чреваты последствиями для тех, кто их генерировал. Однажды жили два геше, которые были соперниками. В один прекрасный день один из них узнал, что у другого есть любовница. Этот геше сказал своему слуге:

«Завари хороший чай, у меня есть интересная новость».

Слуга заварил чай и, подавая его, спросил: «А что за новость?»

«Говорят, что наш соперник завел любовницу!», ответил геше.

Рассказывают, что, когда Кунпанг Тракгьял услышал эту историю, он задал вопрос: «Какой из двух геше совершил более грубую ошибку?»

Постоянная зависть и соперничество не приносят нам никакого блага и не вредят нашим противникам, но ведут, рлеакр, к абсурдному накоплению неблагих действий. Так что откажитесь от этих изменных чувств и устремлений. Всегда искренне радуйтесь достижениям и благоприятным обстоятельствам других, будь то связано с их положением в обществе, здоровьем, материальным благосостоянием, достижениями в области знания и пр.. Думайте снова и снова о том, как вы, поистине, счастливы, что они обладают столь замечательными качествами и что они так успешны и так благополучны. Думайте о том, как было бы замечательно, если бы в будущем они еще более преуспели и обрели бы всю достижимую силу, все мыслимое богатство, все знания и высокие качества. Медитируйте об этом с глубокой искренностью.

Иллюстрацией к безграничной разделенной радости является мать-верблюдица, нашедшая своего потерянного верблюжонка. Считается, что среди всех животных верблюдицы - самые преданные матери. Когда верблюдица теряет верблюжонка, ее горе абсолютно безутешно. Зато когда она вновь находит его, радость ее безгранична. Вы должны стремиться развить в себе именно такого рода разделенную радость.

Четыре безграничности не преминут стимулировать процесс порождения подлинной Бодхичитты. Поэтому столь непреложным является развивать их в себе до той поры, пока Бодхичитта не внедрится прочно в ваше сознание.

Чтобы сделать это более доступным для понимания, можно суммировать четыре безмерности в выражении «доброе сердце». Так вот всегда и во всех ситуациях стремитесь проявлять «доброе сердце».

Как-то у Благословенного Атиши болела рука. Он положил ее на колени Дрома Тонпы и сказал: «У тебя такое доброе сердце. Благослови мою руку!»<sup>160 161</sup>

Атиша всегда подчеркивал, как существенно важно и непреложно иметь доброе сердце. Вместо того чтобы спросить

«Как поживаете?», он обычно спрашивал «Как поживает ваше доброе сердце?»

Все свои наставления он завершал словами: «Будьте добросердечны».

В зависимости от доброты или недоброты намерений действия являются благими или неблагими, сильными или слабыми. Если намерения, стоящие за действием, являются благими, тогда все физические и словесные проявления будут положительными, как это было показано в рассказе о человеке, который прикрыл форму *тса-тса* кожаной подошвой. Если намерения, стоящие за действием, являются неблагими, тогда даже действие, кажущееся положительным, оказывается на деле негативным. Поэтому стре-

митесь всегда, при любых обстоятельствах иметь лишь благие намерения. Как говорится:

Если намерение благое, уровни и пути будут благими.

Если намерение неблагое, уровни и пути будут неблагими<sup>162</sup>

Так как все зависит от намерений,

Следует всегда проверить, являются ли они благими.

Как это понимать, что этапы и уровни являются благими, если намерения являются благими?

Однажды старая женщина переплывала широкую реку, а ее дочь ее поддерживала. Но тут их снесло течением. «Не важно, унесет меня течением или нет, лишь бы дочь спаслась», подумала старая женщина. И в то же время дочь подумала: «Пусть меня унесет течением, только бы мать не утонула.» Обе утонули, но в результате их взаимного благого пожелания обе переродились в Небесной сфере Браммы.

В другом случае шесть монахов и посыльный погрузились на бот, чтобы переплыть реку Ясако. Бот отошел от берега.

Когда они прошли четверть пути, ботман сказал: «Бот перегружен. Если кто-нибудь умеет плавать, пожалуйста,

спрыгните в воду. А если нет, придется плыть мне, а кто-нибудь из вас сядет на весла.» Никто из них не умел плавать, но никто не умел и грести.

Тогда посыльный спрыгнул с бота, воскликнув: «Уж лучше я погибну один, чем чтобы погибли мы все.»

Тут же появилась радуга и посыпался дождь цветов. Хотя посыльный не умел плавать, он благополучно добрался до берега. Он никогда раньше не практиковался в Дхарме. Это было немедленное благодеяние в награду за одну благую мысль.

Как это понимать, что этапы пути и уровни являются неблагими, если намерения являются неблагими?

Однажды нищий всю ночь лежал у входа во дворец

Правителя и не переставая думал: «Хорошо бы Правителю отрубили голову и я бы занял его место!» Под утро он заснул. В это время выехал Правитель в своей карете, одно колесо проехало по шее нищего и отрезало ему голову.

Если вы не следите неотступно и внимательно за своим сознанием и если не держите постоянно и при всех обстоятельствах в памяти цель своего поиска Дхармы, то сильные чувства привязанности и ненависти могут легко привести вас к

накоплению тяжеловесных неблагих действий. Хотя мысль старого нищего не могла реализоваться, однако следствие его мысли немедленно созрело. Не было никакой вероятности, что Правителя могут обезглавить в то время, как он покойно почивает во дворце на своем украшенном драгоценными камнями ложе. И даже если бы его обезглавили, значительно правдоподобнее было бы предположить, что корона достанется его наследнику. А если и нет, была ли хоть малейшая возможность, чтобы, наперекор всем министрам, которые были под стать тиграм, леопардам и медведям, на трон мог взойти жалкий старый нищий? Однако, если не следить за собой внимательно,

на ум могут прийти даже такие абсолютно смехотворные мысли.

Как говорит геше Шавопа

Не правьте в воображаемом государстве с безграничными возможностями!

Как-то один благотворитель пригласил в свой дом за подаянием Будду и шесть монахов. Там также были два нищих: один молодой кшатрия и другой молодой брамин.

Брамин пошел за своим подаянием прежде, чем еду получил Будда и монахи, и не получил ничего. Кшатрия подождал, пока все другие будут обслужены, и получил много хорошей еды, которую они отложили из своих мисок для подаяния<sup>163</sup>. В тот полдень, идя по дороге, двое нищих обменивались впечатлениями.

«Если бы я был богат, - говорил молодой кшатрия, - я бы

одаривал Будду и его монахов одеждами и подаянием до конца моей жизни.»

«Если бы я был могущественный правитель, - говорил молодой брамин, - я бы приказал обезглавить этого аскета с бритой головой и всю его банду.»

Кшатрия отправился в другую страну и пристроился там

под тенью дерева. Тени других деревьев перемещались, а тень его дерева не двигалась с места. Потом король этой страны умер, не оставив наследников; и тогда народ решил, что пусть

королем станет тот в округе, у кого больше всего заслуг и кто самый могущественный. Они отправились на поиски нового суверена и обнаружили молодого кшатрию, спавшего под деревом и все еще под навесом тени, хотя время уже переаплило за полдень. Они его разбудили и сделали его королем. После этого он одаривал Будду и его учеников, как он и мечтал.

А молодой брамин, как повествуется, лег спать на перекрестке дорог и проходящим грузовиком ему отрезало голову.

Если научитесь думать всегда только лишь положительно, ваши желания в этой жизни будут становиться реальностью.

Благожелательные боги будут вам прокровительствовап, а будды и бодхисаттвы будут одаривать вас благословениями.

Все, что вы делаете, будет положительным, а в момент смерти вы не будете испытывать страданий. В будущих жизнях вы будете всегда перерождаться в сфере богов и людей и, в когечном счете, обретете совершенную буддовость.

Не порывайтесь, не глядевшись предварительно в свои мысли и чувства, демонстрировать свои великие благие подвиги: простирания, обхождения посолонь, молитвы, чтение мантр и тому подобное. Гораздо существеннее постоянно следить за своими мыслями и культивировать в себе доброе сердце.

## II ПОРОЖДЕНИЕ БОДХИЧИТТЫ<sup>164</sup>

### 1. Классификация в соответствии с тремя степенями отваги

#### 1.1 ОТВАГА СУВЕРЕНА

Первостепенной задачей правителя является одолеть своих противников, продвинуть своих сторонников и пре-

возгласить себя сувереном. Лишь после этого следует его намерение позаботиться о своих подданных. По аналогии с этим, первоначальное желание обрести Буддовость для самого себя, а затем привести к Буддовости других называется порождением бодхичитты на манер суверена.

#### 1.2 ОТВАГА ЛОДОЧНИКА

Лодочник имеет целью добраться до другого берега вместе с пассажирами. По аналогии с этим, желание обрести Буддовость для себя и для всех существ одновременно

называется порождением бодхичитты на манер лодочника.

### 1.3 ОТВАГА ПАСТЫРЯ

Пастырь гонит овец перед собой, чтобы быть уверенным, что они нашли траву и воду и не стали добычей волков, шака-лов и других диких животных. Сами пастыри следуют за ними. По аналогии с этим, желание сначала довести все существа до состояния совершенной Буддовости, а затем достичь ее для себя называется порождением бодхичитты на манер пастыря.

Подход суверена, именуемый «порождение бодхичитты с большим желанием» предполагает наименьшую степень отваги. Подход лодочника, именуемый «порождение бодхичитты со священной мудростью» является более отважным. Говорят, что Благословенный Майтрейя порождает Бодхичитту именно таким образом. Подход пастыря, именуемый «порождение бодхичитты, не поддающейся сравнению» предполагает наибольшую степень отваги. Говорят, что так порождает бодхичитту Благословенный Манджушри.

## 2. Классификация в соответствии с уровнями бодхисаттв

На этапах Накопления и Соединения порождение бодхичитты именуется «порождение бодхичитты через устремленную практику». С первой по седьмую ступень бодхисаттв это «порождение бодхичитты через высшее и безусловно чистое устремление». На трех чистых уровнях - это «порождение полностью созревшей бодхичитты». И на уровне Буддовости - это «бодхичитта без каких бы то ни было омрачений».

## 3. Классификация по характеру бодхичитты

Существует два типа бодхичитты - относительная бодхичитта и абсолютная бодхичитта.

### 3.1 ОТНОСИТЕЛЬНАЯ БОДХИЧИТТА

Относительная бодхичитта имеет два аспекта: бодхичитта устремления и бодхичитта в действии.

#### 3.1.1 Бодхичитта устремления

В *Пути Бодхисаттвы* Шантидева говорит об этих двух аспектах бодхичитты:

Как всем известно различие между «собираться в путь»  
и «быть в пути»,  
Так мудрый и образованный должен знать  
Различие между этими двумя типами бодхичитты,  
Расположенными в поступательной последовательности.

Возьмем в качестве примера путешествие в Лхасу. Первый шаг - это устремление, намерение: «Я собираюсь отправиться в Лхасу». Этому соответствует изначальная мысль: «Я сделаю все необходимое с целью добиться, чтобы все существа достигли состояния полной Буддовости», которая соответствует аспекту устремленности при порождении бодхичитты<sup>165</sup>.

### 3.1.2 Бодхичитта в действии

Затем вы собираете необходимый провиант, готовите лошадей и отправляетесь в путь, то есть действительно совершаете путешествие в Лхасу. Аналогичным образом, вы решаете проявлять щедрость, не нарушать дисциплину, демонстрировать терпимость, выказывать прилежание, пребывать в состоянии медитативного поглощения и тренировать сознание с целью привести все существа к совершенной Буддовости, то есть фактически претворяете в практику путь шести трансцендентальных совершенств. Это соответствует самому путешествию и представляет бодхичитту в действии<sup>166</sup>.

### 3.2 АБСОЛЮТНАЯ БОДХИЧИТТА

Бодхиситта устремления и бодхичитта в действии являются двумя аспектами относительной бодхичитты<sup>167</sup>.

Долгая тренировка относительной бодхичитты на этапах

Накопления и Соединения приводит, в конечном итоге, на путь Видения, где в опыте открывается истинная природа всех вещей, Абсолютная реальность. Это мудрость, лежащая за пределами каких бы то ни было умствований, - пустота. В этот момент происходит порождение абсолютной бодхичитты<sup>168</sup>.

### 4. Принятие обета бодхичитты<sup>169</sup>

Абсолютная бодхичитта постигается силой медитации и не стоит в связи с какими-либо ритуалами. Для порождения относительной бодхичитты, однако, начинающие должны пройти определенный ритуал, когда они принимают в присутствии духовного учителя обет бодхичитты. Впоследствии этот же обет должен постоянно, снова и снова возобновляться для того, чтобы бодхичитта, которую мы породили, не убывала, а напротив продолжала расти.

Так же как при принятии прибежища, представьте себе в пространстве перед собой всех Будд, Бодхисаттв и другие божества. Сделайте их свидетелями процесса порождения бодхичитты, размышляя следующим образом:

«Среди всех живых существ, обитающих на необъятных просторах Вселенной, нет ни одного, кто в бесконечной череде жизней с безначальных времен не был бы моим родителем. Они, без сомнения, так же как мои нынешние родители, с безграничной нежностью ухаживали за мной, отдавали мне лучшую еду и одежду и любовно меня пестовали. А теперь все эти мои родители барахтаются в волнах сансары - огромного океана страданий. Они окутаны непроходимой тьмой заблуждений. Они не имеют представления ни об истинном пути, которого следует придерживаться, ни о ложном пути, которого следует избегать. У них нет истинного учителя, который мог бы их направлять. У них нет ни прибежища или защиты; ни поводыря или спутника; ни надежды или опоры. Они потеряны как покинутый всеми слепец, заблудившийся посреди пустынной равнины. Мои старые матери, как я мог даже подумать о том, чтобы мне самому освободиться, а вас бросить в сансаре? Во имя всех существ я подниму в себе возвышенную бодхичитту. Подражая могущественным деяниям Бодхисаттв прошлого, я буду отдавать все свои силы делу освобождения всех существ, пока ни одного из них не останется в сансаре!»

Исходя из этой позиции, читайте как можно больше раз нижеследующий текст:

Хо! Сбитые с пути мириадами видимостей, подобных отражению луны в воде,  
Существа бродят в бесконечной круговерти сансары.

Чтобы подарить им покой в лучезарном просторе перво-  
зданного сознания,  
Я с помощью четырех безмерностей<sup>170</sup> генерирую  
Бодхичитту.

В завершение упражнения представьте себе, что, благодаря вашей глубокой преданности божествам прибежища, составляющим собрание поля заслуг, это собрание постепенно, начиная с краев поля, обращается в свет и растворяется в воплощающем три прибежища учителе, сидящем в центре. Учитель в свою очередь обращается в свет, который растворяется в вас, в следствие чего абсолютная бодхичитта, отмечающая сознание божеств прибежища, с полной ясностью раскрывается в вашем сознании. Читайте следующую молитву:

Пусть благословенная и драгоценная бодхичитта  
Родится там, где ее еще нет;  
А там, где она есть, пусть она никогда не убывает,  
Но все более растет и процветает.

Затем посвятите заслуги, прочитав следующее:

Как герой Манджушри,  
Самантабhadра и все другие, отмеченные мудростью,  
Я посвящаю все без исключения действия,  
Которые являются благими.

Порождение бодхичитты это квинэссенция всех восьмидесяти четырех тысяч методов, которым учил Победитель. Бодхичитта, если ее иметь, самодостаточна и не нуждается в подкреплении. Если же Бодхичитты нет, все другие наставления бесполезны. Это универсальная панацея, лекарство от сотен бед. Любая другая дхармическая практика, - как, например, две серии накоплений, очищение омрачений, медитация о божествах, чтение мантр является лишь средством, чтобы породить в нашем сознании бодхичитту - этот волшебный алмаз, исполняющий все желания. Без бодхиситты ни одна упомянутая практика не может сама по себе привести к достижению совершенной Буддовости.<sup>171</sup> Но как только в вас укоренится бодхичитта, любая ваша дхармическая практика будут продвигать вас по пути к достижению полной Буддовости. Так что неизменно используйте все доступные вам средства, какие могут пробудить в вас хотя бы самые малейшие проблески бодхичитты<sup>172</sup>.

### III. ЗАПОВЕДИ БОДХИЧИТТЫ

Бодхичитта устремления содержит три заповеди: считать других равными себе; ставить себя на место других, уступая им свое; и придавать другим большую значимость чем себе. Заповеди бодхиситты в действии заключаются в практике шести трансцендентальных совершенств.

#### 1.1 СЧИТАТЬ ДРУГИХ РАВНЫМИ СЕБЕ

##### 1. Заповеди бодхичитты устремления

Мы бродим с безначальных времен мы в океане страданий, именуемом сансара,

вследствие того, что верим в «я», которое не существует; и в самобытие этого «я», чего не существует; и делаем это «я» исключительным объектом нашей привязанности. Размышляйте следующим образом:

«Мы хотим быть счастливыми и не испытывать никаких страданий. Все неприятное, что с нами происходит, нам кажется невыносимым. Даже булавочный укол или крохотный ожог от искры заставляют нас плакать от боли - мы и этого не можем вытерпеть. Укус вши в спину приводит нас в ярость. Мы ловим вошь, кладем ее на ноготь большого пальца и давим другим ногтем. И уже убив ее, мы еще долго в гневе трем ногти. В наши дни большинство людей не видят ничего худого в том, чтобы убить вошь. Но поскольку это действие всегда производится в состоянии гнева, оно, безусловно, - ведет к перерождению в Свалочно-дробильном аду. Нам надо бы устыдиться того, что мы считаем столь малые неудобства непереносимыми и в ответ на них причиняем другому существу такие страдания.

Все другие существа в трех мирах, так же как и мы, хотят быть счастливыми и не подвергаться страданиям. Но, стремясь к счастью, они не ведают того, что счастье является следствием десяти благих действий. Не желая страдать, они отдают все свои силы на совершение десяти неблагих действий, которые являются причиной страдания. Стало быть, их действия находятся в противоречии с их глубинными устремлениями, и поэтому они непрестанно страдают. И среди всех этих существ нет ни одного, кто когда-либо с безначальных времен не был бы нашим отцом или матерью.

Теперь, когда мы приняты в ученики истинным духовным учителем, начали практиковаться в священной Дхарме и можем различать, что является благотворным, а что - вредоносным, нам следует проявлять любовную заботу о существах, наших бывших матерях, пребывающих в плену собственных заблуждений. Мы должны впредь не делать различия между собой и другими. Мы должны также медитировать о том, чтобы, презрев любую не-благодарность и преодолев предрассудки, не делать более никакого различия между друзьями и врагами.

Постоянно размышляйте и непрестанно мудитируйте об этом.

Все то счастье и благополучие, которого вы желаете для себя, в такой же мере желают для себя другие. Поэтому, когда стремитесь добиться счастья для себя, стремитесь также добиться счастья для других. Стремитесь избавить их от малейшего страдания, как вы стремитесь это сделать для себя. В той же мере, в какой вы радуетесь своему благополучию и благо-состоянию, радуйтесь всем сердцем, когда то же самое становится уделом других. В целом, не делайте различия между собой и другими существами в трех мирах и полностью посвя-тите себя изысканию мер к тому, чтобы все были счастливы сейчас и во все времена.

Когда Трунгпа Синачен обратился к Падампе Сангье с просьбой дать ему подробное объяснение к одной фразе, тот ответил так: «Все, чего хочешь ты, также хотят и другие. Так что действуй соответственно!»

Итак, полностью искорените в себе все те, основанные на привязанности и ненависти ложные взгляды, которые побуждают вас заботиться лишь о себе и ненавидеть других, и относитесь к себе и к другим наравне.

## 1.2 СТАВИТЬ СЕБЯ НА МЕСТО ДРУГИХ, УСТУПАЯ ИМ СВОЕ

Смотрите на человека, который реально страдает от болезни, голода, жажды или какой-либо другой невзгоды. А если это невозможно, вообразите, что такой человек стоит перед вами. При выдохе представьте себе, что вы отдаете ему все свое счастье и все самое вам дорогое: свое тело, богат-ство, заслуги..., - подобно тому, как вы могли бы снять с себя одежды и одеть в них другого. Затем представьте себе, что при вдохе вы принимаете на себя все страдания этого человека и что в результате он освобождается

от всех своих невзгод и обретает счастье. Начните эту медитацию, отдавая счастье и принимая страдания только одного человека, а затем постепен-но присоединяйте все другие существа.

Когда с вами случается что-либо неприятное или мучи-тельное, думайте с искренним состраданием о всех существах в трех мирах, которые в данную минуту так же как вы страдают. Пожелайте, чтобы все их страдания созрели в вас и чтобы они могли освободиться от них и быть счастливы. Когда вам хорошо и вы чувствуете себя счастливы-ми, пожелайте, чтобы это счастье могло разрастись и составить счастье всех существ.

Эта практика бодхичитты, когда производится обмен местами с другими, является высшей, непреложной и наиболее существенной медитацией для всех, вступивших на путь Махаяны. Если вы хотя бы один раз реально испытаете такого рода взаимообмен, это очистит ваши принесенные из многих кальп негативные действия и омрачения и создаст огромное накопление заслуг и мудрости. Это спасет от перерождения в низших сферах и от перерождений, которые могли бы привести к этому.

В одной из предыдущих жизней Будда переродился в аду, где обитателей заставляли тащить повозки. Он был впряжен в повозку вместе с другим человеком по имени Камарупа, но оба они были слишком слабы, чтобы сдвинуть свою повозку с места. Стражи понукали их и били их раскаленным до красна оружием, причиняя им ужасные страдания. Будущий Будда подумал так: «Хотя нас двое, мы все равно не можем сдвинуть повозку и каждый из нас страдает наравне с другим. Если я буду один тащить повозку, то страдания достанутся мне одному и тогда, по крайней мере, Камарупа сможет почув-ствовать облегчение.»

И тогда он сказал стражам: «Наденьте свою упряжь на мои плечи, я один буду тащить повозку.»

Но стражи рассердились: «Кто это может избавлять су-щества от следствий их собственной кармы!»-кричали они и били его дубинками по голове. Благодаря этой благой мысли, Будда тотчас же был избавлен от этой жизни в аду и пере-родился в небесной сфере. Говорят, что именно после этого случая он начал приносить благо другим.

В другой из своих предыдущих жизней Будда был «дочерью» флотского капитана Валлабхи и снова он освободился от низших сфер, как только реально заместил других собой.

Жил однажды семьянин по имени Валлабха, у которого умерли все его сыновья. Поэтому когда у него родился еще один сын, он решил называть его «Дочь» в надежде, что тогда он выживет. А потом Валлабха отправился на поиски алмазов, но его судно ушло под воду и он утонул.

Когда сын вырос, он спросил мать, чем занимался его отец. Боясь сказать ему истину, чтобы он также не отпра-вился в плавание, мать сказала, что отец торговал зерном. Так «Дочь» занялся торговлей зерна и содержал мать на четыре монеты по одному карсу, которые зарабатывал в день. Но потом другие торговцы зерном сказали ему, что он не принад-лежит к их цеху и потому не должен торговать зерном.

Вынужденный бросить торговлю зерном, он снова пошел к матери с тем же вопро-сом. На этот раз она сказала ему, что отец торговал благовониями. Он начал торговать благово-ниями и содержал свою мать на восемь карсов, которые зарабатывал в день,.

Потом «Дочь» снова был вынужден бросить свое дело, и тогда мать сказала ему, что отец торговал одеждой. Он стал торговать одеждой и приносил матери шестнадцать карсов в день. И снова по настоянию других торговцев одежды ему пришлось бросить это дело.

На сей раз ему сказали, что он принадлежит к цеху ювелиров. Он начал торговать драгоценностями и приносил матери каждый день тридцать два карса. И вот тогда-то другие ювелиры сказали ему, что он принадлежит к цеху тех, кто странствует по морям



и океанам, отыскивая алмазы, и что именно этим он и призван заниматься.

В тот день, вернувшись домой, он сказал матери:

«Оказывается, я принадлежу к цеху искателей алмазов. Так что я должен заниматься своим делом, плавать по морям»

«Это верно,-ответила она.- Ты принадлежишь к цеху искателей алмазов. Но твой отец и все твои предки погиб-

ли в море, отыскивая алмазы. Если ты пойдешь в море, ты тоже погибнешь. Прошу, не делай этого! Оставайся дома и торгуй здесь.»

Но «Дочь» не мог ей подчиниться и приготовился к плаванию. Когда он отправлялся в путь, мать, будучи не в силах отпустить его, вцепилась в край его куртки и разрыдалась. «Дочь» пришел в ярость:

«Твоими слезами ты накликаешь мне беду в море», закричал он ей, стукнул по голове и ушел.

Во время плавания судно потерпело кораблекрушение и почти вся команда утонула, но «Дочь» во-время ухватился за доску, которая и вынесла его на берег острова. Он пришел в одно селение, носившее название Радость. В роскошном доме, построенном из драгоценных камней, его поджидали четыре прелестные богини. Они приготовили ему место для сидения, покрыв его шелковыми подушками, и поднесли ему три белые и три сладкие субстанции.

Когда он собирался уходить, они его предупредили, чтобы он не двигался на юг, потому что там его ждет большое несчастье. «Дочь», однако, не обратил на это никакого внимания и отправился в путь.

Он прибыл в другое селение под названием Радость, еще красивее, чем предыдущее. Там к его услугам были восемь прелестных богинь. И снова они его предупредили, что, если он поплывет на юг, его ждет большое несчастье. Но он снова не обратил внимания на их слова и продолжал свой путь.

Потом он прибыл в селение, носившее название Упоение, которое было еще замечательнее и совершеннее чем два предыдущие. Там его приветствовали шестнадцать очаровательных богинь, которые также прислуживали ему и также предупредили его, чтобы он не ходил на юг, и снова это было бесполезно.

«Дочь» продолжал свой путь и подошел к белой крепости, крыша которой уходила в небесные выси. Она называлась Замок Учителя Браммы и там тридцать две изумительно красивые богини пригласили его войти внутрь. Они приготовили ему диван с шелковыми подушками, поднесли ему три белые и три сладкие субстанции и умоляли его остаться. Но он хотел двигаться дальше.

Когда от собирался уходить, они его предупредили:

«Куда бы ты ни направлялся, избегай двигаться на юг! Там тебя постигнет большое несчастье!» Но что-то побуждало его двигаться на юг, так что туда он и поплыл.

Вскоре он увидел железную крепость, башни которой уходили в небо. У входа стоял черный человек с красными устрашающего вида глазами и с большим железным ломом в руке. «Дочь» спросил его, что находится внутри этого здания, но человек ничего не ответил. «Дочь» приблизился, взглянул вовнутрь и увидел множество других людей, подобных первому.

Его сковал ужас и волосы встали дыбом.

«Вот оно несчастье,-сказал он себе.- Это, должно быть, то самое несчастье, о котором меня предупреждали.»

Он вошел и увидел человека, мозги которого дробило металлическое колесо, вращавшееся у него над головой.

«Чем ты такое заслужил?» - спросил его «Дочь».

«Я ударил по голове мою мать, и это полностью созревшее кармическое следствие

моего поступка. А ты? Почему ты не принял того благоденствия, которое тебе предлагали в Замке Учителя Браммы? Почему пришел сюда в поисках страдания?»

«Я полагаю, меня также толкала сюда моя карма.» - ответил «Дочь».

В этот момент голос откуда-то из пространства произнес:

«Пусть те, кто заточены, получают свободу; а те, кто свободны, будут заточены.»

В то же мгновение металлическое колесо стало вращаться над головой «Дочери». Его мозг, как раньше мозг того другого человека, превратился в месиво и он испытывал ужасную боль. Эта боль разбудила в нем сильное сострадание ко всем тем, кто были в том же положении, что и он.

«В сферах сансары, - подумал он, - есть другие существа, которые, как и я, испытывают страдание из-за того, что они ударили своих матерей по голове. Пусть все эти страдания созреют во мне и пусть я один понесу наказание за всех. Пусть в следующих жизнях ни один из них никогда не испытывает подобной боли.»

Колесо немедленно взлетело в воздух, его боль утихла и он вознесся в блаженном экстазе до вершук семи пальм.

Практика обмениваться, в ходе тренировки бодхичитты, местами с другими - это лучший и незаменимый метод для достижения Буддовости. В прошлом это была фактически основная практика мастеров Кадампы. Однажды геше Чекава, который знал на память множество книг по логике и был знаком со многими учениями Старой и Новой Школ, отправился навестить геше Чакшингву. На его подушке он увидел небольшую книгу и, открыв ее, прочитал такие фразы:

Отдай прибыли и победы другим,  
А себе возьми потери и поражения.

«Какое необычное наставление!» подумал геше Чекава и спросил геше Чакшингву, как называется это учение.

«Это *Восемь стихов* Лангри Трунгпы.»

«У кого есть эти наставления?»

«У Лангри Трунгпы.»

Геше Чекава решил раздобыть эти наставления. Сначала он отправился в Лхасу и провел несколько дней, обходя священные места. Однажды вечером некий прокаженный из Ланг-тханга сказал ему, что Лангри Трунгпа умер. Чекава спросил, кто был преемником этой традиции и получил ответ, что было два возможных преемника, Шунгшунгпа и Доддепа, но не было согласия относительно того, кто именно станет преемником. Однако между ними не было распрей из-за того, что они были соперниками. Шангшунгпа говорил Доддепе:

«Ты лучший из нас двоих. Тебе и подобает быть преемником. А я буду тебе служить, как если бы ты был Лангри Трунгпой.»

Но Доддепа ему отвчал: «Но у тебя множество замечательных качеств. Тебе и надо быть преемником.»

Каждый видел другого безупречно чистым. Однако Чекава интерпретировал это отсутствие согласия относительно приемственности Лангри Трунгпы как недостаток, который доказывал, что ни один из них не овладел вполне наставлениями учителя. Он попытался выяснить, кто из двоих лучше продолжал учение учителя, и все называли ему Шараву.

Шарава объяснял многотомные наставления доброй тысяче членов сангхи. Чекава слушал его в течение нескольких дней, но тот ни одним словом не обмолвился о тех наставлениях, которые он разыскивал.

«Похоже, и у него их нет, - подумал он. - Надо будет спросить. Если они у него есть,

я останусь. Если их нет, мне тут нечего делать.»

Итак, Чекава пошел повидать Шараву, который в это время обходил ступу послонь. Он расстелил на земле ткань и попросил Шараву присесть на минуту, потому что он должен кое-что у него спросить.

«Почтенный монах, - отвечал ему Шараву, - тебе что-то непонятно? Я лично всегда решаю свои недоумения, сидя на подушке для медитации.»

«Я прочитал в одном тексте такие слова: «Отдай прибыли и победы другим. А себе возьми потери и поражения.» Мне они очень понравилось. Стоит ли за этим глубокое учение?»

«Почтенный монах, нравится тебе это учение или нет, но пренебречь им можно лишь в том случае, если нет намерения достичь Буддовости.»

«Ты являешься держателем этого учения?»

«Да, это моя основная практика»-ответил Шараву.

«Тогда умоляю тебя, научи меня этому.» сказал Чекава.

«Можешь ли ты провести со мной достаточно долгое время? Если да, я тебя этому научу».

От него Чекава получал обучение в соответствии с опытом<sup>173</sup> в ходе тренировки сознания, которая продолжалась непрерывно шесть лет. Благодаря этой тренировке он смог полностью избавиться от всех проявлений себялюбия.

Нет лучшей рекомендации относительно того, как избавиться от болезней и страданий в этой жизни и как покорить злых духов, враждебные силы и чинителей зла, чем медитация о бодхичитте с замещением себя другими. Упорно медитируйте об этом; неизменно и при всех обстоятельствах отвергайте, словно бы ядовитый, тот привычный негативный строй мыслей, при котором своему «я» придается слишком большая значимость.

### 1.3 ПРИДАВАТЬ ДРУГИМ БОЛЬШУЮ ЗНАЧИМОСТЬ, ЧЕМ СЕБЕ

«Пусть страдания других существ созревают во мне, хотя бы мне пришлось оставаться в сансаре; или переродиться в аду; или быть больным и в жару; или испытать другие беды! Я все это перенесу! Пусть другие существа наслаждаются моим счастьем и всеми следствиями из моих благих действий!»

Порождайте эту мысль в глубине своего естества и претворяйте ее в жизнь, следуя примерам Майтрийоги и Дхармара-кшиты, учителей Атиши, а также примеру нашего учителя Шакьямуни, когда он переродился в облике повелителя Падмы, в облике черепахи и в облике правителя Маничуды.

Однажды, когда учитель Атиши Майтрийоги обучал Дхарме, один человек, находившийся поблизости, бросил камень в собаку. Майтрийоги вскрикнул от боли и упал с помоста. Видя, что с собакой ничего не произошло, люди подумали, что он, должно быть, притворяется. Но Майтрийоги, умевший читать мысли людей, показал им то место на плече, где был ясно виден припухший след от камня, брошенного в собаку. Это явное доказательство всех убедило: Майтрийоги принял на себя физически то страдание, которое причинил собаке брошенный в нее камень.

Просвещенный Дхармаракшита начинал как ученый шравака из школы Вайбишека. Хотя в ранние годы он ни разу не слышал наставлений в рамках Великой колесницы, он испытывал естественную связь с этой традицией и спонтанно, без всяких усилий с его стороны, был наделен глубоким состраданием.

Как-то неподалеку от того места, где он жил, один человек заболел тяжелой болезнью, и врач сказал ему,

что он может излечиться, лишь если съест плоть от живого человека. А если он этого не найдет, никакой надежды нет.

«Если тебе это может помочь, я дам тебе кусок моей плоти», сказал Дхармаракшита. и, срезав кусок мяса с бедра,

отдал его большему. Тот съел мясо и выздоровел.

Дхармаракшита тогда еще не постиг пустоту, и он страдал от невыносимых болей, но благодаря своему глубокому состраданию он не испытывал ни малейшего сожаления.

«Ты себя чувствуешь лучше?» спросил он больного.

«Да, я в порядке. Но взгляди, какие страдания я тебе причинил.»

«Я перенес бы и смерть, если бы это принесло тебе счастье» - сказал Дхармаракшита.

Однако у него была такая боль, что он не мог спать. Наконец, под утро он задремал, и ему приснился сон.

Перед ним появился человек в белом и сказал: «Очень хорошо! Очень хорошо! Тот, кто хочет достичь просветления, должен пройти через подобные испытания.»

Человек плюнул на рану и провел по ней рукой. Рана исчезла, и даже шрама не осталось.

Когда Дхармаракшита очнулся от своего сна, он увидел, что рана, и в самом деле, зажила. Человек в белом был сам Великий Сострадатель<sup>174</sup>. В сознании Дхармаракшиты пробу-дилось истинное постижение первоначального состояния, а с его губ непрерывно слетали слова из *Трактатов о срединном пути* Нагарджуны.

В давние времена, когда в одной из предыдущих жизней Будда Шакьямуни правил и прозывался Падма, в его владениях вспыхнула страшная эпидемия и многие из его подданных погибли. Правитель призвал врачей и спросил, существуют ли средства для борьбы с этой болезнью.

«Эту болезнь можно излечить только мясом рыбы *рохита*, - сказали они. - Эта болезнь так омрачила наше сознание, что мы не можем думать о других способах лечения.»

В один прекрасный день, поутру, правитель принял ванну, надел новые одежды и совершил церемонию покаяния и очищения. Он сделал большие подношения Трем Драгоценностям и произнес такую пламенную молитву:

«Да будет мне дано сразу после смерти переродиться в реке Ниврите в обличьи рыбы *рохита*.»

Затем он бросился вниз в высоты своего дворца в тысячу локтей и тут же переродился в обличьи рыбы *рохита*, которая кричала человеческим голосом:

«Я рыба *рохита*, берите мое мясо и ешьте!»

Все приходили есть мясо рыбы. Как только они съедали мясо с одного бока, рыба поворачивалась, чтобы они могли есть с другого. Пока они ели мясо с другого бока, первый снова покрывался плотью. Таким образом, поедая мясо то с одного, то с другого бока, все больные смогли излечиться. Тогда рыба обратилась к ним с такими словами:

«Я Падма, ваш правитель. Я ушел из жизни и переродился в обличьи рыбы *рохита* чтобы спасти вас от эпидемии. В качестве вашей благодарности за это, прекратите совершать неблагое и вершите как можно больше благого.»

Все подчинились и с той поры никогда не перерождались в низших сферах.

В другом случае, когда Шакьямуни переродился в обличьи огоромной черепахи, судно, перевозившее пятьсот торговцев, пошло ко дну. Все должны были утонуть, но черепаха крик-нула им человеческим голосом:

«Взбирайтесь мне на спину. Я вас спасу.»

Черепаша дотащила всех торговцев до твердой земли, а потом без сил свалилась на берегу и заснула. Пока она спала, на нее налетела туча мух *кетак*, которые принялись высасывать из нее кровь. Она проснулась и, увидев, сколько их там было, поняла, что, если она двинется обратно к воде или же станет кататься по земле, она всех мух убьет. Так что она просто лежала там, на песке, отдавая им свою жизнь.

Когда потом черепаха стала Буддой, мухи обратились в восемьдесят тысяч богов, которые слушали наставления Будды и выпитывали истину.

Был еще случай, когда Будда переродился в земле Сакета как сын правителя по имени Золотой Гребень и его супруги, прозывавшейся Веселая Радость. На темени у него был бугор<sup>175</sup> из драгоценного камня, откуда сочился нектар, превращавший железо в золото. Поэтому его звали Маникуда, то есть Драгоценный Гребень. Когда он родился, обрушился дождь из всевозможных драгоценностей. Он был обладателем слона, прозванного Гора Великолепия. Когда он стал правителем, он правил в соответствии с Дхармой, всегда проявлял безграничную щедрость, стремясь таким образом покончить с бедностью и нищенством.

Риши по имени Бригху отдал ему руку своей дочери, родившейся из лотоса и отмеченной всеми благоприятными знаками. От этого союза родился сын, точное подобие отца, которого называли Лotosовый Гребень.

Однажды правитель задумал устроить грандиозную церемонию подношения даров, на которую он пригласил среди прочих риши Брагху и правителя Душьяту по прозвищу Непереносимый. Тогда Индра, желая проверить намерения правителя, принял форму ракшаса. Он вынырнул из жертвенного огня

и, обратившись к правителю, потребовал у него еду и питье. Правитель предлагал ему всевозможные блюда и напитки, но тот от всего этого отказывался.

«Мне нужны, - произнес он, с неким подобием улыбки на лице, - лишь теплая плоть и кровь только что умершего.»

Эти слова озадачили правителя. «Чтобы дать ему желаемое, - подумал он, - я должен нанести вред другим. А я не стану вредить другим даже под угрозой смерти. Но если я не дам ему того, что он просит, я не смогу его ублажить. Что же мне делать?»

И тогда он решил, что пришло его время отдать свою собственную плоть и кровь, и он сказал рикшасу:

«Я отдам тебе мою плоть и кровь.»

Все присутствующие пришли в ужас и пытались отговорить его, но безуспешно. Правитель вскрыл себе ярёмную вену и предложил ракшасу свою кровь. Ракшас напился до отвала. Потом правитель стал срезать куски своей плоти, пока не обнажились кости, и злой дух все их поедал. Все присутствующие были охвачены горем. Супруга правителя упала в обморок. Но правитель не потерял самообладания, и Индра был доволен.

«Я Индра, - сказал он правителю. - Мне не нужна твоя плоть и кровь, так что не давай мне больше.»

Он приложил к ранам на теле правителя божественный нектар, и правитель снова обрел свой прежний вид.

Некоторое время спустя Маникуда - Драгоценный Гребень подарил своего слона Гору Великолепия своему министру по прозвищу Колесница Брамь. Затем прибыл ученик риши Маричи, постигший высшую степень концентрации. Правитель принял его с великими почестями и спросил, каково будет его желание.

«В благодарность моему учителю за то, что обучил меня Ведам, я хотел бы подарить ему кого-либо в услужение, потому что он теперь стар и у него никого нет. Я пришел просить у тебя твою жену и сына.»

Правитель отпустил их. Ученик риши отвел их в подарок своему учителю.

Между тем правитель по прозвищу Непереносимый жаждал получить слона. Прибыв в свою землю, он отправил пос-ланца с требованием, чтобы ему отдали слона. Он был вполне осведомлен, что слон был уже подарен брамину. Но он отка-зывался слушать какие-либо доводы и угрожал войной, если ему не отдадут слона. Когда к земле правителя Маникуды стали подступать враждебные войска, он почувствовал глубокую печаль.

«Как печально, что алчность может в одно мгновение обратить ближайшего друга в злейшего врага! - думал он. - Если бы я готов был сражаться с ним, я бы с легкостью его победил. Но тогда пострадали бы многие существа, так что придется мне бежать!»

Пред ним предстали четыре пратьекабудды и сказали ему:

«Великий правитель, пришло тебе время скрыться в лесу.»

Так что он отбыл в лес Всеобщего Очарования, а его министры пошли к Маричи попросить его, чтобы он вернул им молодого наследника, которого правитель ему подарил. Маричи отдал наследника, и тот взял на себя комендование армией и повел ее в бой. Непереносимый был разбит и должен был отступить, а его злые мысли и деяния навлекли на его страну болезни и голод.

Когда правитель Непереносимый спросил своих браминов, что может положить конец этим бедам, они ответили:

«Избавление таится в драгоценности на темени правителя Маникуды. Ты должен попросить ее у него.»

«Но он, конечно, откажет», сказал правитель Непереносимый.

Брамины, однако, настаивали, утверждая, что он не откажет. Разве он не был знаменит тем, что никогда не отказывал в просьбе? И тогда с этой просьбой послали к нему одного брамина.

Правитель Маникуда - Волшебный Гребень бродил по лесу, разглядывая все вокруг, и оказался поблизости от прибежища Маричи в тот самый момент, когда его собственная супруга разыскивала в лесу неподалеку коренья и листья, и на нее напал охотник.

«Правитель Драгоценный Гребень, спаси меня!» закричала она.

Ее отдаленные стенания донеслись до слуха правителя; и тот, не понимая, что это может значить, пошел посмотреть. Завидя его, охотник решил, что это риши Маричи и страшась его проклятия, он убежал. Правитель увидел свою супругу, прежде всегда благоденствовавшую в беспредельной роскоши его дворца, в таком состоянии полного изнеможения, что он был глубоко тронут.

«Как это грустно, - подумал он. - что все составные вещи столь кратковременны.»

Как раз в эту минуту подошел брамин, посланный правителем Непереносимым. Он рассказал правителю то, что ему было велено, и попросил у него бугор, который был у него на голове.

«Отрезай и бери» - сказал правитель.

Брамин так и поступил и удалился. Так всем болезням и голоду в землях правителя Непереносимого был положен конец.

Правитель Маникуда чувствовал боль, причиняемую раной, и эта боль пробудила в нем глубокое сострадание ко всем существам, живущим в горячих адах. А потом он потерял сознание.

В это время прибыли, побуждаемые появлением благоприятных примет, многочисленные члены дворцового кабинета и также многие боги.

«О, правитель, что случилось?» - спрашивали они.

Правитель Маникуда сел и стер с лица кровь, стекавшую ему на лицо.

«Непереносимый прислал нарочного с просьбой отдать ему мой выступ на темени,

и я отдал.»

«Что заставило тебя так поступить?»-спросили они.

«Я не пытался получить что-либо для себя. Моим единст-венным желанием было спасти земли Непереносимого от

болезней и голода. Но у меня есть еще одно желание...»

«Какое?»

«Быть в состоянии защитит все существа,»- ответил он.

« Но после всего происшедшего...Неужели ты не испытываешь никаких сожалений?»

«Никаких»

«Трудно в это поверить, глядя на скорбное выражение твоего лица».

«Если я, поистине, не сожалею, что отдал Непереносимому и его подданным мой бугор с темени, пусть мое тело снова станет таким, каким оно было прежде.»

Так оно и произошло. И тогда его сторонники стали умолять его, чтобы он вернулся во дворец, но он отказался. В эту минуту снова появились четыре пратьекабудды.

«Если ты так замечательно помогаешь своим врагам, почему бы не помочь также и своим друзьям?»- спросили они. -Теперь ты должен вернуться во дворец.»

Он вернулся во дворец и принес своим подданным благоденствие и счастье.

## **2. Предписания бодхиситты в действии: шесть трансцендентальных совершенств**

Первые пять из шести трансцендентальных совершенств — щедрость, дисциплина, терпение, прилежание и концентрация представляют собой различные стороны тренировки умелых средств. Шестое совершенство, мудрость, связано с накоплением перво-зданной мудрости<sup>176</sup>.

### **2.1 ТРАНСЦЕДЕНТАЛЬНАЯ ШЕДРОСТЬ**

Щедрость может принимать три формы: материальное даяние, даяние Дхармы и даяние защиты от страха.

#### **2.1.1 Материальное даяние**

Материальное даяние бывает трех типов: даяние обыкно-венное, даяние исключи-тельное, даяние экстраординарное.

*Даяние обыкновенное* относится к даянию любых материальных предметов, даже если это не более чем щепотка чайных листьев или миска ячменя. Если намерение абсолютно чистое, тогда количество дарованного не существенно. В *Исповеди промахов* говорится о “позитивном воздействии на будущее даяния даже самой малости еды существу, рожденному в мире животных”. Говорят, что Победители с их мастерским владением умелых средств и величайшим состраданием способны с помощью мантр дхарани<sup>177</sup> и других технических приемов помогать голодным духам столь же многочисленным, как число песчинок в Ганге, давая им лишь одну каплю воды или одно зерно ячменя.

«Жженые подношения», белые и красные, приносят огромное благо голодным духам, перемещающимся в пространстве. Духи, которые в противном случае питаются тем, что поедают других, могут быть временно улагодворены запахом жженой пищи, и их сознание открывается для восприятия Дхармы.<sup>178</sup> Благодаря этому они больше не посягают на жизнь других и таким образом многие существа ограждены от опасности смерти. Это равносильно защите от страха, так что практика подношения жженой пищи

включает в себя все три вида щедрости.

Так как подношение водяных торм и жженой пищи эффективно и легко выполнимо, стремитесь подносить и то и другое непрерывно и регулярно. Принято подносить сто тысяч водяных торм ежегодно.

Когда у людей недостаточно еды и не хватает денег, они держатся за все это мертвой хваткой и не используют ни в этой жизни, ни ради будущих жизней. Сколько бы ни имели, все равно считают, что у них ничего нет и стенают, будто они на грани голодной смерти. Такое поведение может породить немедленное следствие, сходное с причиной,<sup>179</sup> создавая подобие сферы голодных духов.

Избегайте подобного отношения и старайтесь быть щедрыми, делая подношения Трем Дрогоценностям и давая подаяния бедным. Как говорит Джетсун Мила:

Вынь еду из своего рта и отдай ее голодным

А иначе, если вы позволите себе быть рабом привязанности к собственной персоне, может наступить момент, когда, имея вы даже все богатство мира, этого будет казаться недостаточно. Так что вы будете опасаться почерпнуть из того, что у вас уже есть, и станете уверять себя, что вам надо еще со временем или где-нибудь раздобыть то, что будет использовано для подношений и подаяния нищим.

Вообще говоря, Будда учил, что даяние материальных предметов и другая практика, связанная с материальной собственностью, подобают лишь бодхисаттвам в миру. Монахам же и монахиням необходимо просто умерить свои желания, научиться быть довольными тем, что у них есть, и настойчиво, не страшась трудностей, проводить в горных пещерах и в уединенных местах тройственные тренировки Высшего пути.

Некоторые практикующие прекращают духовные тренировки чтобы заняться торговлей, сельским хозяйством или еще чем-либо, приносящим деньги; и ценой махинаций и неблагих действий скапливают немалые богатства. Они утверждают, что практикуются в Дхарме, делая с помощью денег, которые они заработали, подношения и благотворительные подарки. Однако о таких именно людях говорится:

«Если не практиковаться в Дхарме по-дхармически, то сама Дхарма может стать причиной перерождения в низших сферах».

Такое отношение к вещам абсурдно. Важно всегда и при всех обстоятельствах довольствоваться тем, что есть.

*Исключительное даяние.* Имеется в виду даяние чего-либо редкого и очень ценного для вас лично; как например, если вы отдаете свою лошадь или слона, или даже своего сына или дочь.

*Экстраординарное даяние* Речь идет о принесении в жертву своих членов, тела или жизни. Примерами являются наследник трона по прозванию Великий Храбрец, отдавший свое тело голодающей тигрице; Нагар-джуна, отдавший голову сыну Правителя Сурабхабхадры<sup>180</sup> и Мандабхадри, дочь правителя, также накормившая своим телом тигрицу. Однако такого рода щедрость должна практиковаться только теми, кто достиг одного из уровней бодхисаттвы. Обыкновенные существа на это неспособны<sup>181</sup>. Пока что без всякого сожаления отдавайте на благо всех существ свое тело, жизнь и собственность в мыслях и молитесь, чтобы наступило время, когда вы будете в состоянии жертвовать всем этим реально.



### 2.1.2 Даяние Дхармы

Это означает направлять других в духовных тренировках, то есть давать посвящения, объяснять Дхарму, посвящать в тексты и т.п. Однако до той поры пока мы не преодолеем наши собственные эгоистические устремления, наши действия во имя блага других существ будут оставаться чистой видимостью.

Ученики Атиши спросили его, когда они смогут учить других, работать на благо других существ и переносить сознание недавно умерших. Атиша ответил:

Сможете учить других, как только осознаете пустоту и обретете ясновидение;  
Сможете работать на их благо, как только все, что следует сделать для вашего блага<sup>182</sup>, будет завершено;  
Сможете переносить сознание умерших, как только вы вступите на путь Видения.

Он также говорил:

Эти темные времена не время похвалиться,  
но время обрести решимость;  
Не время занимать важные места,  
но время держаться скромного места;  
Не время заводить слуг и учеников,  
но время жить в одиночестве;  
Не время заботиться об учениках,  
но время заботиться о себе;  
Не время анализировать слова,  
но время вдумываться в их смысл;  
Не время перемещаться с места на место,  
но время оставаться на одном месте.

Три Брата спросили геше Томпу, что важнее - практиковаться в одиночестве или помогать другим с помощью Дхармы. Геше Томпа ответил им так:

Нет пользы, если начинающий, у которого нет ни опыта, ни озарения, пытается помогать другим с помощью Дхармы. Из его благословений можно извлечь не больше содержимого, чем из пустого сосуда. Его указания не имеют ни содержания, ни вкуса - словно пиво, сваренное без зерен.

Тот кто находится на стадии порождения и почувствовал тепло<sup>183</sup> тренировок, но еще не утвердился в них, не может работать на благо других. Его благословения подобны переливанию из одного сосуда в другой: он может наполнить других, лишь опустошив себя. Его наставления подобны лампе, передаваемой из рук в руки: если он приносит свет другим, он сам остается в темноте.

Но тот, кто достиг одного из уровней бодхисаттвы, способен работать на благо других. Его благословения имеют силу сосуда, исполняющего желания: он может привести все существа к зрелости, не иссушая при этом себя. Его наставления подобны освещению от центрального источника света: они дают свет другим, не оставляя себя самого в темноте.

Стало быть, наша эпоха дегенерации не время, когда ординарные существа должны помогать другим внешними средствами, но, напротив, время жить в одиночестве и тре-

нирывать свое сознание в духе бодхичитты, то есть в духе любви и сострадания. Это время чтобы держаться в стороне от отрицательных эмоций. В то время как драгоценное целебное дерево<sup>184</sup> лишь пускает ростки, не время срывать его, но время его охранять .

По этим причинам достаточно трудно поистине приносить Дхарму в дар другим. Если излагать учение другим прежде, чем сделаешь его основанием своей жизни, это не принесет им никакой пользы. Что касается обучения Дхарме ради стяжания подношений и материальной выгоды, так это как раз и есть то, что Падампа Санге называл «использовать Дхарму в качестве обменного товара для обогащения.»

Не следует устремляться к альтруистической деятельности, пока полностью не преодолете стяжательных устремлений эго. Лучше взамен молиться, чтобы звуки ваших молитв, чтение мантр и Священных текстов очищали сознание всех благорасположенных духов . Примиритесь с тем, что для вас будет достаточно читать молитвы о щедром даянии Дхармы, которые завершают ритуальные тексты подношения водяных торм или подношения тела <sup>185</sup> , такие как:

Отриньте неблагие деяния  
Действуйте во благо без изъяна,  
Совершенствуйте свое сознание,  
Таково учение Будды.

Когда ваши себялюбивые желания будут исчерпаны, настанет время, когда вы сможете полностью, не заботясь о собственном покое и счастье и ни на мгновение не ослабляя своих усилий, посвятить себя другим.

### **2.1.3. Даяние защиты от страха**

Это означает делать все от вас зависящее, чтобы помогать тем, кто испытывает трудности как, например, предоставлять убежище тем, у кого его нет; защищать тех, у кого нет защитника; быть с теми, кто одинок. Это относится, в частности, к таким действиям как проведение мер по запрету охоты и рабной ловли, если это в вашей власти; приобретение овец, которых ведут на убой; спасение жизни рыб, червей и насекомых, которых ждет смерть. Ибо Будда учил, что из всех относительных благих действий спасение жизней является наиболее благотворным.

Различные виды щедрости вместе взятые составляют один их существенных аспектов тантрической самайи.

В *Обетах Пяти Семейств* говорится:

В качестве самайи семейства Драгоценности  
постоянно практикуйтесь в четырех видах щедрости.

## **2.2 ТРАНСЦЕНДЕНТАЛЬНАЯ ДИСЦИПЛИНА**

Трансцендентальная дисциплина заключается в том, чтобы избегать неблагих действий, осуществлять благие действия и приносить благо другим.

### **2.2.1 Избегать неблагих действий**

Это означает отвергать как яд все десять неблагих действий в плане тела, речи и сознания, если они не направлены на благо других<sup>186</sup> .

### 2.2.2 Совершать благие действия

Это означает всегда и при всех обстоятельствах создавать мак-симальные возможности для получения заслуг, не пренебрегая ни одним, сколь угодно малым благом действием.

Как говорится в поговорке: «Благие дела происходят, когда рот закрыт и руки не заняты; неблагие - когда ходишь вокруг или сидишь.» Лишь если постоянно, осознанно и бдительно наблюдаешь за своими действиями и делаешь усилие чтобы творить благое и сторониться неблагого, можно избежать совершения множества серьезных неблагих поступков - в том числе и в тех ситуациях, когда всего лишь развлекаешься.

Не относитесь легко к малым делам,  
Полагая, что они не приносят вреда:  
Даже крохотная искра может  
Подпалить гору сена.

Если будете всегда, осознанно и бдительно, следовать этому совету, то сможете, даже занимаясь повседневными делами, скопить огромный капитал благих действий. Простое проявление почтения к груде камней с выгравированным мані на них, - снимите перед ними шляпу и обойдите посолонь, оставляя их справа, - безусловно ведет к Буддовости, если применяются три высших метода.

Не относитесь легко к малым действиям,  
Полагая, что от них не будет пользы.  
Вода, стекая по каплям,  
Заполняет мало-помалу огромный резервуар.

Рассказывают истории о том, что собака гонялась за свиньей вокруг ступы и что семь гусениц упали с листа в ручей и их потоком воды пронесло семь раз вокруг ступы; и что этого оказалось достаточно, чтобы все названные существа обрели со сременем освобождение.

Так что всегда воздерживайтесь от самых малейших вредоносных действий; совершайте все доступные вам благие дела и посвящайте все заслуги благу других. Таков в сжатом виде смысл всех обетов и предписаний бодхисаттв.

### 2.2.3 Нести благо другим

Как упоминалось ранее, когда прихоит полное освобождение от эгоистических устремлений, наступает время работать непосредственно во имя блага других, используя упомянутые четыре способа привлекать существа. Для начинающих способом принести благо другим является посвящение всем существам заслуг от упражнений, направленных на то чтобы совершать благие действия и избегать неблагие и проводимых с применением трех высших методов.

## 2.3 ТРАНСЦЕНДЕНТАЛЬНОЕ ТЕРПЕНИЕ

Терпение имеет три аспекта: терпение, персиливающее вред, причиняемый другими; терпение, способное выносить трудности во имя Дхармы; и терпение, готовое бесстрашно перенести столкновение с глубокими истинами.

### 2.3.1 Терпение, которое пересиливает вред, наносимый другими

Эта форма терпения действует, когда подвергаются нападению, краже, оскорблениям, терпят поражение или становятся объектом клеветы. Следует не впадать в гнев и не испытывать ненависть к обидчикам, но стремиться помочь этим существам, выказывая любовь и сострадание. Говорят, что, если вы, напротив, рассердитесь, то «одна вспышка гнева может уничтожить заслуги, скопленные за тысячу кальп». Как упомянуто в *Бодхичарья-аватаре*:

Одна вспышка гнева может уничтожить  
Заслуги<sup>187</sup>, скопленные за тысячу кальп  
Даяниями щедрости  
И приношениями Сугатам.

И там же читаем:

Никакое зло не сравнится с гневом,  
Никакая аскеза не равносильна терпению<sup>188</sup>.  
А потому возвращайте терпение  
Всеми путями и со всем рвением.

Помятуя о бедах, которые приносит гнев, стремитесь при всех обстоятельствах проявлять терпение. Падампа Санге говорит:

Ненавистный враг-это заблуждение, порожденное кармой.  
Отриньте свои порочные гневные мысли, о люди  
Тангри.

А Атиша говорит:

Не гневайтесь на того, кто вам вредит.  
Если станете гневаться на того, кто вредит вам,  
Когда же будете практиковаться в терпении?

Если кто-либо вредит вам, оскорбляет или несправедливо обвиняет, а вы не впадете в гнев и не таите на него обиду, это зачеркивает множество ваших неблагих действий в прошлом и очищает омрачения. Проявляя в подобных ситуациях терпение, вы скапливаете обильные заслуги. Поэтому считайте всех, кто причиняет вам вред, своими учителями. Как говорится:

Если бы мне не на кого было сердиться,  
Как же я обрел бы терпение?

В наши дни мы часто слышим о ком-либо, что он, поистине, замечательный лама или монах, но только нрав у него горячий.

Однако нет ничего на свете хуже, чем гнев. Как же можно быть хорошим и в то же время иметь горячий нрав? Падампа Санге говорил:

Вы не осознали, что одно действие, порожденное вспышкой гнева,  
хуже, чем сотня действий, порожденных желанием.

Если вы поистине усвоили Учение, то все, что вы делаете, говорите и думаете будет таким мягким как хлопья взбитой шерсти и таким нежным, как суп из цампы, приправленный маслом. Но ведь может быть и иначе, когда малейшее ваше благое действие или исполненный обет вызывает у вас чувство довольства собой и заставляет раздуться от гордости. Или же вы, так высокомерны, что обращаете чрезмерное внимание на то, как с вами говорят, и, чуть что, закипаете от гнева, считая, что вас унижают или недооценивают. Такого рода чувствительность показывает, что ваше сознание и Дхарма идут вразнобой и что Дхарма не оказала ни малейшего благотворного влияния на ваше сознание. Геше Ченгава говорит:

Если изучаем Дхарму, размышляем и медитируем, а наше эго все растет, терпение становится более ранимым чем кожа младенца и чувствуем в себе раздражительность под стать злему духу Тцангу Тцен, то это показывает, что наши занятия, размышления и медитации идут в ложном направлении.

Будьте всегда смиренны, одевайтесь скромно, относитесь ко всем - хорошим, плохим и середнякам - с уважением; проверяйте свое сознание Дхармой, используя в качестве точки отсчета любовь и сострадание бодхичитты. Это, без сомнения, самое существенное в дхармической практике. И это куда лучше чем тысяча «весьма возвышенных» видений или «весьма глубоких» медитаций, от которых сознанию нет никакого проку.

### **2.3.2 Терпение, способное выносить трудности во имя Дхармы**

Ради возможности практиковаться в Дхарме, вы должны пренебрегать холодом, жарой и всякими другими неудобствами. В тантрах говорится:

Даже стена адского пламени или безбрежное поле острых клинков  
Не должны отвлечь от поиска Дхармы до последнего дыхания

У старых мастеров Кадампы было четыре устремления:

Положить в основу сознания Дхарму,  
В основу Дхармы - смиренную жизнь,  
В основу смиренной жизни - мысль о смерти,  
И встретить смерть в пустой голой пещере.

У старых мастеров Кадампы было четыре устремления:

Положить в основу сознания Дхарму,  
В основу Дхармы - смиренную жизнь,  
В основу смиренной жизни - мысль о смерти,  
И встретить смерть в пустынной голой пещере.

В наши дни предполагается, что можно сочетать дхармические упражнения с повседневной мирской деятельностью, продолжая жить в достатке, с удобствами, сохраняя добрую репутацию и при том не беря на себя никаких обязательств<sup>189</sup> и не подвергаясь лишениям. Приводятся примеры того, как хорошо это получается у других, и вос-

хищаются ламами, которые умеют сочетать Дхарму с мирской жизнью.

Но как могут слиться воедино Дхарма и мирская жизнь? Те, кто утверждают, что добились этого, возможно, наслаждаются роскошной жизнью в миру, но, можете не сомневаться, они не являются истинными практикующими Дхармы. Утверждать, что можно одновременно практиковаться в Дхарме и вести мирскую жизнь, все равно, что сказать, будто можно шить иглой с двумя остриями, или можно поместить огонь и воду в один резервуар, или можно скакать одновременно на двух конях в двух противоположных направлениях. Все это абсолютно невозможно.

Может ли обыкновенный человек превзойти Будду Шакьямуни? Однако Будда не нашел возможным сочетать Дхарму с мирской жизнью. Он отбросил королевство, как сплевывают слюну в придорожную канаву, и обосновался на берегу реки Найраньяны, где он шесть лет практиковался в аскетизме, потребляя лишь одну каплю воды и одно зерно ячменя в год.

Также и Джетсун Миларепа практиковался без еды и без одежды. Он ел только крапиву, и тело его выглядело как скелет, покрытый зеленым пухом. Те, кто видели его, не могли понять, человек это или дух. То, что он тренировался столь напряженно и охотно принимал на себя такие тяготы, несомненно доказывает, что невозможно идти путем Дхармы и в то же время продолжать вести мирскую жизнь. Ведь не думаете же вы, что Миларепа не совмещал то и другое потому лишь, что был не в состоянии сообразить, как это сделать?

Великий сиддх Мелонг Дорье обрел прозрение после того, как практиковался девять лет, питаясь только лишь корой дерева *лакхе*.

Всеведущий суверен Дхармы Лонгчен Рабьям в течение многих месяцев жил исключительно на двадцать одной пилюле ртути (в день)<sup>190</sup>. Когда шел снег, он забирался в холщевый мешок, который служил ему одновременно постелью и одеждой.

Все сиддхи прошлого обрели прозрение только благодаря тому, что практиковались с огромной настойчивостью, преодолевая все трудности и полностью отказавшись от какой бы то ни было мирской деятельности. Ни один из них не обрел прозрение, сочетая дхармическую практику с повседневными мирскими делами и живя в довольстве, комфорте и славе. Видхьядара Джигме Лингпа говорит:

Найдя себе удобное место для жилья, обильный провиант, теплую одежду и щедрого покровителя, вы успешно послужили злему духу, еще и не начав служить Дхарме.

Геше Савопа говорит так:

Если вы намерены искренне практиковаться в Дхарме, вашим устремлением в жизни должна быть нищета.

В конце своей нищей жизни вы должны быть готовы оказаться лицом к лицу со смертью.

При таком отношении к вещам никакой бог, злой дух или человек не будут в состоянии вам навредить.

Вот что пел Джетсун Мила:

Некому справляться, не болен ли я;  
Некому скорбеть, когда я умру;  
Умереть мне в этой пустыни одному,  
Но это все, о чем йог может мечтать.

Нет следов по ту сторону от двери,  
Нет следов крови внутри<sup>191</sup> ;  
Умереть мне в этой пустыни одному.  
Но это все, о чем йог может мечтать.

Некому удивляться, куда я пошел;  
Да и некуда, в сущности, ходить;  
Умереть мне в этой пустыни одному.  
Но это все, о чем йог может мечтать.

Мой труп пусть сгниет и достанется червям;  
Мои связки и вены пусть мухи обсосут;  
Умереть мне в этой пустыни одному.  
Но это все, о чем йог может мечтать.

Стало быть, следует освободиться от всех привязанностей обыденной жизни и практиковаться, невзирая на холод, жару и любые другие невзгоды.

### **2.3.3 Терпение, готовое встретить глубокие истины**

Если вам доведется получить учение о глубокой первозданной пустоте и, в частности, о ключевых пунктах учения о Первозданном Великом Совершенстве за пределами всяких усилий и деятельности; или о *Двенадцати раскатах ваджра - смеха* за пределами следствий от благих и неблагих действий; или о *Восьми Великих Непревзойденных стихах*, попытайтесь уловить их подлинное значение, не прикладывая к ним своих ошибочных критериев.

Судить об этих наставлениях ошибочно или критиковать их - это то, что именуется «предвзятый акт отвержения Дхармы», который может привести вас к заточению на бесчисленное число кальп в глубинах ада. Как говорится в тексте исповеди:

Я исповедуюсь во всех тех случаях,  
когда совершил деяние более пагубное,  
чем пять преступлений с немедленным следствием:  
а именно, когда я отринул Дхарму.

Однажды перед Атишей предстали два индийских монаха, у которых были налицо все двенадцать характеристик полной практики. Когда Атиша объяснил им, что индивидуумы не имеют самосущего бытия, они выказали удовольствие. Но когда он объяснил им, что также и явления не имеют самосущего бытия<sup>192</sup>, они воскликнули: «Это ужасно! Как ты можешь такое говорить!». А когда Атиша читал им *Сутру Сердца*, они заткнули уши.

Раздосадованный этим, Атиша сказал им в сердцах: «Если вы не станете практиковаться в любви и сострадании бодхичитты и не будете испытывать доверие к глубоким наставлениям, то на одной лишь чистоте ваших заветов и верности вы далеко не уйдете<sup>193</sup>».

Говорят, во времена Будды было много таких сверхвысоко-мерных монахов, которые, слушая глубокое учение Будды о пустоте, стали рвать кровью и умерли, а потом переродились в адских сферах. Существуют и другие рассказы, в которых речь идет о сходных случаях.

Очень важно иметь искреннее уважение к глубоким наставлениям и к тем, кто их

преподносит. И даже если, в силу ограниченности вашего сознания, они вас не привлекают, вы никогда не должны критиковать ни само учение, ни учителей.

## 2.4 ТРАНСЦЕНДЕНТАЛЬНОЕ УСЕРДИЕ

Существует три типа усердия: железное усердие, усердие в действии и неупорядоченное усердие<sup>194</sup>.

### 2.4.1 Железное усердие

Вас не должны обескураживать рассказы о жизни, деяниях и трудностях, которые выносили во имя Дхармы великие учителя, будды и бодхисаттвы. Не следует думать, что они смогли совершить это только потому, что были буддами или бодхисаттвами, и что вы никогда не добьетесь ничего подобного. Вспомните, напротив, что они обрели эти свершения исключительно благодаря своим действиям. Хотя, быть может, сейчас вы не в состоянии достичь большего, но, поскольку вы являетесь их учениками, у вас нет иного выбора как следовать их примеру.

Если даже им понадобилось проявить столько упорства и взять на себя столько тягот, как же могли бы мы этого избежать, тем более что у нас не было как у них постоянных, с безначальных времен, тренировок в Дхарме и что мы несем на себе тяжелое бремя своей прошлой негативной кармы!

У нас есть все свободы и преимущества существования в чело-вечском облике. Мы встретили подлинного духовного учителя и полу-чаем глубокие наставления. Теперь, когда нам, по счастью, довелось упражняться в истинной Дхарме, мы должны со всей искренностью дать обет, что мы не упустим такой возможности и готовы ради этого вынести любые трудности, принять на себя любое тяжелое бремя и рисковать жизнью и телом, не заботясь о своей собственной плоти и крови. Вот что имеется в виду под железным усердием<sup>195</sup>.

### 2.4.2 Усердие в действии

Возможно, у вас есть намерение изучать Дхарму и упражняться в Дхарме, но вы постоянно, со дня на день - на завтра или на послезавтра - откладываете осуществление ваших планов, и так проходит вся жизнь. Вам не следует таким образом расточать свою жизнь. Друк Пема Карпо говорил:

Человеческая жизнь подобна тому, как быть в загоне мясника:

Каждая секунда приближает к смерти.

Если по ленности откладывать сегодняшнее на завтра,

То на смертном одре не миновать стенаний и слез!

Не откладывайте дхармические упражнения даже и на секунду.

Действуйте немедленно, как поступил бы трус, обнаруживший змею у себя на коленях, или танцовщица, подпалившая себе волосы. Пол-

ностью откажитесь от мирской деятельности и немедленно приступай-

те к регулярным дхармическим тренировкам. Иначе вы никогда не найдете на это времени: мирские дела накатывают одно за другим, словно волны на поверхности моря. Это движение можно остановить, лишь решив раз и навсегда положить ему конец. Все-ведущий Лонгченра говорил:

Мирские дела не прекращаются до самой смерти.

Но стоит их отбросить, и им приходит конец.

Такова их природа!



и также:

Наши дела как детские игры:  
Пока в них играешь, существуют.  
Бросил их, и перестают существовать.

Коль скоро у вас повлется желание практиковаться в Дхарме, не позволяйте ленности или привычке откладывать вещи на потом отсрочить это хотя бы на секунду. Памятуя о преходящности, принимайтесь практиковаться немедленно. Это и есть то, что именуется «усердие в действии».

### 2.4.3 Неудержимое усердие

Не удовлетворяйтесь тем, что провели некоторое время в ретрите, осведомлены о стадиях порождения и завершения некоторых садхан, выучили несколько молитв и совершили два-три добрых дела. Дайте обет, что будете практиковаться до конца своих дней и что намерены, уподобляясь течению широкой реки, выполнять это с настойчивостью и постоянством до той поры, пока не достигнете состояния совершенной Буддовости.

Просветленные существа прошлого говорили, что практиковаться следует как голодный як, дорвавшийся до зеленого поля: срывая пучок травы, он уже нацеливается глазами на следующий. Так и вы должны, еще не завершив одну дхармическую практику, уже иметь в виду другие, которые последуют за этой.

Старайтесь с каждым днем прилагать к своей практике все большие усилия и не допускайте, чтобы ваше тело, речь и сознание были хотя бы на короткое время в бездействии или в отрыве от учения.

Видьядхара Джигме Лингпа говорил:

Если с приближением к смерти дхармическая практика становится интенсивнее, это знак, что практикующий не был поражен заморозками<sup>196</sup>.

В наши дни люди часто льстят тем, кто слывут мастерами медитации и хорошими ламами, заверяя их, что им больше нет нужды делать простирания, читать молитвы, собирать заслуги, стяжать мудрость, очищать омрачения и т. п. И тогда те начинают чувствовать себя важными персонами и решают, что, и правда, ничего этого им больше делать не нужно. Но, как говорил несравненный Дагпо Ринпоче:

Если думаешь, что тебе больше не нужна практика,  
Это доказывает, что она нужна тебе больше, чем  
когда-либо.

Великий индийский учитель Дипамкара<sup>197</sup> каждый день садился лепить формы тсатса. В скором времени у него руки бывали перепачканы глиной. Его ученики ему говорили:

«Люди судачат, ты, такой учитель, а возишься с глиной. И потом, ты утомляешь себя. Мы же можем это делать за тебя.»

«Что вы такое говорите?» отвечал Дипамкара. «Может, вы и есть будете за меня?»

Пока не обретете полного прозрения, у вас все еще будет карма и потребность преодолевать привычные склонности, и также будет необходимость приобретать все но-

вые и новые духовные качества. Так что не переходите на расслабленную, спорадическую практику. Тренируйтесь в Дхарме усердно, с глубоким чувством, и никогда не думайте, что уже практиковались достаточно.

Вообще говоря, достигните вы Буддовости или нет зависит полностью от вашего усердия. Бывает, что тот, кто отличается исключительным умом, но малым усердием, оказывается лишь посредственным практикующим. Однако человек небольшого ума, но в высшей степени целеустремленный может оказаться первоклассным практикующим. Если же совсем нет усердия, то все другие качества будут бесполезны. Всеведущий Джигме Лингпа говорил:

Ни ум, ни власть, ни богатство, ни сила,  
Не могут помочь тому, кто усердия лишен.  
Он подобен лодочнику, у которого в лодке  
есть все... кроме весел.

Будьте всегда воздержаны в еде. Сбалансируйте и умерьте свой сон. Неуклонно и неизменно идите избранным путем. Уподобьте свое сознание хорошо натянутой тетиве лука - не слишком тугой и не слишком расслабленной. Вы ничего не достигните спорадическими - сколько время позволяет - тренировками.

## 2.5 ТРАНСЦЕНДЕНТАЛЬНАЯ СОСРЕДОТОЧЕННОСТЬ

Невозможно развить сосредоточенность, не отринув предварительно все развлечения и отвлечения и не скрывшись в уединенном месте. Прежде всего необходимо отринуть отвлечения.

### 2.5.1 Отринуть отвлечения

Все, что собрано воедино, в конечном счете распадется. Родители, братья и сестры, супружеские союзы, друзья, родственники; даже плоть и кости, составляющие наше тело, которое мы получаем при рождении, - всему этому не миновать распасться. Поймите тщетность привязанности к эфемерным близким и друзьям и проводите свои дни в уединенном месте. Репа Шива О говорит:

Буддовость исключительно в нас самих.  
Духовные спутники поддерживают нашу практику,  
Но если их больше чем трое или четверо,  
Рождается привязанность и ненависть.  
Поэтому я провожу свои дни в одиночестве.

Источник всех бед - наши желания. Мы всегда не удовлетворены тем, что у нас есть; и чем больше у нас богатства, тем скупее мы становимся. Как говорится: «Быть богатым - значит быть скардным. « Или еще:»Совсем как богач: чем больше есть, тем больше надо». И также «Хочешь не иметь врагов, потеряй деньги».

Чем больше богатства, денег и собственности, тем большая опасность грозит от врагов, грабителей и т. п. Кроме того, проводишь всю жизнь, собирая богатство, оберегая его, заботясь о его росте... Все это ведет лишь к страданиям и неблагим действиям. Возвышенный Нагарджуна говорил:

Вы иссушаете себя, скапливая богатство, охраняя его, заботясь о его росте.

Поймите, что богатство порождает нескончаемые беды и уныние.

Даже если бы все богатства мира и вся собственность были в одних руках, их обладателю все равно была бы нужна еда и одежда лишь для одного человека. А вместе с тем, люди при любом богатстве опасаются тратить деньги даже на собственную еду и на элементарную одежду для себя. Они идут на злоупотребления, не останавливаются перед страданиями, пренебрегают критикой и тем самым ставят на карту свою нынешнюю жизнь и пускают по ветру все последующие. Ради обладания какой-либо пустяковой материальной вещицей теряют чувство стыда и достоинства, забывают об осторожности и далеко идущих следствиях их действий, пренебрегают Дхармой и обетами саммайи. Подобно бродячему духу, который охотится за тормами, растрачивают время, гоняясь за едой, своими выгодами и положением в обществе. Так попусту расточают свою жизнь, так и не обрета, хотя бы на один день, чувства свободы, благоденствия и счастья. Скопив все эти деньги, они, возможно, поплатятся своей жизнью, если за эти богатства их зарежут или застрелят. А затем все, что копили в течение жизни, будет растрчено их врагами или кем-либо другим. Все будет промотано. Но неблагие действия - целая груда их, высотой с гору Меру, - которые они насобирали, гоняясь за богатством, остается их собственным достоянием, вследствие чего им придется блуждать в невыносимых глубинах низших сфер существования, откуда им никогда не вырваться. Поэтому, пока еще существует такая возможность, используйте то немного, что у вас имеется в этой жизни, чтобы обеспечить свои будущие жизни. Довольствуйтесь скромной едой и лишь той одеждой, которая вам необходима, чтобы защитить себя от непогоды.

Те, чьи устремления ограничены этой жизнью, именуется в текстах «легкомысленными друзьями». Они не благодарны за помощь, которую им предлагают, и в ответ вполне могут причинить вред. Им очень трудно угодить - что для них ни делай, им все не так. Если у вас чего-то больше, чем у них, они завидуют; если же меньше - они смотрят на вас свысока. Чем больше времени вы с ними проводите, тем больше множатся ваши неблагие действия и убывают благие. Откажитесь от таких друзей и держитесь от них подальше.

Такие занятия как торговля, сельское хозяйство, промышленное производство, научные исследования вовлекают вас в различного рода активность, которая является бесконечным источником отвлечений. Связанные с этим тривиальные задания заставляют вас непрестанно трудиться ради достижения неких пустопорожних целей. Сколько бы вы ни старались, в этом все равно нет никакого смысла. Все тот же бесконечный процесс преодоления своих соперников и поощрения своих сторонников.

Отбросьте все эти бесконечные дела и отвлечения с такой же легкостью, с какой вы сплевываете в пыль. Покиньте свой край и обоснуйте в других землях. Расположитесь неподалеку от скалистых гор, где вашими единственными спутниками будут дикие животные. Скиньте напряжение с тела и сознания своего<sup>198</sup>. Перестаньте заботиться о еде, одежде и о том, что говорят другие. Живите в пустынном месте, где нет поблизости других людей. Джетсун Миларепа говорил:

В горной пещере, в пустынном краю  
Не стихает моя печаль .  
Учитель мой, Будда трех времен,  
Я беспрестанно тоскую о тебе.

Если последуете примеру Миларепы, то обнаружите, что, как говорится в послови-

це: «Где чувствуешь себя одиноким, там рождается сосредоточенность». В таком месте естественно рождаются все благие качества, присущие пути: разочарование в сансаре, решимость от нее избавиться, вера, чистота восприятия, сосредоточенность и самоуглубленность. Делайте все, что в ваших силах, чтобы жить подобным образом.

В девственных лесах, - местах, где будды и бодхисаттвы прошлого обрели мир, - нет ничего, что могло бы вас занимать: ни развлечений, ни полей для обработки, ни легкомысленных друзей. Птицы и лоси будут вашими мирными компаньонами. Родниковая вода и растения составят прекрасную аскетическую еду. Сознание естественным образом прояснится и сама собой придет сосредоточенность. Отсутствии друзей и врагов высвободит вас из оков привязанности и ненависти. Эти места обладают всеми преимуществами. В сутре *Лампы луны* и в других сутрах Будда говорит, что даже и желание отправиться в пустынные места и семь шагов в этом направлении приносят больше блага, чем все подношения буддам десяти направлений в течение калпы, столь же многочисленных как число песчинок в реке Ганге. Каково же на самом деле жить в таких местах! Говорят также:

В этих идеальных местах, в одиночестве гор  
Все, что делаешь, является благом.

В этих местах естественно, без каких-либо особых усилий, рождается отвращение к сансаре, решимость достичь освобождения, любовь, сострадание и все другие высокие качества, присущие Пути. Все это представляется исключительно важным, ибо является подготовительным этапом к сосредоточенности и, стало быть, обойтись без этого никак невозможно.

### 2.5.2 Сосредоточенность

Существует три типа сосредоточенности: сосредоточенность, практикуемая обыкновенными существами; сосредоточенность ясного видения; и непревзойденная сосредоточенность татхагат.

*Сосредоточенность, практикуемая обыкновенными существами.* Если вы устремлены к тому, чтобы при медитации испытать блаженство, просветленность и отсутствие мыслей, вы намеренно ищите эти проявления и медитация окрашена желанием их испытать - это сосредоточенность, практикуемая обыкновенными существами<sup>199</sup>

*Сосредоточенность ясного видения.* Если во время медитации нет привязанности к неким проявлениям и нет более одержимости идеей сосредоточенности, но все еще есть цепляние за идею пустоты в качестве противоядия против концептуализации - это сосредоточенность ясного видения.

*Непревзойденная сосредоточенность татхагат.* Если утрачено представление о пустоте как противоядии и сознание, пребывающее в состоянии свободном от мыслей, сосредоточено на Высшей реальности - это непревзойденная сосредоточенность татхагат.

Когда вы упражняетесь в сосредоточенности, важно всегда сидеть «в позе семи точек Вайрочаны»<sup>200</sup> и сохранять рекомендованное направление взгляда. Как говорится:

Когда тело выпрямлено, тончайшие каналы выпрямлены;  
Когда тончайшие каналы выпрямлены, токи энергии выпрямлены;  
Когда токи энергии выпрямлены, сознание выпрямлено<sup>201</sup>.

Не ложитесь и ни к чему не прислоняйтесь, сидите прямо; сознание ваше свободно от всяких мыслей и пребывает в состоянии ровности, очищенном от каких-либо цепляний. Такова сущность трансцендентальной сосредоточенности.

## **2.6 ТРАНСЦЕНДЕНТАЛЬНАЯ МУДРОСТЬ**

Существует три вида трансцендентальной мудрости: мудрость, которая приходит, когда слушаешь учение; мудрость, которая приходит в результате размышлений; мудрость, которая приходит в результате медитации.

### **2.6.1 Мудрость, приходящая, когда слушаешь учение.**

Эта мудрость приходит, когда слушаешь дхармическое учение, преподносимое духовным учителем, и понимаешь как смысл самого учения, так и комментарий учителя к нему.

### **2.6.2 Мудрость, приходящая в результате размышления**

Эта мудрость приходит, когда не ограничиваешься тем, что слушаешь и понимаешь учение, преподносимое учителем, но устанавливаешь в результате последующего рассмотрения - анализа, размышления и дополнительных вопросов о том, что еще осталось неясным, - весь заложенный в нем смысл. Недостаточно думать, что понимаешь и знаешь учение. Нужно быть абсолютно уверенным в этом, чтобы, когда придет время практиковаться в пустыни, не нужно было ни к кому обращаться за разъяснением того или иного аспекта этого наставления.

### **2.6.3 Мудрость, обретенная в медитации**

Эта мудрость приходит, когда то, что было понято интеллектуально, обращается в ходе медитации в опытное знание и появляется истинное и безошибочное постижение Высшей реальности. Уверенность в этом поднимается изнутри. Освободившись от ограничений, вызванных колебаниями и сомнениями, вы видите «истинное лицо» Абсолютной реальности.

Отбросив в ходе занятий и размышлений все ложные представления, приходим к опытному постижению медитации, когда все формы воспринимаются как пустые, не имеющие самосущего бытия - наподобие того как это объясняется в приведенных ниже восьми метафорических описаниях иллюзии:

как во сне - все воспринимаемые пятью органами чувств внешние объекты, которых там нет, являются перед нами в силу иллюзии;

как в магических опытах иллюзиониста - вещи вдруг являются в силу совокупности ряда взаимозависимых причин, обстоятельств и связей;

как при зрительной аберрации - кажется, что вещи есть, но там ничего нет;

как при мираже - вещи это нереальные видения;

как в случае с эхо - вещи воспринимаются; но там нет ничего ни внутри, ни снаружи;

как в городе гандарвов - нет ни обиталища, ни обитателей;

как при отражении - вещи являются, но не имеют реального бытия;

как в магически созданном городе - являются всякого рода

видимости, за которыми, на самом деле, ничего не стоит.

Видя все объекты восприятия таким образом, приходим к пониманию, что все явления, по самой природе своей, фальшь. Рассмотрим природу того, кто воспринимает эти объекты, - то есть природу сознания: объекты действительно ему являются, однако их подменяют понятия (концепты), которые интерпретируют эти объекты как имею-

щие самосущее бытие. Осознание природы Реальности как пустотной и одновременно прозрачной словно пространство и пребывание в этой Реальности - это трансцендентальная мудрость.

Шесть трансцендентальных совершенств можно рассматривать подробнее, подразделив каждое из них на три и получив таким образом восемнадцать подразделений. Категория материальной щедрости содержит в себе, в свою очередь, три вида, так что получается двадцать подразделений. Если добавить трансцендентальные средства, транс-цендентальную силу, трансцендентальную устремленность и трансцендентальную первоизданную мудрость, то всего получится двадцать четыре подразделения<sup>202</sup>.

Если есть желание детализировать далее, то можно каждое из шести трансцендентальных совершенств поделить на шесть и получить таким образом тридцать шесть подразделений. Мы можем, например, в рамках трансцендентальной щедрости рассматривать щедрость даяния Дхармы. Когда учитель обучает, Дхарма, которой он обучает, и ученик, которому он передает знания, рассматриваются совокупно; обучать - это трансцендентальная *щедрость*. То, что учитель, преподавая Дхарму, не ищет выгоды или славы и что он не оскверняет того, что он делает, используя это как средство возвыситься или обговорить других или побуждаемый каким-либо иным негативным чувством - это трансцендентальная *дисциплина*. То, что учитель, пренебрегая усталостью и другими трудностями, неоднократно повторяет значение одной и той же фразы, - это трансцендентальное *терпение*. То, что он преподает в назначенное время, не поддаваясь ленности и не откладывая на потом, - это трансцендентальное *усердие*. То, что он объясняет материал, не позволяя себе отвлекаться на значение отдельных слов, не делая ошибок, не добавляя ничего лишнего и ничего не упуская, - это трансцендентальная *сосредоточенность*. То, что обучение ведется с позиции мудрости, исключающей концепты субъекта, объекта и действия, - это трансцендентальная *мудрость*. Здесь снова налицо все шесть трансцендентальных совершенств. Те же подразделения можно включить для дисциплины, терпения и других совершенств.

Подводя итог трансцендентальным совершенствам, Джетсун Мила говорит:

Полностью отбросить веру в самосущее бытие, -  
нет иной щедрости, равной этому;  
Полностью отринуть хитрость и обман, -  
нет иной дисциплины, равной этому;  
Полностью преодолеть страх перед истинным значением, -  
нет иного терпения, равного этому;  
Полностью слиться с дхармической практикой, -  
нет иного усердия, равного этому;  
Неизменно пребывать в русле первоизданной стихии, -  
нет иной сосредоточенности, равной этому;  
Полностью осознать Высшую реальность, -  
нет иной мудрости, равной этому;  
Во всех действиях безусловно практиковаться в Дхарме, -  
нет иных умелых средств, равных этому;  
Полностью одолеть четырех демонов, -  
нет иной силы, равной этому;  
Безусловно осуществить две цели -  
нет иной устремленности, равной этому,  
Распознать скрытый источник негативных эмоций, -  
нет иной первоизданной мудрости, равной этому.

Когда Кху, Нгок и Дром<sup>203</sup> попросили Атишу назвать лучшее в каждом из аспектов Пути, он ответил:

Лучший ученый - это тот, кто осознал отсутствие самомсущего бытия.

Лучший монах - это тот, кто покорил свое сознание.

Лучшее качество - это неодолимое желание приносить благо другим.

Лучшее наставление - это совет постоянно следить за своим сознанием.

Лучшее средство - это знание, что ничто не имеет самомсущего бытия.

Лучший образ жизни - это тот, что несовместим с мирским.

Лучший признак успешной практики - это неизменное убывание негативных эмоций.

Лучшая щедрость - это отсутствие привязанности.

Лучшая дисциплина - это умиротворение своего сознания.

Лучшее усердие - это отказ от всякой деятельности.

Лучшая сосредоточенность - это неизменное состояние сознания<sup>204</sup>.

Лучшая мудрость - это знание, что нет ничего истинно существующего.

А Ридзин Дхигме Лингпа говорит:

Умиротворение обретается в трансцендентальной щедрости, сущность ее в умении полностью отстраняться.

Дисциплина состоит в том чтобы не доставлять неудовольствия Трем Драгоценностям<sup>205</sup>.

Наилучшее терпение заключается в том чтобы хранить первозданную внимательность и осознанность.

Усердие состоит в том чтобы поддерживать все другие совершенства.

Сосредоточенность состоит в том чтобы воспринимать все видимости, на которых задерживается внимание, как божества<sup>206</sup>

Мудрость состоит в том чтобы освободиться от всех привязанностей и цепляний;

Это состояние, когда нет ни мысли, ни субъекта мысли;

Оно не обыденно; оно свободно от устоявшихся убеждений<sup>207</sup>;

Оно за пределами страдания; оно высший покой.

Не рассказывайте об этом каждому и всякому;

Храните это как святыню в своем сознании.

Все аспекты практики на безграничном пути Бодхисаттв, такие как шесть трансцендентальных совершенств и тому подобное, сводятся, коротко говоря, к следующему: «пустота, сущность которой суть сострадание». Сараха в своих Дохах говорит:

Одно видение пустоты без сострадания

Не ведет к открытию Высшего пути.

Но если медитировать только лишь о сострадании,

То остаешься в сансаре. Как же достичь освобождения?  
Тот, кто владеет и тем и другим,  
Не остается ни в сансаре, ни в нирване.

Не пребывать ни в сансаре, ни в нирване - это «преходящая нирвана» уровня совершенной Буддовости. Как говорит Благословенный Нагарджуна:

Пустота, истинной сущностью которой является  
сострадание,  
Лишь для тех, кто стремится достичь Прозрения.

Дром Тёнпа спросил однажды Атишу, что является вершиной всех наставлений.

«Вершиной всех наставлений является учение о пустоте, самую сущность которой составляет сострадание, - ответил Учитель. - Оно подобно мощному лекарству; универсальной панацее, способной излечить все болезни мира. Наподобие этого сверхмощного лекарства, осознание истины о пустоте, природе всего сущего, является целительным средством от любых негативных эмоций. «

«Почему же тогда, - снова спросил Дром Тёнпа, - многие люди, которые утверждают, что они постигли пустоту, по-прежнему находятся во власти привязанности и ненависти?»

«Потому что их постижение пустоты - не более как просто слова, - отвечал Атиша. - Если бы они на самом деле уловили подлинное значение пустоты, их мысли, слова и действия были бы столь же мягкими, как когда ступаешь по шерстяной вате, и столь же утонченными, как суп из цампы, приправленный маслом. Просветленный Арьядева говорил, что только лишь размышления о том, являются ли вещи по природе пустыми, уже ведут к расшатыванию сансары<sup>208</sup>. Постигание пустоты, таким образом, это конечная панацея, которая включает в себя все аспекты пути.

«Как могут все аспекты пути быть включены в постижение пустоты?» - продолжал спрашивать Дром Тёнпа.

«Весь духовный путь содержится в шести трансцендентальных совершенствах. Истинное осознание пустоты освобождает от всяких привязанностей, желаний и цепляния за что-либо внутри или снаружи, вследствие чего неизменным достоянием становится трансцендентальная щедрость. Поскольку нет ни привязанности, ни цепляния, избавляетесь от омрачений, порождаемых неблагими действиями, так что неизменным достоянием становится трансцендентальная дисциплина. Отказ от представления о «я» и «мой» избавляет от гнева и, стало быть, неизменным достоянием становится трансцендентальное терпение. Поскольку постижение пустоты окрашивает сознание подлинной радостью, становитесь неизменным обладателем трансцендентального усердия. Освободившись от отвлечений, которые приходят от цепляния за вещи как истинно существующие, становитесь неизменным обладателем трансцендентальной сосредоточенности. Поскольку отсутствует категоризация вещей в терминах субъекта, объекта и действия, неизменным достоянием является трансцендентальная мудрость».

«Становятся ли те, кто осознали истину, Буддами лишь в силу того, что постигли пустоту и медитируют о ней?» спросил Дром Тёнпа?

«Все без исключения, что мы воспринимаем как формы и звуки, является порождением сознания. Понимание того, что наше сознание суть Перводанное Сознание, неотделимое от пустоты, - это *Воззрение*. Если это понимание постоянно, без каких-либо отвлечений присутствует в нашем сознании - это *медитация*. Если в этом состоянии, в качестве магической иллюзии, практикуешься в в двух накоплениях - это *действие*. Если приобретаешь опыт в этой практике, она продолжается и



во сне. Если она продолжается во сне, она не покидает вас и в момент смерти. Если она не покидает вас в момент смерти, она останется при вас и в промежуточном состоянии. Если она будет при вас в промежуточном состоянии, вы, безусловно, обретете высшее постижение».

Все восемьдесят четыре тысячи подходов к Дхарме, которым учил Победитель, являются умелыми средствами с целью пробудить в нас бодхичитту, то есть пустоту, самой сущностью которой является сострадание.

Без бодхичитты никакие наставления о воззрении и медитации, сколь бы глубокими они ни были, не приведут к достижению совершенной Буддоовости. Тантрическая практика, такая как практика на этапе порождения, на этапе завершения и тому подобные, проводимые без ориентации на бодхичитту, ведут к полной Буддоовости лишь в одной жизни. Однако, если исключить бодхичитту, тогда методы тиртхиков, в сущности, мало чем отличаются. У тиртхиков также есть много упражнений, включающих медитацию о божествах, чтение мантр и работу с маналами и энергиями; они также соотносят свое поведение с принципом причины и следствия. Но вследствие того, что они не принимают прибежища и не порождают бодхичитту, они не в состоянии вырваться из сфер сансары. Вот почему геше Кхарак Гомчунг говорил:

Бесполезно давать обеты, - с обета прибежища и до обета тантрической самаи, если не отвратить сознание от этого мира;

Бесполезно проповедовать Дхарму другим, если не усмирить свою собственную гордость.

Бесполезно делать успехи, если заповеди принятия прибежища отодвигаются на последнее место.

Бесполезно практиковаться день и ночь, если не сочетать эту практику с бодхичиттой.

Если первоначально не заложить надлежащий фундамент, слагающийся из прибежища и бодхичитты, любые, казалось бы, самые интенсивные занятия, размышления и медитации принесут не больше пользы, чем стремление построить девятиэтажное сооружение на льду замерзшего озера и расписать его стены фресками. Все это не имеет, в конечном счете, никакого смысла.

Никогда не умаляйте значения прибежища и практики порождения бодхичитты, полагая, что это не существенно или пригодно только для начинающих. Проводите их в полном объеме, включив, как в любую другую практику в рамках пути, три высших метода: подготовку к практике, основную практику и заключение. Крайне важно для всех без исключения - хороших и плохих, выдающихся и незаметных - практиковаться в этих упражнениях с полной отдачей.

В частности, абсолютно неукоснительным является, чтобы бодхичитту искренне порождали ламы и монахи, которые принимают даяния верующих, средства от имени покойных и проводят церемонии чтобы направлять умерших. Без бодхичитты ни один из их ритуалов, ни одна очистительная процедура не принесут ни малейшей пользы ни живым, ни умершим. Может показаться, что они приносят некоторую помощь, но, по глубокой сути, к их помощи всегда будут примешаны эгоистические мотивы. Сами эти ламы и монахи загрязняют себя, принимая эти приношения, чем создают нескончаемую цепь неблагих действий, которые могут привести их в следующий жизни лишь к перерождению в низших сферах существования.

Даже тот, кто может летать как птица, передвигаться под землей как мышь, без труда пробираться сквозь скалы, оставляя отпечатки ладоней и ступней на камнях; тот,

кого отличает беспредельное ясновидение и кто может творить всякого рода чудеса, - даже такой человек, если у него нет сострадания бодхичитты, либо всего лишь тиртхик, либо одержим могущественным злым духом. Он может поначалу привлечь к себе кое-кого из наивно доверчивых, и они под впечатлением встречи с ним станут приносить ему подаяния. Но, в конечном счете, он может быть лишь источником бед как для себя, так и для других.

С другой стороны, тот, кто обладает подлинной бодхичиттой - даже если у него нет других благих качеств, - принесет благо всякому, кто с ним соприкасается.

Однако никогда неизвестно, где может оказаться бодхисаттва. Говорят, что бодхисаттвы, умелые в средствах, нередко встречаются среди мясников на бойне, проституток и т.п. Трудно сказать, кто является бодхисаттвой, а кто нет. Будда говорил:

«Никому, кроме меня и таких как я, не позволено судить других.»

Поэтому считайте истинными буддами всех, кто помогает вам породить бодхиситту - будь то божество, учитель, духовный спутник ...

Если у вас появилось ощущение, что вы обрели некие достойные качества, являющиеся знаками продвижения на пути, - как, например, подлинное осознание Высшей Реальности, ясновидение, сосредоточенность, отчетливое представление божества и тому подобное, - вы можете не сомневаться в том, что это истинно достойные качества, если благодаря им продолжают неклонно расти ваша любовь и сострадание, порожденные бодхичиттой. Если же, однако, благодаря развитию этих качеств ваша бодхичитта, ваша любовь и сострадание убывает, вы можете в такой же степени не сомневаться, что видимые знаки прогресса на пути являются, на самом деле, либо препятствиями, воздвигнутыми злыми силами, либо указанием на то, что вы идете по ложному пути.

Это в особенности относится к постижению Истинной Реальности, которая непременно сопровождается безграничной верой и чистым восприятием тех, кто в духовном плане является более зрелыми, чем вы, и исключительной любовью и сочувствием к тем, кто духовно развит менее вас.

Несравненный Дакпо Ринпоче спросил однажды Джетсуна Милу:

«Когда я могу начинать учить других?»

«В один прекрасный день», отвечал Миларепа, «у тебя появится иное чем сейчас, совершенно отчетливое и исключаящее всякие сомнения Видение природы сознания. Тогда твоё восприятие перестанет быть ординарным: ты увидишь во мне, своем старом отце, воплощен-ного Будду и неизбежно почувствуешь любовь и сострадание ко всем существам. Вот тогда ты можешь начинать учить других».

Итак, приняв за основу любовь и сострадание бодхичитты, одновременно изучайте Дхарму, размышляйте и медитируйте о ней.

Как говорится:

Медитировать, не приобретя предварительных знаний, - это как взбираться на скалу, не имея рук.

«Устранить сомнения с помощью занятий» не означает, что вы должны знать все обширные и многочисленные сюжеты, которые могут подлежать изучению. В наш ущербный век это было бы невозможно сделать в течение одной короткой жизни. Но необходимо точно знать, как практиковаться на основе полученных наставлений и как безошибочно проводить эти упражнения с начала до конца, устраняя все возможные сомнения с помощью размышлений.

Когда Атиша был в Ньетханге, Начунг Томпа из Шанга, Кьонг Томпа и Лхангтсанг Томпа попросили его провести курс по различным логическим системам. Атиша отве-

тил:

«И у тиртхиков, и у буддистов существуют многочисленные идеи такого рода, но все они ничто иное, как поток дискурсивных мыслей. В них нет никакой нужды. Их следует свести к сущности».

«А как их свести к сущности?», спросил Начунг Томпа из Шанг.

«Практикуюсь в бодхичитте, испытывая любовь и сострадание ко всем несметным существам в пространстве; стремясь завершить два накопления ради блага всех существ; посвящая все приобретенные таким образом заслуги делу полного просветления всех и каждого в отдельности существа; и признавая, что все это - подобно сновидениям и волшебным иллюзиям - лишено самосущего бытия», ответил Атиша.

Если не знаешь как сводить какое-либо упражнение к его сущности, то не поможет ни доступная информация, ни интел-лектуальные упражнения или знания, которыми обладаешь.

Когда Атиша прибыл в Тибет, его пригласили посетить великого переводчика Ранчена Сангпо. Атиша стал спрашивать переводчика, какие из перечисленного им длинного списка дхармических наставлений ему известны. Оказалось, что Ранчен Сангпо знал их все подряд. Атиша был поистине обрадован.

«Замечательно», сказал он. «Присутствие в Тибете такого замечательного эрудита как ты делает мой визит ненужным. А как ты соединяешь между собой все эти наставления, когда практикуешься?»

«Я практикуюсь согласно этим наставлениям в соответствии с тем, как это объясняется в данном тексте.»

«Гнилой переводчик!» выкрикнул Атиша. «Выходит, мне надо было посетить Тибет.»

«А что я должен был делать?» спросил его Ранчен Сангпо.

«Ты должен был найти во всех наставлениях общую сущность, а затем практиковаться в них соответственно этому», сказал ему Атиша.

«Иначе это бессмысленно.»

Непреложным является умение, следуя коренным указаниям учителя, найти сущность практики и затем в этом практиковаться. В противном случае, это бесполезно. Как говорил Миларепа:

«Голодный не удовольствуется разговорами о еде, ему нужна еда. Точно так же недостаточно знать Дхарму, необходимо практиковаться в ней»

Цель дхармических упражнений заключается в том, чтобы создать противоядие против отрицательных эмоций и цепляния за «я».

Джетсун Миларепа говорил также:

Говорят, что можно судить, поел ли человек, по розовости в лице. Точно так же можно распознать, знает ли человек Дхарму и прикинуется ли он в ней по тому, стала ли Дхарма лекарством против его отрицательных эмоций и цепляния за «я».

Потова спросил геше Томпа, где проходит разделительная линия между Дхармой и не-Дхармой. Геше ответил ему:

То, что противодействует отрицательным эмоциям, - это Дхарма;

то, что не противодействует - это не-Дхарма.

То, что не укладывается в мирскую жизнь - это Дхарма;

то, что укладывается - это не-Дхарма.

То, что соответствует Писаниям и наставлениям - это Дхарма;  
то, что не соответствует им - это не-Дхарма.  
То, что оставляет положительный след, - это Дхарма;  
то, что оставляет отрицательный след - это не-Дхарма.

Просветленный Чегом говорит:

Верить в принцип причины и следствия - это надлежащее воззрение для тех, кто обладает ординарными способностями. Признавать, что все явления, внешние и внутренние, являются единством видимостей и пустоты и единством перводанного сознания и пустоты - это надлежащее воззрение для тех, кто обладает средними способностями. Признавать, что воззрение, субъект воззрения и осознаваемое неразделимы<sup>209</sup> - это надлежащее воззрение для тех, кто обладает высшими способностями.

Полностью концентрировать свое сознание на объекте - это надлежащая медитация для тех, кто обладает ординарными способностями. Сосредоточенность на четырех единствах<sup>210</sup> - это надлежащая медитация для тех, кто обладает средними способностями. Состояние вне концептуализации, при котором не существует ни объекта медитации, ни медитатора, ни медитативного опыта - это надлежащая медитация для тех, кто обладает высшими способностями.

Относится к принципам причины и следствия так же бережно, как берегут глаза свои - это надлежащее действие для тех, кто обладает ординарными способностями. Действовать, вос-принимая все происходящее как сновидение или иллюзия - это надлежащее действие для тех, кто обладает средними способностями. Полное не-действие<sup>211</sup> - это надлежащее действие для тех, кто обладает высшими способностями.

Постоянное убывание негативных эмоций, негативных мыслей и цепляния за «я» - это знак «тепло»<sup>212</sup> для всех практикующих,<sup>213</sup> независимо от способностей (ординарных, средних или высших), которыми они обладают.

Мы находим сходные соображения также в *Драгоценном Высшем Пути* несравненного Дакпо Ринпоче.

Итак, занимаясь Дхармой, вы должны выработать умение добираться до сущности. Великий Лонгченпа говорит:

Знание столь же безгранично, как число звезд  
на небосклоне;  
всему, что можно изучать, нет конца.  
Так что лучше сразу же извлечь их самую сущность -  
неизменную, нерушимую крепость Дхармакайи.

Когда размышляете, следует устранять все ошибочные представления. Падампа Сангье говорит:

Ищите указаний учителя, как мать-соколиха выискивает  
жертву.  
Слушайте наставления, как лань прислушивается к музыке,  
Медитируйте о них, словно глухой смакующий пищу;  
Сосредоточьтесь на них, словно северный кочевник, стригущий

овец;

А собирая плоды, уподобьтесь солнцу или луне, очищенным от облаков.

В Дхарме занятия, размышление и медитация должны идти нераздельно. Несравненный Дакпо говорит:

Существенным и обязательным пунктом является одновременное изучение Дхармы, размышление о ней и медитация.

Результатом изучения, размышлений и медитации должны быть постоянный и осязаемый рост любви и сострадания бодхичитты и одновременно постоянное и осязаемое уменьшение отрицательных эмоций и цепляния за «я».

Наставления о том, как генерировать бодхичитту, являются живи-тельным соком всех дхармических наставлений и квинтэссенцией всех путей. Нет никакого сомнения, что и одного учения о бодхичитте было бы достаточно, но без него, однако же, никакие наставления не принесут положительных плодов. Не довольствуйтесь лишь тем, что слушаете и понимаете эти наставления. Отдавайте все свои силы, практикуясь в них..

*Я заявляю, что генерирую бодхичитту, но я все еще не чувствую ее в себе.*

*Я тренируюсь в шести совершенствах, но я все еще не избыл в себе эгоизм.*

*Благослови меня и других узколобых подобных мне,*

*Чтобы мы успешно культивировали святую бодхичитту.*

### ГЛАВА 3

#### **ОЧИЩЕНИЕ ОМРАЧЕНИЙ<sup>214</sup> С ПОМОЩЬЮ МЕДИТАЦИИ ОБ УЧИТЕЛЕ В ОБЛИКЕ ВАДЖРАСАТТВЫ И ЧТЕНИЯ ЕГО МАНТРЫ**

*Хотя ты не запятнан омрачениями<sup>215 216</sup>, ты указываешь нам путь к их очищению;*

*Хотя ты поистине завершил свой Высший путь, ты являешь нам знаки своего ученичества;*

*Хотя ты превзошел крайности самсары и нирваны, ты предстаешь перед нами в самсаре;*

*Несравненный Учитель, я преклоняюсь пред тобой.*

Слушай наставления в этой главе с таким же отношением, как прежде.

## 1. КАК ОЧИСТИТЬ ОМРАЧЕНИЯ ИСПОВЕДЬЮ

Главным препятствием для всякого неординарного переживания и для постижений на глубоко дхармическом пути являются негативные действия, омрачения и привычные модели поведения<sup>217</sup>. Точно так же как необходимо чистить поверхность зеркала, чтобы изображения в нем были отчетливыми, важно устранять омрачения, чтобы постижения отражались в зеркале перво-данного сознания<sup>218 3</sup>. Ради этого Победитель открыл нам многочис-ленные приемы очищения, наилучшим из которых является медитация об учителе в облике Ваджрасаттвы и чтение его мантры<sup>219</sup>.

Нет такого вредоносного действия, которое не могло бы быть очищено исповедью. Как утврждали великие учителя прошлого,

Позитивным в неблагих действиях является лишь то,  
Что они могут быть очищены исповедью.

Любые не благие действия, сколь бы серьезным нарушением они ни являлись, - будь то прорывы в обетах пратимокши в плане внешнем, нарушение заповедей бодхисаттвы в плане внутреннем или несоблюдение тайных тантрических самай, - могут быть очищены исповедью.

В Сутрах это иллюстрируется рассказами самого Будды.

Например, там есть рассказ о брамине по имени Атапа, которого все именовали Ангулимала, то есть «Гирлянда пальцев», потому что он убил девятьсот девяносто девять человек<sup>220</sup>. Но затем он очистился от этих действий исповедью и в той же самой жизни достиг уровня Архата. Там также есть рассказ о Правителе Ахаташатру, который убил отца, но потом исправил свое злое деяние исповедью и обрел освобождение, испытав муки адских сфер лишь в течение несколько мгновений, - ровно столько времени, сколько потребовались бы чтобы брошенный мяч отскочил назад. Вот что говорит защититель Нагарджуна:

Каждый, кто как Нанда, Ангулимала, Дарсака и  
Шанкара<sup>221</sup>,  
Поначалу действует безответственно,  
А затем начинает проявлять заботливость и внимание  
Светел как сияющий диск луны, выглянувшей из-за  
облаков.

Очищение происходит лишь в том случае, когда исповеду-ешься искренне и как подобает, используя в качестве противоядия четыре силы. Процесс очищения не произойдет, если глаза и рот будут заняты чем-либо другим или если просто произносишь слова «я признаю, я исповедую», в то время как сознание занято другими мыслями. А если подумать: « Пусть даже в будущем я совершу какой-либо проступок, неважно - всегда можно исповедаться», тогда никакая искренняя исповедь не будет иметь силы. Джетсун Мила говорит:

Вы, наверное, сомневаетесь, что исповедь может очистить  
неблагие действия;  
Но стоит лишь вашим мыслям стать благими, как вы тут же  
очиститесь.

Абсолютно непреложным является требование, чтобы всякая ваша исповедь включала в качестве противоядия четыре силы.

## П Ч Е Т Ы Р Е С И Л Ы

Четыре силы - это сила поддержки, сила раскаяния о содеянном, сила решимости и, в качестве противоядия, сила действия.

### 1. Сила поддержки

В данном контексте речь идет о поддержке, которую мы получаем, приняв прибежище в Ваджрасаттве и культивируя два аспекта бодхичитты: бодхичитту устремленности и бодхичитту в действии. В других случаях в качестве поддержки выступает тот частный объект, к которому мы обращаемся с исповедью. Например, при чтении исповеди в *Трехчастной Сутре* сила поддержки исходит от тридцати пяти Будд. Это может быть также учитель или любой символ, представляющий тело, речь и сознание Будды, - иначе говоря, лицо, в чьем присутствии или объект, в присутствии которого вы исповедуетесь<sup>222</sup>.

Перед исповедью необходимо генерировать в себе бодхи-читту устремленности и бодхичитту в действии. Будда Учил, что, если исповедоваться в своих неблагих делах и проступках, не подняв в себе бодхичитту, то опора на четыре силы даст возможность только лишь уменьшить свои заблуждения, но не избавиться от них полностью. Однако же, если со всем тщанием поднять в себе бодхичитту, то этого будет достаточно, чтобы очистить все прошлые неблагие действия, каковы бы они ни были<sup>223</sup>. В *Пути Бодхисаттвы* Шантидева говорит следующее:

С помощью бодхичитты освобождаешься моментально  
Даже от самых ужасных преступлений.  
Так не разумно ли будет довериться бодхичитте,  
Как в страхе, ища защиты, доверяются надежной силе?  
Точно вселенский пожар в конце кальпы,  
Бодхичитта в одно мгновение пожирает самые страшные  
грехи.

### 2. Сила раскаяния о содеянном

Сила раскаяния о содеянном проистекает из чувства угрызения совести вследствие тех неблагих действий, которые мы совершили в прошлом. Очищение невозможно, если не признать порочность своих неблагих действий и не исповедаться в них, ничего не скрывая и выказывая при этом чувство глубочайшего раскаяния<sup>224</sup>. В *Трехчастной Сутре* говорится:

«Я поверяю все, ничего не скрывая и ничего не утаивая»

Как говорил сиддха и ученый муж Карма Чагме:

Исповедь без раскаяния не очищает.  
Неблагие действия, совершенные в прошлом,  
Подобны яду, отравившему наше существо,  
А потому исповедуйся в них с чувством стыда, ужаса и  
раскаяния.

### 3. Сила решимости

Сила решимости состоит в том, чтобы помнить совершенные ошибки и принять решение впредь никогда - даже ради спасения собственной жизни, которой мы так дорожим, - не повторять их.

В *Трехчастной Сутре* мы декламируем:

Я даю обет никогда впредь этого не совершать.

А в *Молитве Сукхавати* читаем:

Если не дать обет на будущее, то очищение не происходит.

А потому я даю обет никогда впредь  
Даже для спасения собственной жизни  
Не совершать неблагих действий.

#### **4. Смла действия в качестве противоядия**

Четвертая сила предполагает совершение как можно большего числа благих действий в качестве противоядия против наших прошлых неблагих действий. Это относится, в частности, к таким действиям как простираться перед Буддой и Бодхисаттвами, радоваться заслугам других, посвящать все заслуги делу Просветления, породить бодхичитту устремленности и бодхичитту в действии и пребывать в неизменном перевозданном состоянии сознания.

Один медитатор, ученик несравненного Дагпо Ринпоче, сказал как-то своему учителю, что он испытывает угрызения совести, вспоминая, как он однажды жил с продажи священных книг.

«Раз так, теперь печатай книги»<sup>225</sup>, сказал ему Учитель.

Он начал печатать книги, но скоро обнаружил, что это вовлекает его во многие сторонние дела. Расстроенный этим, он снова пошел к учителю.

«Когда печатаешь книги, появляется слишком много отвлечений», сказал он. «Но ведь нет более глубокого проявления

веры, чем оставаться в перевозданном состоянии сознания<sup>226</sup>, не так ли?»

Услышав это, Дакпо Ринпоче обрадовался и сказал ему:

«Это совершенно справедливо. Даже если бы ты совершил неблагие действия столь колоссальные, что они могли бы сравниться с горой Меру, они бы в одно мгновение очистились, оказавшись в поле перевозданной природы сознания».

Поскольку, поистине, нет более верного способа очиститься от прошлых неблагих дел, как медитировать о бодхичитте и пребывать в стихии неизменной Высшей Реальности, не забывайте об этих двух аспектах, когда проводите медитацию о Ваджрасаттве, - очищение в потоке нектара, чтение стослоговой мантры и пр.

### **III. МЕДИТАЦИЯ О ВАДЖРАСАТТВЕ**

Медитируя о Ваджрасаттве и читая мантру, постоянно помните о характерном значении каждого элемента<sup>227</sup> в контексте четырех сил, используемых как противоядие

В процессе визуализации представьте себя в своей ординарной форме.<sup>228</sup> Далее, представьте себе, что в пространстве над вашей головой на расстоянии выпущенной стрелы подвешен раскрывшийся тысячелистный белый лотос с диском полной луны на нем. Говоря «полная луна», мы имеем в виду не размер диска, а его сходство с идеально круглой формой полной луны на пятнадцатый день лунного календаря.

Представьте себе на этом лунном диске светящийся белый слог HUM<sup>229</sup>. В иных



традициях, но не в нашем случае, этот слог излучает и вновь поглощает лучи света.

В одно мгновение НУМ преобразуется в вашего достославного коренного учителя - неиссякаемый источник сострадания, соединяющий в себе сущность всех Будд прошлого, настоящего и будущего. Он предстает как Будда Ваджрасаттва в самбхо-гакайе<sup>230</sup> - весь белый точно снежная вершина, освещенная сотней тысяч солнц.

У него одно лицо и две руки. Правой рукой он держит у сердца пятизубчатую ваджру, символизирующую перводанное сознание и пустоту<sup>231</sup>. В левой руке, опирающейся на бедро, он держит колокол, символизирующий видимости явлений и пустоту. Ноги его скрещены в позиции ваджра. На нем характерные для самбхогакайи тринадцать элементов облачения: пять шелковых одежд и восемь украшений.

Пять шелковых одежд это 1) головная повязка, 2) одеяние, покрывающее верхнюю часть тела; 3) длинный шарф, 4) пояс и 5) одеяние, покрывающее нижнюю часть тела.

Восемь украшений это 1) диадема, 2) серьги, 3) короткое ожерелье, 4) браслет на каждой руке, 5) два длинных ожерелья - одно длиннее, другое короче<sup>232</sup>; 6) браслет на каждом запястье, 7) кольцо на каждой руке и 8) ножной браслет на каждой ноге.

Ваджрасаттва сидит у вас над головой, глядя в ту же сторону, что и вы. Он слит в нерасторжимом соитии<sup>233</sup> со своей супругой Ваджратопой; она также белого цвета. Их тела - это живо ощущаемая, но лишенная всякого самобытия видимость, подобная отражению луны в воде или отраженным в зеркале предметам.

Визуализация дает нам силу поддержки. Это не плоское изображение как тангка или фреска; и не инертный и неодушевленный предмет, вроде твердой и материальной скульптуры из глины или золота. Оно нам является: каждая деталь ясно различима и отчетлива, даже белки глаз и зрачки. Однако же оно пусто: в нем нет ни единого атома твердой субстанции, нет плоти, нет крови, нет внутренних органов. Это можно сравнить с радугой, появляющейся в воздухе, или с безусловно прозрачной хрустальной вазой.

По природе своей Ваджрасаттва неотделим от вашего сострадательного коренного учителя. Его сознание отмечено всеведущей мудростью и исполнено огромной любви к вам и

ко всем живым существам.

Для обращения к силе раскаяния перечислите в присутствии Ваджрасаттвы все мыслимые неблагие действия, которые вы совершили в длинной череде своих жизней в сансаре с безначальных времен до настоящего времени. Имеются в виду десять неблагих действий в плане тела, речи и сознания; пять преступлений с немедленным возмездием; четыре тяжких проступка; восемь порочных действий; все нарушения обетов пратимокши в плане внешнем, заповедей Бодхисаттвы в плане внутреннем и тантрической самайи видьядхар в плане сокровенном; все каж-додневные обещания, которые вы не сдержали; все случаи, когда вы лгали; и все другое, постыдное и бесчестное, что вы совершили. Поведайте все эти ваши постыдные действия перед лицом вашего учителя Ваджрасаттвы, чувствуя, как у вас мурашки ползут по телу и волосы встают дыбом от страха, стыда, и угрызения совести. Нет сомнения, что в течение всех ваших бесчисленных жизней в сансаре вы совершили множество неблагих действий, которые вы не можете помнить; так что исповедуйте такэе и их, говоря следующее:

«Я поверяю тебе все, ничего не скрывая и нечего не тая,

и прошу простить меня. Прояви ко мне свое сострадание! Здесь и в эту самую минуту очисти меня полностью от всех моих неблагих действий и омрачений».

Для обращения к силе решимости, подумайте следующим образом: «До сих пор вследствие своего невежества и заблуждений я скапливал неблагие действия. Но теперь, благодаря состраданию моего добросердечного учителя, я знаю, что приносит благо и что является вредоносным; и я никогда больше, даже для спасения собственной жиз-

ни, не совершу ни одного подобного действия».

Сохраняя в памяти в чистом виде описанную визуализацию, читайте коренной текст, начиная с

«Ah! Я в своей ординарной форме, и над головой...»

до

«...Очисти меня полностью».

Затем представьте себе в сердце Ваджрасаттвы, нераздельно слитого со своей супругой, лунный диск, величиной не больше раздавленного горчичного зерна, а на нем написанный тончайшими белыми линиями, точно выведенными одним волосом, слог HUM. Прочитайте стослоговую мантру «Om, Vajrasattva samaya. . .» и т.д. один раз, представляя себе, что слоги мантры выстраиваются вокруг HUM по кругу. Ни один из слогов не соприкасается с соседним, подобно тому как не касаются рогами жи- вотные, сбитые в кучу<sup>234</sup>. Затем читайте как молитву стослоговую мантру, воображая в то же время, что с каждой буквы капает - точно вода со льда, тающего подле огня, - нектар сострадания и мудрости, одна блестящая капля за другой. Стекая вниз по телу Ваджрасаттвы, нектар сочится наружу в точке слияния божества с его супругой и, пройдя через коронное отверстие в вашей голове, втекает в ваше тело и в тела всех других живых существ.

Все физические недуги, - словно крупички песка, уносимые сильным потоком воды, - выплескиваются наружу в виде зараженной крови и гноя; все негативные силы изгоняются в виде пауков, скорпионов, жаб, рыб, змей, головастиков, вшей и тому подобного; а все вредоносные действия и омрачения исторгаются в виде черной жидкости, пыли, дыма, испарений и облаков. Все это вымывается из тела неудержимым потоком нектара и выливается из тела в виде черной жидкости через нижние отверстия в вашем теле, ступни и все поры. Земля перед вами разверзается и из глубин ее появляется Смерть, воплощение ваших прошлых действий, окруженная существами мужского и женского пола, перед которыми у вас есть прямые и непрямые кармические долги, и всеми теми, кто ищут отомщения на вашей плоти. Читая стослоговую мантру, представляйте себе, что все выделяющиеся нечистоты текут в их разверстые рты и в их протянутые к вам руки.

Если возможно, представьте себе весь этот процесс одновременно. В противном случае, чередуйте различные части визуализации. Так, читая мантру, концентрируйтесь сначала на фигуре Ваджрасаттвы, затем на его лице, руках и так далее; или на его украшениях и одежде; или на том, как стекает нектар, очищая все болезни, негативные силы, неблагоприятные действия и омрачения; или же на чувстве сожаления о содеянном и вашей решимости никогда более этого не повторять.

В конце представьте себе, что Смерть, воплощение ваших прошлых действий, а также все другие существа в недрах земли - ваши кармические кредиторы и те, кто жаждут отомщения на вашей плоти, - совершенно улажены и удовлетворены. Расчет произведен, счета оплачены, отомщение свершлось. Вы очищены от всех прошлых неблагоприятных действий и омрачений. Смерть закрывает разверстый было рот, сжимает ладони и опускает руки. Земля вновь смыкается.

Теперь представьте себе, что все ваше тело наполнилось светом и стало совершенно прозрачным как изнутри, так и снаружи. Представьте себе внутри него идущий вертикально центральный канал, вдоль которого располагаются четыре чакры<sup>235</sup> с радиально отходящими от них, подобно спицам зонта, более тонкими каналами<sup>236</sup>. На уровне пу-

повины находится чакра манифестции, от которой отходят шестьдесят четыре радиальных канала, повернутых кверху. На уровне сердца находится чакра явлений с восемью радиальными каналами, повернутыми книзу. В области горла расположена чакра удовольствия с шестнадцатью радиальными каналами, повернутыми кверху. В венечной части головы находится чакра великого блаженства с тридцатью двумя радиальными каналами, повернутыми книзу.

Затем нектар снова начинает стекать вниз. Он полностью заполняет центральный канал, начиная с чакры великого блаженства в венечной части головы и далее другие четыре чакры; потом распространяется во все стороны и заполняет все ваше тело вплоть до кончиков пальцев на руках и на ногах. Вы теперь полностью наполнены белым нектаром, словно хрустальная ваза, залитая до краев молоком.

Думайте, что вы получаете четыре посвящения<sup>237</sup>: посвящение сосуда, секретное посвящение, посвящение в мудрость и посвящение в драгоценную речь. Вы также очищены от четырех омрачений: кармических омрачений, эмоциональных омрачений, концептуальных омрачений и омрачений вследствие моделей привычного поведения. В вас поднимается мудрость четырех аспектов радости: обыденная радость, высшая радость, экстраординарная радость и первозданная радость. Вы получаете доступ к бытию в четырех кайях: нирманакайе, самбхогакайе, дхармакайе и свабхавикакайе.

Затем читайте молитву, начиная с:

*О, Хранитель, в своем невежестве и смятении...*

и кончая:

*...Я молю, очисти меня!*

Вообразите, что по окончании этой вашей молитвы раскаяния учитель Ваджрасаттвы, возликовав, дарует вам с улыбкой на устах желаемое, говоря:

*О избранный, ты очищен от всех своих неблагих действий, омрачений, нарушений и промахов*

Затем, расплавившись в свете, он растворяется в вашем существе, отчего вы сами обращаетесь в Ваджрасаттву, каким вы его только что воображали.

Будучи по-прежнему в облике Ваджрасаттвы, представьте себе в своем сердце лунный диск, размером с раздавленное горчичное зерно. В центре диска находится голубой слог HUM. Перед HUM располагается белый слог OM; слева от него стоит слово VAJRA в желтом, а справа располагается TVA в зеленом.

SA

TVA HUM VAJRA

OM

В то время как вы читаете «OM VAJRA SATTVA HUM», пять слогов иррадируют вверх пять лучей света - белый, желтый, красный, зеленый и синий соответственно. В конце каждого из этих лучей находятся богиня красоты и другие богини приношений. Из их рук исторгаются бесчисленные объекты подношения, такие как восемь символов благоденствия и семь царственных атрибутов, солнечные зонты с бахромой, победные

знамена, балдахины, золотые колеса о ста спицах, заворачивающиеся направо белые раковины и тому подобное. Эти приношения ублажают Будд и Бодхисаттв, пребывающих в нескончаемых и необозримых небесных сферах всех десяти направлений. Тем самым вы завершаете свои накопления и очищаете омрачения. К вам в виде разноцветных лучей света, которые в вас растворяются, устремляется сострадание и благословения всех будд и бодхисаттв. Думайте о том, что результате этого вы обрели ординарные и высшие умения; постигли четыре уровня, отмечающие путь Видьадхар, и, в конечном счете, достигли состояния полного едиения за пределами ученичества<sup>238</sup>. Эта визуализация устанавливает связи, благодаря которым вы обретете дхармакайю и принесете благо себе.

Затем представьте себе снова, что пять слогов излучают направленные вниз бесчисленные сотни тысяч разноцветных лучей света, которые обволакивают все живые существа в шести сферах существования во всех трех мирах, и, подобно тому как свет восходящего солнца изгоняет темноту, очищают все их неблагие действия, омрачения, страдания и привычные модели поведения. Вся Вселенная обращается в чистую землю Проявленной Радости. Все существа, обитающие ее, превращаются в белых, желтых, красных, зеленых и синих Ваджрасаттв<sup>239</sup>. Читайте мантру, воображая, что все они также произносят *Om Vajra Sattva Hum...*, что звучит как необъятное рокотание. Эта визуализация устанавливает связи, благодаря которым вы достигнете рупакайи<sup>240</sup> и принесете благо другим.

О такого рода визуализации в «*Дхармической практике спонтанно освобождающей от цепляния за привычное*» говорится:

Принося благо себе и другим с помощью излучения и обратного поглощения света,  
Очищаешься от концептуальных омрачений.

С помощью подобных визуализаций, которые являются умелыми средствами Ваджраяны Секретных Мантр, можно в одно мгновение аккумулировать безмерное количество заслуг, стяжать мудрость и в то же время принести благо всем живым существам, населяющим Вселенную.

Читайте мантру как можно большее число раз, а когда приходит время завершать тренировку, представьте себе, что вся Вселенная, которую вы по-прежнему воспринимаете как чистую землю Проявленной Радости, растворяется в обитающих ее существах - Ваджрасаттвах из пяти семейств. Затем эти божества постепенно тают в свете и растворяются в вас. Далее и вы, начиная снаружи и двигаясь вовнутрь, таете в свете, а этот свет растворяется в *om* в вашем сердце. Затем *om* растворяется в *vjra*, *vajra* растворяется в *sa*, *sa* - в *tva*, *tva* - в *shapkyu* буквы *hum*, *shapkyu hum*, - в малом *a*, малое *a* - в теле буквы *ha*, тело буквы *ha* - в головной части буквы *ha*, головная часть *ha* - в восходящей луне, восходящая луна - в *bindu*, *bindu* - в *nada*.

nada  
bindu  
буква crescent  
HUM ее части головная часть HA  
тело буквы HA  
малое a  
shapkyu

В свою очередь, *nada*, наподобие радуги, расплывается и исчезает в пространстве. Пребывайте некоторое время в этом состоянии простоты, свободном от концептов и умствований.

Если вновь поднимется какая-либо мысль, отчетливо представьте себе всю вселенную и существа, ее населяющие, как чистую землю Ваджрасаттвы.

Посвятите заслучи, прочитав следующую молитву:

*В силу заслуг от этой практики, пусть мне будет дано в скорости достичь уровня Ваджрасаттвы.*

и так далее, а также читайте другие молитвы благого намерения.

Когда практикуетесь в медитации и в чтении мантры Ваджра-саттвы, необходимо, как в любой подобного рода практике, сохранять сосредоточенность, не отвлекаясь на постороннее, а также не прерывать чтение мантры обыденной речью. Как говорится в тантрах:

Читать мантры без сосредоточенности  
Все равно что размачивать скалу в глубинах моря -  
Целой калпы не хватит чтобы достичь результата<sup>241</sup>.

и также:

Чистота в тысячу раз лучше, нечистоты<sup>242</sup>;  
Сосредоточенность в сто тысяч раз лучше, чем ее  
отсутствие.

Если, читая мантру или проводя практику «сближения», смешивать мантру с обыденной, нечистой речью, то и мантра становится нечистой. Даже небольшая примесь латуни или меди к золоту и серебру, как принято считать, делает эти металлы нечистыми, не истинно ценными металлами. Вот почему Великий Учитель из Уддияны говорил:

Лучше месяц чтения мантры без посторонних слов,  
Чем неполноценное их чтение в течение целого года.

Поэтому очень важно, чтобы в сельских местах при чтении мантр и молитв устроители церемоний не отвлекались на разговоры с другими членами собрания. Если такие чтения смешиваются с обыденной речью, они теряют свой смысл, в особенности, когда проводится церемония по усопшему. Существо, проходящее через ужасы и страдания промежуточного состояния (бардо), устремляется к благодетелю, оплатившему церемонию, и к монахам и ламам, приглашенным для проведения церемонии, в надежде найти у них помощь. Существа в промежуточном состоянии могут читать в умах других людей. Так что, если люди, проводящие церемонию, не сохраняют полную сосредоточенность; если не хранят своих обетов и самую; если то, что они говорят и думают, мотивировано привязанностью и враждебностью, существо, проходящее бардо, это улавливает, испытывает чувство досады и ненависть к этим людям, и вследствие этих мыслей отправляется в низшие сферы. Так уж было бы лучше вовсе не обращаться к помощи таких служителей.

В ритуалах Ваджраяны Секретных Мантр говорится, что «читать тексты, описывающие визуализации этапа порождения, значит использовать слова как средство к по-

лучению доступа». Слова визуализации должны вызвать в памяти детали этапа порождения<sup>243</sup>. Однако устроителям такого рода церемоний даже и в голову не приходит подлинное значение этапов порождения и завершения, которые они смешивают с содержанием визуализации. Поэтому они механически, со всякого рода колоритными интонациями повторяют «представьте себе зрительно», «медити-руйте», «сосредоточьтесь», и дудят в трубы, бьют в цимбалы и барабаны. Наконец, наступает, казалось бы, самый важный момент - практика сближения, когда читаются мантры. Но тут они расслабляются и не делают даже усилия, чтобы сидеть прямо. Они курят табак и другие зелья, являющиеся источником многих негативных действий<sup>244</sup>, и принимаются болтать о несущественных вещах, как то бесконечно обсуждают все происшествия в ближайших окрестностях - с вершин гор до самой низины, а также в долинах, и в ущельях. Они, между тем, перебирают свои четки, но с такой скоростью, будто закручивают сосиски. К вечеру они взглядывают на небо и, увидев положение солнца, снова бьют в цимбалы, распевая «Vajra pushpre dure<sup>245</sup> ...» и т.п. Это даже не бледная тень ритуала, даже не тень его тени. Было бы безусловно намного лучше, если бы прочитать один только раз, но с совершенно чистым устремлением *Исповедь промахов* или *Молитву о Благих Деяниях*.

Эти ламы, своими нечистыми службами и жалкими подобиями ритуалов отпращивающие покойных в низшие сферы существования, также и живым приносят этими службами отнюдь не благодеяние, но только лишь вред. Кроме того, несомненно, что подобное зло-употребление приношениями как раз и относится к категории того, что называется «проглатывать раскаленные докрасна металлические шары<sup>246</sup>».

Ламы и монахи, извлекающие выгоду из приношений верующих и из имущества покойных, не должны при проведении служб измерять свое вдохновение количеством мяса, плотностью сыра и числом приношений, которые они получают. Для тех существ, ради которых они совершают службу, - будь то больной или уже умерший, - это критическая минута, ибо они страдают и не имеют прибежища. Им необходимо найти укрытие в любви и сострадании ламы, желающего им помочь. Ламы должны стремиться проводить службу со всей серьезностью, не отвлекаясь и вкладывая в нее все, что им известно о стадиях порождения и завершения. Если они ничего об этом не знают, они должны просто вдумываться в значение слов, которые они произносят. Или же, по меньшей мере, их тело, слова и сознание должны быть пропитаны любовью и состраданием к тому существу, которое страдает и верует в несокрушимую силу Трех Драгоценностей. Если они, к тому же, удостоверятся, что совершают ритуал как надлежит, правильно читая тексты и мантры, то нет никакого сомнения, что через сострадание прибежища, Три Драгоценности, нерушимый принцип причины и следствия, и неизмеримые блага, проистекающие из бодхичитты, они смогут принести больным и покойным реальную помощь. В соответствии с выражением «очистить свои омрачения на подушке другого»<sup>247</sup>, они осуществляют одновременно двойное накопление, - и для себя, и для других. Они также приведут всех, кто имеет с ними связь, на путь освобождения. Поэтому они должны всеми силами стремиться действовать именно таким образом.

С другой стороны, в наши дни есть ламы и монахи, которые, можно полагать, лучше других и знакомы с принципом причины и следствия. Однако они так напуганы омрачениями, которыми чреваты приношения, что они отказываются даже и благославлять больных или умерших или читать молитвы им во благо. Действуя таким образом, они подрывают корень любви и сострадания бодхичитты.

Большинство из них весьма эгоистичны. По просьбе своих покровителей они участвуют в церемониях. Однако они читают не то, что необходимо этой семье, а вытаскивают вместо этого свои потрепанные, засаленные молитвенники и, извинившись тем, что они-де не могут прерывать собственную практику, читают свои молитвы, в то время

как все другие читают молитвы, составляющие часть ритуала<sup>248</sup>. Когда они читают даже самую короткую молитву или мантру для собственного блага, они крайне скрупулезны в своем, якобы, стремлении очистить свои омрачения и злоупотребления приношениями. Но во время больших церемоний, проводимых ради блага их покровителей, они читают молитвы нехотя, точно из-под палки. Глядят по сторонам, говорят что придется и меньше всего думают о тех живых или мертвых, которых, как предполагается, они стремятся защитить. Это подрывает корень любви и сострадания бодхичитты. Если они в дальнейшем вознамерятся обелить себя от злоупотребления приношениями, им будет весьма трудно это сделать вследствие их столь негативного и эгоистического отношения к другим.

Впротивовес этому, с самого начала примите за основу любовь и сострадание бодхичитты. Искренне стремитесь, по мере возможности, использовать в своей практике знания об этапах порождения и завершения. Никогда не отказывайтесь от желания помогать другим. Тогда медитация на этапах порождения и завершения и чтение мантр как у себя дома, так и в домах других людей не будут ничем различаться.

Если прочитать стослогоую мантру без перерыва сто восемь раз, не отвлекаясь и не смешивая чтение с обыденной болтовней, это, без сомнения, очистит все ваши неблагоприятные действия и омрачения, а также все нарушения и все прорывы в обетах и в самайе. Таково обещание Ваджрасаттвы. В *Тантре Безупречного Откровения* говорится:

Стослоговая мантра - это квинтэссенция сознания всех будд Она очищает все нарушения, все прорывы, все концептуальные омрачения.

Она высшее откровение. Прочитав ее без перерыва сто восемь раз, исправишь все нарушения и прорывы и спасешься от падения в три низшие сферы.

Такого йога, который ежедневно читает эту молитву, будды прошлого, настоящего и будущего еще в этой жизни признают своим драгоценным отпрыском и будут о нем печься и его оберегать. А после смерти он, несомненно, станет их возлюбленным наследником.

Какие бы нарушения и преступления против основной и частных самай ни совершил тот, кто вступил на путь Ваджраяны Секретных Мантр, но если он ежедневно, медитируя о Ваджра-саттве, читает стослоговую мантру двадцать один раз, то следствия его ошибок расти не будут. Это то, что называется «благословение срывов». Сто тысяч декламаций стослоговой мантры полностью очистит все ваши падения и срывы. В *Основном Украшении* читаем:

Представьте себе отчетливо Ваджрасаттву,  
Сидящим на белом лотосе и луне,  
И при этом декламируйте двадцать один раз  
Мантру о ста слогах.  
Это благословение промахов,  
Которому махасиддхи нас учили;  
Оно ошибкам не дает разрастаться;  
Каждый день практикуйтесь в этом упражнении.

А если прочитаете мантру сто тысяч раз,  
То будете очищены полностью.

В настоящее время в Тибете нет ни одного ламы, монаха или мирянина - будь то мужчина или женщина,- который не получил бы какого-либо посвящения и тем самым не вступил бы на путь Секретной Мантраяны. Если, вступив на путь Мантраяны, не соблюдаешь самаю, то отправляешься в адские сферы; но если ее соблюдаешь, то приходишь к совершенной Буддовости. Другой возможности не существует. Это как со змеей, которая залезла внутрь бамбукового тростника: она может оттуда выползти только либо вверх, либо вниз. В *Сокровище Драгоценных Духовных Качеств* говорится:

Из Секретной Мантраяны  
Либо выход в низшие сферы,  
Либо обретение Буддовости.  
Третьей возможности не существует.

Хранить тантрические самаи трудно потому, что они многочисленны и содержат немало сложностей.. Даже такой великий мастер как Атиша говорил, что, вступив на путь тантры, он совершал подряд одну ошибку за другой. В наши же дни мы располагаем малым числом противоядий, внимание наше не отличается остротой, а усердие попросту отсутствует. Мы даже толком не знаем всех возможных нарушений самаи, хотя такие нарушения, несомненно, существуют и, стало быть, они обруши-ваются на нас непрерывным потоком. Вот почему жизненно важно прибегнуть к этому спасительному средству, сделав медитацию о Ваджрасаттве и декламацию стослоговой мантры своей ежеднев-ной практикой или, по крайней мере, каждый день неукоснительно декламировать мантру двадцать один раз.

Даже эксперты во всех существенных аспектах этапов порождения и завершения, которые, благодаря внимательности, сосредоточенности и т.п. смогли избежать нарушений самаи, должны, однако же, упорно исповедываться и проводить очищения. Ибо, в сущности, любой контакт через слово или взаимодействие с тем, кто нарушил существенные самаи - даже если просто выпить воды в одной с ним долине - достаточно для того, чтобы породить ошибки, известные как «нарушение через контакт» или «случайное нарушени». В тантрах говорится:

Вступив в контакт с нарушителями или ублажив их желания,  
Объяснив Дхарму им и другим таким же недостойным,  
То есть не обойдя их стороной, мы тем самым загрязнились  
Омрачениями их нарушений, которые нам принесут  
Беды в этой жизни и омрачения в будущих.  
Полные раскаяния, мы поверяем эти промахи.

Если хотя бы один человек в собрании нарушил самаю, все другие сто или тысяча человек, которые свои обязательства вы-полняли, будут загрязнены до такой степени, что не смогут извлечь никакой пользы из своей дхармической практики. Это похоже на то, что целый кувшин свежего молока сворачивается от одной капли кислого молока; или на то, что одна лягушка в язвах заражает всех других вокруг. Как говорится:

Капля кислого молока  
Окисляет все остальное молоко;  
Один недостойный йог  
Сбивает с пути всех других .



Более того, ни один просветленный учитель - будь он даже сиддх или наделен высокими умениями - не может избежать такого рода загрязнения от контакта с нарушителями самайи. Это явствует из рассказа о великом учителе Лингье Репе. Когда он был в святом Тсари, дакини Шингкьонг стала чинить ему препятствия. В середине дня она навлекла такую тьму, что засияли звезды. Однако, ничто не могло остановить это озаренное существо в его стремлении добраться до берегов Темнокровавого озера, где он танцевал под звуки песни - ваджра, оставляя на скале следы своих ступней, которые еще и сейчас можно там видеть. Однако же впоследствии его навестил ученик, нарушивший самайю, он от него заразился, впал в беспамятство и потерял дар речи.

Нечто подобное мы узнаем из ваджра-песен сиддха

Ургьемпы:

Один только враг - заражение нарушением самайи - сумел победить меня, нищего Ринчена Пела из Земли Снегов.

И только лишь мой учитель сумел меня защититиь.

Нарушение самайи Ваджраяны - это грубая ошибка, но соблюдать все эти самайи крайне трудно. Полагать, без предварительной тщательной проверки, что вы правомерно соблюдаете все самайи, и гордиться этим было бы явным заблуждением.

В тантрах говорится, что, если хотя бы в одно мгновение забудешь сверить свое тело, речь и сознание с тремя мандалами<sup>249</sup>, это будет преступлением против тантрических самай. Оттого так трудно их соблюдать. Говоря точнее, упоминается, что существует сто тысяч предписаний самайи - огромное число. В соответствии с тантрами, нарушение этих предписаний навлекает следующие беды:

Ваджра - страшилище выпьет из твоего сердца кровь<sup>250</sup>,  
Жизнь будет коротка, много болезней, разорение и страх перед врагами.  
И попадешь в устрашающий ад Максимальных Мучений,  
где испытаешь долгие и невыносимые страдания.

Поэтому, чтобы спасти себя от всех скрытых и явных нарушений, падений, ошибок и промахов, стремитесь постоянно исповедываться в своих ошибках, медитируя о Ваджрасаттве и

читая стослоговую мантру. Как говорили все великие учителя прошлого:

Лучше постараться не запятнать себя неблагими действиями;

Но, если это случится, весьма важно в них исповедаться.

Ущерб, причиненный тантрической самайе, легко восполним, так как все нарушения могут быть очищены с помощью исповеди. В традиции шраваков полное нарушение коренной самайи<sup>251</sup> подобно тому как разбить глиняный сосуд - починить его невозможно. Нарушить обеты бодхисаттвы равносильно тому, как разбить предмет, сделанный из драгоценных металлов - его можно починить, если обратиться к опытному мастеру. Точно так же нарушение обета может быть исправлено с помощью духовного друга. Что касается тантрических обетов, промах в этом плане подобен незначительной вмятине на сосуде, сделанном из драгоценных металлов. Каждый может сам полностью очиститься, исповедовавшись в своей ошибке и использовав в качестве поддержки божество, мантру и сосредоточенность.

Ошибку легко исправить, если исповедаться немедленно. По прошествии време-

ни, однако, ошибка разрастается и исповедо-ваться в ней становится трудно. Говорят, что по истечении трех лет нарушение уже не доступно для исповеди - даже если исповедаться, очищение не происходит..

Есть люди, одаренные властью и силой благословения, что они и используют для собственного блага и для блага других в тех случаях, когда необходимо избежать заморозков, предотвратить град, остановить эпидемию, лечить взрослых и детей от болезней и т.п. Однако, чтобы сохранить эту власть и силу благословения, они должны очищаться от омрачений в своей речи. И для этого нет лучшего способа, как декламировать стослоговую мантру. Очень важно читать ее с полной отдачей.

Мой почитаемый учитель любил в шутку говорить, что те, кто защищают других, используя приношения, должны несомненно начать с того, что очистить омрачения в своей речи, прочитав стослоговую мантру десять миллионов раз. И многие из его учеников действительно прочитали мантру десять или даже двадцать миллионов раз; и не было ни одного, кто не прочитал бы ее, по меньшей мере, двести или триста тысяч раз.

Благословенный Ваджрасаттва воплощает божества ста семейств. Его называют «Ваджрасаттва - несравненное божество великой тайны». Среди несметного множества мирных и гневных йидамов нет ни одного, кто не был бы воплощен в Ваджрасаттве. Медитируйте о Ваджрасаттве, полагая его неотделимым от глубокой сущности вашего коренного учителя. Такова тренировка Гуру Йоги в соответствии с методом «всеобъемлющей драгоценности»<sup>252</sup>. Это наиболее совершенный и наиболее глубокий метод. Как я упоминал ранее, стослоговая мантра првьше всех других мантр и, да будет вам известно, не существует практики более глубокой, чем эта.

*Я прослушал благодатные наставления, но они остались для меня словами.*

*Я попрактиковался немного, но погряз в отвлечениях.*

*Благослови меня и других заблудших как я,*

*Чтобы мы научились извлекать сущность из этапов порождения и завершения.*

## ГЛАВА 4

### ПОДНЕСЕНИЕ МАНДАЛЫ ДЛЯ НАКОПЛЕНИЯ ЗАСЛУГ И МУДРОСТИ

*Тебе известно, что относительная истина - это ложь, и все же ведешь два накопления.*

*Ты осознаешь, что на абсолютном уровне не о чем медитировать, и все же проводишь медитацию.*

*Ты видишь абсолютную и относительную истины как единое целое<sup>253</sup> и все же усердно практикуешься.*

*О, несравненный Учитель, я преклоняюсь перед тобой.*

## 1. НЕОБХОДИМОСТЬ ДВУХ НАКОПЛЕНИЙ

Не осуществив накопления заслуг и мудрости, невозможно ни обрести двойное совершенство<sup>254</sup> Буддовости, ни постигнуть в полной мере истинное значение пустоты. В сутрах говорится:

Пока не завершишь два высших накопления,  
невозможно постигнуть сокровенную пустоту.

И также:

Первозданная абсолютная мудрость проявляется  
лишь с благословения озаренного учителя  
и после завершения накоплений и очищения от  
омрачений.

Знайте, что пытаться достигнуть этого другими  
средствами бессмысленно.

Даже те, кому открылось истинное Видение пустоты,  
должны совершенствоваться, оставаясь на Пути вплоть до обретения совершенной  
Буддовости. Стало быть, им все еще необходимо стремиться накапливать заслуги и муд-  
рость.

Тилопа, Повелитель йогов, говорил Наропе:

Наропа, сын мой, пока не постигнешь,  
Что все взаимозависимо возникающие явления  
В абсолютной Реальности вовсе не возникают,  
Будешь привязан к колесам повозки, именуемой  
два накопления.

Великий йогин Вирупа говорит в своих *Дохах*:

Даже если знаешь наверное, что относительная Буддовость не твой удел<sup>255</sup>,  
Ни на минуту не прекращай великого накопления заслуг;  
Делай для этого все что в силах твоих.

А несравненный Дакпо Ринпоче говорит:

Даже если ваше осознание стоит выше всякого  
накопления и очищения<sup>256</sup>,  
Продолжайте накапливать хотя бы самые малые  
заслуги.

Победитель со своим великим состраданием и изощренностью умелых средств обу-  
чал бесчисленным методам, какими можно вести два накопления. Наилучшим из них  
является поднесение мандалы. В тантре говорится:

Поднесение буддам во всех чистых землях

Необъятного космоса в миллиард миров,  
Украшенного всем, что только можно пожелать,  
Ведет к раскрытию первоизданной мудрости будд<sup>257</sup>

В нашей традиции, когда делается такое приношение, используются две мандалы: *мандала свершения и мандала подношения*.

Материалы, из которых сделана мандала, зависят от ваших возможностей. Наилучшим основанием мандалы считается сделанное из драгоценных металлов, золота или серебра. Среднего качества будет то, которое сделано из бронзы или какого-либо другого металла и не имеет повреждений. Наихудшим вариантом будет использовать для этого гладкую деревянную доску или кусок дерева.

На основании мандалы раскладываются, в лучшем случае, небольшие кучки драгоценных камней: бирюзы, кораллов, сапфира, жемчуга, и т.п. Или же можно использовать лечебные плоды арура и кайюра. Также можно использовать зерна овса, пшеницы, рис, овощи и т.п. В худшем случае в качестве поддержки для визуализации могут быть использованы даже галька, гравий, песок и т.п.

Каков бы ни был материал, из которого сделано основание мандалы, оно должно быть тщательно очищено.

## II МАНДАЛА СВЕРШЕНИЯ<sup>258</sup>

Начните с того, что положите на мандалу свершения<sup>259</sup> пять кучек. Сначала положите в центре маленькую кучку, представляющую будду Вайрочану, окруженного божествами из семейства Будды. Затем положите другую кучку на востоке, то есть ближайшую к себе<sup>260</sup>, символизирующую будду Акшобья, окруженного божествами из семейства Ваджры. Далее поместите последовательно одну кучку на юге, представляющую будду Ратнасамбаву, окруженного божествами из семейства Драгоценности; одну на западе, символизирующую будду Амитабха в окружении божеств из семейства Лотоса; и одну на севере соотносимую с буддой Амогхасиддхи в окружении божеств из семейства Действия.

Можно также представить себе поле заслуг, как это делается при принятии прибежища.<sup>261</sup> Тогда центральная кучка будет представлять Великого Учителя из Уддияны нераздельного с вашим собственным коренным учителем; а все учителя традиции Великого Совершенства расположатся над ним - один над другим, по порядку. Передняя кучка будет представлять Будду Шакьямуни, окруженного тысячью двумя Буддами нашей Благой Кальпы. Кучка справа будет представлять восемь великих Ближайших Сыновей, окруженных благородной сангхой Бодхисаттв, а кучка слева - двух главных Шраваков, окруженных благородной сангхой Шраваков и Пратьекабудд. Кучка позади будет представлять Драгоценность Дхармы в форме сложенных штабелями книг, обрамленных сетью лучей света.

Во всяком случае, поместите мандалу свершения на свой алтарь или в другое подобающее место. Если у вас есть пять подношений, расставьте их вокруг мандалы<sup>262</sup>, а мандалу поместите перед изображением тела, речи и сознания Будды. Если это не выполнимо, можно вообще отказаться от мандалы свершения и ограничиться визуализацией поля заслуг.

## III. МАНДАЛА ПОДНОШЕНИЯ

Держа основание мандалы подношения левой рукой, тщательно протирайте ее нижней частью ладони правой руки, ни на секунду не отвлекаясь от объекта визуализации, и в то же время читая молитву Семи Ветвей.

Протирание мандалы предназначается не только для того, чтобы устранить с основания мандалы грязь. Это также способ направить свои усилия на то, чтобы избавиться от двух омрачений, затуманивающих наше сознание. По преданию, великие мастера Кадампы протирали свои мандалы нижней стороной ладони, пока не облупливалась кожа и не появлялись раны. Тогда они продолжали делать то же самое боковой частью запястья. Когда же раны появлялись и там, они действовали взамен тыльной частью запястья. Итак, протирая основание мандалы, не пользуйтесь шерстяной или хлопчатобумажной тканью, но действуйте лишь своим запястьем, как это делали в прошлом великие мастера Кадампы.

Раскладывая кучки на основании мандалы, читайте молитву, известную как *Тридцать семь элементов мандалы*, составитель которой Чогьял Пакпа был Защититель существ из школы Сакья. Этот метод легко выполним и потому принят без какого-либо различия всеми традициями как Старой так и Новой школы. Здесь мы начинаем подношение мандалы точно также же образом, ибо это и наша традиция.

Как Старая школа, так и Новая школа имеют в своем арсенале множество других методов подношения мандалы в соответствии со сложившимися в каждой из них традициями. В сущности, каждое духовное сокровище школы Ньингма (Старой школы) имеет свою систему подношения мандалы. Также и в нашей собственной традиции существует множество подробных молитв подношения мандалы трех кай, которым обучал в различных *Сердечных сущностях*<sup>263</sup> Всеведущий Лонгченпа Вы можете выбрать любую их них.

### **1. Подношение мандалы в тридцать семь элементов**

Начните с чтения мантры:

Om Vajra Bhumi Ah Hum

Держа мандалу в левой руке, окропите ее ароматной водой, содержащей bajung.<sup>264</sup> Затем захватите несколько зерен большим и четвертым пальцами правой руки. Произнося:

Om Vajra Rekhe Ah Hum

поверните основание мандалы по часовой стрелке и положите зерна в центре. Если у вас есть в распоряжении готовая «ограда железных гор»<sup>265</sup>, ее следует использовать сейчас.

Читая:

*Гора Меру, королева гор*

поместите в центре большую горсть зерна. Чтобы разместить четыре континента, читайте

*На востоке Пурвавидеха...*

и поместите кучку на востоке - это может быть либо в той части, которая обращена к вам, либо на противоположной стороне мандалы, обращенной к тем, кому вы делаете подношение<sup>266</sup>; а затем по часовой стрелке, начиная с востока, поместите три кучки,

соответствующие трем другим континентам.

Для субконтинентов - Деха, Видеха и т.д. - поместите последовательно по одной кучке с каждой стороны от континента.

Затем поместите Драгоценную гору на востоке; Дерево, исполняющее желания, на юге; корову, приносящую неиссякаемый поток молока, на западе и самопроизвольно родящий урожай на севере. Далее поместите в трех точках, отмечающих страны света, а также в трех промежуточных точках Семь атрибутов монаршего величия и Ларец с несметным богатством.

Далее в точках, отмечающих каждую из сторон света, поместите одну из четырех богинь внешнего подношения, начиная с богини красоты; а в четырех промежуточных точках поместите четырех богинь внутреннего подношения, начиная с богини цветов.

Поместите солнце на востоке и луну на западе; Драгоценный навес на юге и знамя Победы всех направлений на севере.

Читая:

*Все без изъятия богатство богов и людей. .*

разложите поверх всего этого зерна, так чтобы совершенно не осталось свободного места. Если у вас есть какое-либо украшение, венчающее мандалу, используйте его сейчас. Читайте :

*Я подношу эту мандалу всем достославным и великим  
коренным учителям линии передачи, а также всем  
буддам и бодхисаттвам*

В этот момент некоторые добавляют слова:»(мандалу)  
*с виду завершенную, без каких-либо изъянов*»; однако, по словам моего учителя, эти слова отсутствуют в первоначальном тексте и являются добавлением к нему.

Что касается визуализации к каждому из упомянутых пунктов, мой учитель ничего больше этого во время учения не говорил; поэтому и я ничего больше об этом здесь писать не буду. А те, кто хотели бы знать частности, должны обратиться к *Подробному комментарию свода всех значений*, как это рекомендуется в основном тексте, вводящем эти предварительные упражнения<sup>267</sup>.

## **2. Подношение мандалы трех кай согласно этому тексту**

### **2.1 ОБЩАЯ МАНДАЛА<sup>268</sup> НИРМАНАКАЙИ**

Мир составляют четыре континента, - которые упоминались выше при объяснении расположения кучек на основании мандалы,- с горой Меру в центре и сферами богов царства Браммы над ней. Тысяча таких миров образуют то, что называется «исходная вселенная в тысячу миров». Тысяча таких вселенных в тысячу миров, каждая со своими четырьмя континентами, образуют так называемую «среднюю вселенную в миллион миров». Тысяча таких средних вселенных в миллион миров образует «большую вселенную в миллиард миров». Каждая такая вселенная в миллиард миров со своими четырьмя континентами является сферой действия одного Проявленного Тела будды, - будды Шакьямуни, к примеру, - которую именуют Вселенной Долготерпения<sup>269</sup>.

Представьте себе самые уникальные сокровища, какие только можно найти во всех этих бесчисленных и необозримых мирах. , - как, скажем, семь атрибутов монаршей власти и тому подобное, безотносительно к тому, являются ли они чьей-либо собственностью. Добавьте к этому свое тело, свои богатства, жизнь, удачу, власть, силу, а также

ваши главные заслуги - те, что уже накоплены или накапливаются в настоящее время, или будут накоплены в будущем, - и присовокупите к этому все, что приносит благополучие и счастье. Сложите вместе все это самое драгоценное и самое желанное и поднесите полнотью, ничего не утаивая и не испытывая ни малейшего сожаления или хотя бы крупицы сожаления, своему учителю и божествам нарманакайи. Таково подношение общей мандалы нирманакайи.

## 2.2 ОСОБАЯ МАНДАЛА САМБХОГАКАЙИ

В дополнение к этому представьте себе бесконечность небесных сфер и неведомые замки в пяти грандиозных Полях Будд<sup>270</sup>, к тому же приукрашенные присутствием богини красоты и множества других богинь, предлагающих органам чувств все, что доставляет наслаждение. Поднесите все это своему учителю и божествам самбогхакайи. Таково подношение особой мандалы самбогхакайи.

## 2.3 ИСКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ МАНДАЛА ДХАРМАКАЙИ

На основание мандалы, представляющей безначальное абсолютное пространство, поместите кучки, представляющие четыре воззрения и все возникающие мысли. Сделайте из них приношение вашему учителю и божествам дхармакайи. Таково подношение исключительной мандалы дхармакайи.

Совершая подношение мандалы трем кайям, следует отчетливо помнить данные указания к садхане и с самозабвенной преданностью повторять молитву, начинающуюся словами:

*От ah hut,. Великую вселенную в миллиард миров. . .*

Когда считаете число сделанных подношений, держите основание мандалы в левой руке и, сохраняя на мандале то, что было сделано ранее, добавляйте правой рукой одну кучку каждый раз, когда читаете молитву.

Настойчиво практикуйтесь в этой практике; прекращайте его лишь тогда, когда левая рука от боли больше не в состоянии держать основание мандалы. «Выносить тяготы и проявлять отвагу и решимость во имя Дхармы» не значит лишь практиковаться даже без еды<sup>271</sup>. Это означает всегда, невзирая на обстоятельства быть полным решимости довести любое, самую трудную практику до конца. Если будете практиковаться таким образом, ваше терпение и упорство принесут вам огромное накопление заслуг.

Если решительно больше не можете держать в руке мандалу, положите ее на стол или другую опору и продолжайте отмечать кучками подношения, ведя им счет. Делая перерыв чтобы, например, выпить чашку чая, соберите все свои подношения и, возвращаясь к упражнению, начните снова с мандалы в тридцати семь элементов, а потом уже продолжайте как прежде.

Вы должны непременно сделать, по крайней мере, сто тысяч таких подношений. Если вы не в состоянии сделать такое число подношений, поднося все время подробную мандалу трех кай, можно делать взамен подношение мандалы в семь элементов<sup>272</sup>, начав с чтения стиха:

*Основание мандалы очищается ароматной водой...*

В какой бы форме вы ни делали подношение, очень важно, - как при выполнении всякой другой садханы, - неизменно опираться на три высших метода. Начните с порождения бодхичитты, проводите практику без концептуализации и в конце подобающим образом скрепите садхану посвящением заслуг.

Если при подношении мандалы вы используете ячмень, пшеницу или другие злаки, стремитесь, если позволяют средства, не пользоваться зерном им дважды, но каждый раз менять его. То, что было употреблено для подношения ранее, можно отдать птицам, раздать нищим или же сложить перед изображением Трех Драгоценностей. Но не следует считать это зерно своей собственностью и использовать его для своих нужд. Если ваши ресурсы недостаточны, чтобы менять зерно каждый раз, делайте это так часто, как можете это себе позволить. Если вы очень бедны, можно использовать одну и ту же меру зерна снова и снова.

Сколь бы часто вы ни меняли зерно, очищайте его перед подношением, выбирая все инородные предметы: пыль, мусор, солому, птичьи испражнения и т.п., и смачивайте шафрановой или другой ароматной водой.

Хотя в наставлениях разрешается подносить землю и камни, но это делается лишь ради блага тех бедняков, у которых решительно ничего нет, а также для людей с высшими способностями, чье сознание в состоянии создать из одной частицы пыли столько чистых земель, сколько частиц пыли содержится во всей Вселенной. Если же у вас есть все, что необходимо, но вы неспособны с этим расстаться и отдать в качестве подношения, и вы утверждаете, приводя убедительные и правдоподобные доводы, - в которые даже и сами верите - что вы, будто бы, используете в качестве подношений мантры и визуализацию, то вы самих себя обманываете.

Кроме того, во всех тантрах и в основных указаниях говорится об «очищенных, чисто подготовленных подношениях» и о

«чисто подготовленных объектах подношения». Никогда не упоминается о «грязных подношениях, подготовленных в грязи».

Поэтому никогда не пользуйтесь отходами от еды, а также едой зараженной скаредностью или с примесями грязи. Не стремитесь использовать лучший ячмень для себя, а оставшийся для подношений или для приготовления цампы для торм. Старые мастера Кадампы имели обыкновение говорить:

Не следует сохранять лучшее для себя и подносить  
заплесневелый сыр и гнилые овощи Трех Драгоценностям.

Не делайте тормы и лампы для подношения со старым маслом или из испорченных продуктов и оставлять все лучшее для собственного потребления. Это окажет пагубный эффект на ваши заслуги.

Когда лепите шельце<sup>2 15</sup> или тормы, подготавливайте массу такой консистенции, какая понравилась бы вам, если бы вы готовили все это для себя. Не следует добавлять много воды только потому, что это облегчит вашу работу.

Атиша любил говорить: «Эти тибетцы никогда не разбогатеют; они слишком разжижают водой массу для торм.»

Он также имел обыкновение говорить: «В Тибете, чтобы успешно собирать заслуги, достаточно подносить воду. В Индии, из-за жары, не найти такую чистую воду как в Тибете».

Поднесение чистой воды - это очень эффективный метод накопления заслуг, если делать это с должным прилежанием. Очистите семь небольших чаш или других сосудов для приношений и расположите их в ряд, не слишком близко и не слишком далеко одну от другой. Чаши должны располагаться по прямой линии, так чтобы ни одна не выступала за ее пределы. В воде не должно быть ни зерен, ни волос, ни пыли, ни плавающих насекомых. Осторожно налейте воду в чаши, - не слишком много и не слишком мало, - стремясь при этом не проливать воду на стол подношений. Это приятный и



привлекательный способ делать водные подношения.

В *Молитве о благих деяниях* упоминается о приношениях «совершаемых на особый возвышенный манер». Если готовя всякое подношение и раскладывая его, вы заботитесь также о том, чтобы оно было красивым, приятным на вид, вы тем выказываете уважение Буддам и Бодхисаттвам, и это принесет вам огромные заслуги. Поэтому старайтесь именно так и поступать.

Если у вас недостаточно средств или по другой причине вы не можете поднести что-либо приятное на вид, не будет ошибкой поднести что-либо грязное или низкого качества, при условии что ваши намерения будут совершенно чистыми. Буддам и Бодхисаттвам не ведомо деление на чистое и грязное. Существует рассказ о нищенке по прозвищу Деревенская Метельщица, которая поднесла Будде масляную лампу. Есть также рассказ о прокаженной, поднесшей Махакашьяпе миску рисового супа, который ей удалось выпросить. Когда она протягивала Махакашьяпе миску с супом, туда упала муха. Прокаженная пыталась достать муху, но тогда в суп отвалился один из ее изъеденных проказой пальцев. Видя ее доброе намерение, Махакашьяпа выпил суп, насытивший его на весь день, и прокаженная была этим весьма счастлива. Она переродилась в небесной сфере Традцати Трех.

Итак, когда вы подносите мандалу, все, что вы использовали для этого, должно быть чистым и выглядеть привлекательным, а ваши намерения должны быть абсолютно чистыми.

Ни на одном этапе Пути не следует отказываться от таких упражнений как подношение мандалы, ибо необходимо постоянно стремиться скапливать заслуги. Как говорится в тантрах:

Никакие свершения невозможны без накопления заслуг:  
прессуя песок, не получишь масло

Рассчитывать добиться свершений без накопления заслуг - все равно что пытаться получить растительное масло, прессуя прибрежный песок. Сколько бы миллионов зерен песка вы ни спрессовали, не получите ни единой капли масла. А стремиться обрести свершения через накопление заслуг подобно тому как выдавливать масло из зерен сезама: чем больше зерен прессуете, тем больше масла получаете; и даже одно зерно, раздавленное на ногте пальца, оставляет маслянистый след. Вот еще одно подобного рода изречение:

Рассчитывать на свершения без накопления заслуг,  
Подобно тому как взбивать воду, надеясь получить  
масло.  
Накапливать заслуги чтобы обрести свершения,  
Подобно тому как взбивать молоко чтобы получить  
масло.

Достижение конечной цели, высшего свершения также, несомненно, являются плодом завершения двух накоплений.

Как упоминалось выше, невозможно обрести двойную чистоту Буддовости, не завершив накопления заслуг и мудрости. Нагарджуна говорит:

Благодаря этим позитивным действиям могут все  
существа  
Завершить накопление заслуг и мудрости

И достичь две высшие кайи, которые являются  
Плодом этих заслуг и мудрости.

По завершении накопления заслуг, в котором отводится место концептуальным представлениям<sup>273</sup>, вы постигаете высшую рупакайю. По завершении накопления мудрости, лежащей за пределами концептуальных представлений, вы постигаете высшую дхармакайю.

Преходящие и мирские достижения также являются следствием накопления заслуг. Без заслуг любые, даже самые грандиозные усилия будут бесплодными. У некоторых людей, благодаря тому количеству заслуг, которые они накопили в прошлом, в настоящее время всегда вдоволь еды, денег и имущества, хотя они не делают для этого ни малейших усилий. В то время как другие всю жизнь выбиваются из сил, стремясь разбогатеть на торговле, сельском хозяйстве и прочем; но это не приносит им ни малейшей пользы, и они умирают от голода. Это общеизвестный факт.

То же самое происходит, когда поклоняются богиням богатства, защитникам Дхармы и другим, рассчитывая достигнуть соответствующих результатов. Эти божества не смогут ничего нам пожаловать, если мы не аккумулировали в прошлом актов щедрости.

Был однажды отшельник, которому не с чего было жить, и тогда он стал выполнять практику Дамчена<sup>274</sup>. Он стал таким экспертом в этой практике, что мог бы вести беседы с Дамченом как будто он был живым существом. И тем не менее это ничего ему не дало.

Вот что сказал ему Дамчен: «Я не могу ничего тебе пожаловать, потому что в твоём прошлом нет ни малейших следов какой-либо щедрости.<sup>275</sup>»

Однажды отшельник ходил с группой нищих и ему дали миску, полную супа. Когда он вернулся к себе, ему явился Дамчен и спросил его:

«Ты отдаешь себе отчет в том, что сегодня ты получил даяние от меня?»

«Но ведь все нищие получили по миске супа, не только я, - сказал отшельник. «Как я могу знать, что это пришло от тебя.»

«Когда ты получал суп, - отвечал Дамчен, - в твою миску упал кусок жира. Вот это было даяние от меня.»

Невозможно избавиться от бедности, призывая богатство в садханах или совершая ритуалы, если не накоплены заслуги в прошлой жизни. Если бы земные боги благоденствия были в состоянии одаривать нас богатством, то будды и бодхисаттвы, которые обладают в сотни и тысячи раз большей властью и способностью творить чудеса и которые полностью посвящают себя помощи существам, не дожидаясь их молений, обрушили бы на мир такое изобилие, что со всякой бедностью было бы тут же покончено. Но это не так.

Поскольку все, чем вы располагаете, является исключительно следствием заслуг, накопленных в прошлом, мельчайшая заслуга имеет большую ценность, чем тонна усилий. В наше время люди бывают удивлены, обнаружив в этом варварском мире хотя бы самое малое богатство или признаки власти. А между тем для этого не требуется накопления большого количества заслуг. Только одно подношение, при условии что намерения подносящего и объект подношения являются чистыми, дает нам в качестве примера рассказ о Мандхарти.<sup>276</sup> Поднеся семь фасолин, он обрел власть над всем, что существует вплоть до небесной сферы Тридцати Трех. Также существует рассказ о правителе Прасенайте, власть которого была следствием того, что он преподнес одну тарелку горячей еды без соли.

Когда Атиша прибыл в Тибет, страна была намного богаче и больше размером, чем в наши дни. И тем не менее он сказал:

«Поистине, Тибет - это край, в котором города сплошь населены голодными духами. Не вижу здесь никого, кто пожинал бы плоды подношения чистому объекту хотя бы одной меры ячменя.»

Если люди приходят в восторг и удивление от минимальных признаков власти или любой материальной собственности, это демонстрирует, во-первых, их узколобость; во-вторых, сколь сильно они привязаны к тривиальным видимостям; и,

в-третьих, их неспособность понять множющийся эффект действий, что было показано выше на примере зерна дерева ашота. Или же можно предположить, что они понимают это, но в это не верят.

Однако всякий, кого отличает искреннее стремление достичь освобождения, знает, что все видимые свершения: богатство набоба, недостижимо-высокое положение в обществе, громоподобная власть, ослепительная красота не имеют ни малейшей постоянства, стабильности или смысла. Все это должно вызывать лишь отвращение, какое испытывает больной печенью при виде жирной еды.

Стремление накапливать заслуги в надежде обогатиться подобает людям мирским и ограниченным, но это далеко стоит от подлинной Дхармы, в основе которой лежит решимость освободиться от сансары. Как уже не раз упоминалось, если вы ищете подлинную Дхарму, ведущую к освобождению, вы должны отбросить - словно плевок в придорожную пыль - все мирские привязанности. Вы должны покинуть родные края и направиться в незнакомые земли, где вам следует всегда оставаться в уединенных местах. Вы должны практиковаться

с радостью, когда больны, и чувствовать себя счастливыми перед лицом смерти.

Ученик бесподобного Дакпо Ринпоче однажды спросил его:

«В эти ущербные времена трудно найти еду, одежду и все необходимое чтобы практиковаться в истинной Дхарме. Что же мне делать? Должен ли я попытаться умиловить божества, благоденствия или найти способ извлекать сущности<sup>277</sup>, или покориться неминуемой смерти?»

«Если ты не проявлял щедрости в прошлом, - отвечал учитель, - как бы ты ни старался, тебе будет трудно умиловить эти божества и получить богатство. К тому же стремление обогатиться противоречит подлинной практике. Дхармы. Извлечение сущностей вещей не является в наши дни тем, чем оно было в восходящий период кальпы<sup>278</sup>, то есть до того как сущности земли, камней, воды, растений и прочего распались. В наши дни это было бы бесполезно. Покориться неминуемой смерти также не решение. Потом будет трудно снова получить человеческое воплощение со всеми свободами и преимуществами, какими сейчас располагаешь. Однако, если ты в состоянии искренне практиковаться, не заботясь о собственной смерти, тогда у тебя никогда не будет недостатка в еде и одежде.»

Нет примеров, чтобы практикующий умер от голода. Будда говорил, что даже в ту эпоху, когда дороговизна была так велика, что за небольшое количество муки приходилось платить таким же количеством жемчуга, ученики Будды никогда не испытывали недостатка в еде и одежде.

Вся практика бодхисаттв с целью накопить заслуги и мудрость и рассеять омрачения имеют лишь одно назначение: принести благо всем существам, обитающим в пространстве - даже в самых отдаленных его частях. Желание обрести совершенную Буддовость для своего собственного блага, - уже не говоря о действиях, направленных на достижение неких целей в этой жизни, - не имеет ничего общего с Великой Колесницей. В чем бы вы ни практиковались, - будь то накопление заслуг и мудрости или очищение от омрачений, - это должно выполняться исключительно ради блага всех бесконечных существ и не смешиваться с какими-либо эгоистическими устремлениями. Это, поистине, крайне важно. В таком случае в качестве побочного эффекта появляются сами

собой, без всякого участия с вашей стороны, благополучие и счастье - подобно тому как, если раздуваешь огонь, появляется дым, а если сеешь зерна, появляются ростки ячменя. Но отбросьте словно яд даже и мысль о том, чтобы сознательно искать все эти блага.

## ГЛАВА 5

### **НАКОПЛЕНИЕ КУСАЛИ: УНИЧТОЖАЕНИЕ<sup>279</sup> ОДНИМ УДАРОМ ЧЕТЫРЕХ ДЕМОНОВ**

Ниже описывается краткая практика подношения собственнoго тела, именуемое накопление *Кусали*. Обычно эта практика выполняется вместе с Гуру - Йогой, ибо так это представлено в *Нахождении Покоя в Природе Сознания*. Но также вполне возможно и допустимо проводить накопление *Кусали* как часть накопления заслуг в сочетании с подношением мандалы. Именно таким образом, что полностью соответствует устной традиции, эта практика излагается в данном тексте.

#### 1. ТЕЛО КАК ОБЪЕКТ ПОДНОШЕНИЯ

Слово *кусали* означает «нищий». Ввиду отсутствия какой-либо собственности для подношения, отрешившиеся от мирской жизни йоги, - как, например, живущие в горах отшельники, - имели обыкновение при накоплении заслуг и мудрости представлять себе в качестве объекта подношения свое собственное тело.

Все другие материальные вещи, которыми мы себя окружаем, тщательно и упорно их собирая, предназначены для ухода за своим телом. Так что по сравнению со всякой другой собственностью наше тело, - это, без сомнения, то, чем мы более всего дорожим. Поэтому пресечение привязанности к своему телу и использование его в качестве объекта подношения<sup>280</sup> является более благотворным, чем всякое другое подношение. Как говорится

Подношение лошади или слона во сто раз лучше  
других подношений;  
Подношение детей и жены лучше этого в тысячу раз  
Подношение своего тела лучше во сто тысяч раз.

А Мачик Лабдрон говорит:

Не ведая, что подношение своего тела без  
привязанности.  
Приносит накопление заслуг и мудрости,  
Я цеплялась за это столь обожаемое тело<sup>219</sup>.

В этом я исповедуюсь Матери <sup>220</sup> нирманакайе.

## II. ПРАКТИКА ПОДНОШЕНИЯ ТЕЛА

Для начала, если вы искушены в визуализации, устремите свое сознание в пространство и представьте себя там в облике Кроухакали ( Гневной Матери)<sup>221</sup>. Или же представьте в своем сердце сущность своего сознания в облике Гневной матери. Она балансирует в танце и облечена в одежды гневной богини. Правой рукой она размахивает в воз-духе кривым ножом, а в левой держит на уровне сердца череп-ную чашу, наполненную кровью. Из-за ее правого уха выгля-дывает голова визжащей черной сви-ньи.

Едва вы произносите слог «phet»<sup>222</sup>, как Гневная Мать устремляется по центрально-му каналу вверх. Как только она выскакивает из открытия Браммы на темени, ваше тело обращается в труп и падает как подкошенное. С этой минуты это тело утрачивает опре-деленный облик: оно толстое, жирное и необъятное, размером со всю Великую Вселен-ную в биллион миров.

Черная Гневная Мать, в форме которой вы себя представляете, одним ударом кри-вого ножа в правой руке срезает с безжиз-ненного тела на уровне бровей черепную ко-робку чтобы сделать из нее капалу. Эта капала размером также равна всей Великой Все-ленной в биллион миров. Гневная Мать берет левой рукой капалу и ставит ее, повернув передней частью к себе, на треножник, составленный из трех человеческих черепов, каждый размером с гору Меру. Затем кривым ножом в правой руке она поднимает труп и кладет его в капалу.

Теперь представьте себе в пространстве над капалой белый слог *hum*, природа ко-торого нектар, а под капалой красную верикальную черту от слога А<sup>223</sup>, природа кото-рого огонь.

*hum* вертикальная черта А

При звуках *om ah hum* в вертикальной черте А вспыхивает огонь; он подогревает труп и тот с потрескиванием расплавляется в нектар, который кипит и заполняет капа-лу до краев. Вся грязь и нечистоты выходят из нектара в виде пузырей и пены. Пары, поднимающиеся от нектара, достигают слога *hum*, который накаляется от соприкосно-вения с ними. Из *hum* вырываются потоки белого и красного нектара, которые стекают вниз и необратимо смешиваются внутри капалы. В конечном итоге, слог *hum* разлага-ется в свете и также необратимо смешивается с нектаром в капале.

Представляя себе эту картину, читайте

*Phet! Освобождаясь от привязанности к этому телу...*

Затем, повторяя *om ah hum*, представляйте себе, что *om* очищает нектар от всех при-месей по цвету, вкусу, запаху и пр.; *om ah* многократно увеличивает его в объеме; а *hum* преоб-разует его во все то, о чем можно пожелать. Он приобретает свойства незапят-нанно чистого нектара<sup>281</sup> первозданной мудрости, который предстает в виде расходя-щихся во все стороны облаков, способных удовлетворить все мыслимые желания.

Представьте себе в пространстве перед собой трон со множеством шелковых поду-шек, на котором восседает собст-венной персоной ваш великодушный коренной учи-тель. Над ним располагаются учителя его школы, вокруг него все йидамы; а ниже, в пространстве над капалой, Семьдесят пять Достослав-ных Защитников<sup>225</sup> и множество других защитников Дхармы - защитители мудрости и защитники, связанные силой своих

прошлых действий; а также местные божества и духи -владельцы этих мест.

Представьте себе под капалой все существа из шести сфер существования во всех трех мирах, среди которых вашими главными приглашенными являются восемьдесят разновидностей творителей препятствий; пятнадцать великих демонов, нападающие на детей; и, в довершение, все творители препятствий, связанные с вами кармическими долгами. Все они кишат вокруг, словно частицы пыли в лучах солнца.

### **1. Белое пиршество для приглашенных сверху**

Теперь представьте себе, что ваш коренной учитель, учителя школы и все собравшиеся над вашей головой будды и бодхисаттвы всасывают нектар языками, имеющими форму полой трубки в виде ваджры<sup>26</sup>. В результате вы завершаете накопления, освобождаетесь от омрачений, ваши нарушения и прорывы самайи очищаются и вы обретаете ординарные и высшие свершения (сиддхи).

Йидамы и божества четырех и шести классов тантр, окружающие учителя, также всасывают нектар языками в виде полой трубки, соответствующими по форме символу, связанному с данным божеством, то есть имеющими форму ваджры, колеса, драгоценности, лотоса или крестообразной ваджры<sup>3</sup>. В результате вы завершаете накопления, освобождаетесь от омрачений, ваши нарушения и прорывы самайи очищаются и вы обретаете ординарные и высшие свершения (сиддхи).

Даки, дакини, Семьдесят пять Достославных Защитников и все другие защитники Дхармы также получают через полые языки в форме солнечных лучей свою долю нектара. Вы же завершаете накопления и освобождаетесь от всех омрачений. Рассеиваются все препятствия и обстоятельства, препятствующие Дхарме и обретению Прозрения; множатся все благоприятные обстоятельства и все благое, к чему вы стремитесь.

### **2. Белое пиршество для приглашенных снизу**

Затем, если вы искушены в визуализации, продолжайте видеть себя в облике Гневной Черной Матери и исторгайте из своего сердца, - словно тысячи танцующих в лучах солнца пылинок, - множество белых, желтых, красных, зеленых, синих дакини действия. Вообразите, что они доставляют радость и приносят покой всем существам из всех шести сфер в трех мирах, предлагая каждому из них капалу, наполненную чистой-шим нектаром первоизданной мудрости.

Если вы не слишком привычны к визуализации, вообразите себя в облике Черной Гневной Матери и используйте капалу, которую вы держите в левой руке, чтобы набирать нектар из большой капалы и орошать им, словно дождем, шесть сфер в трех мирах. Все существа его пьют и получают полное уболагодворение.

### **3. Многоцветное пиршество для приглашенных сверху**

Снова из паров, поднимающиеся от капающего нектара, образуются облака с необозримыми подношениями, которыми вы одариваете гостей сверху. Это свежая вода для питья и для омовения ног, цветы, благовония, лампы, ароматические притирания, еда и музыка, восемь благоприятных символов и семь атрибутов королевской власти, зонты, победные знамена, балдахины, золотые колеса о тысяче спиц, закрученные напрова белые раковины и многое другое. В результате этого вы и все существа завершают накопления и очищаются от всех омрачений.

### **4. Многоцветное пиршество для приглашенных снизу**

Затем на все существа в шести сферах существования низвергается, словно дождь, все, чего бы каждый из них ни пожелал, наполняя их всех чувством удовлетворения и радостью.

Подумайте, в особенности, о всех тех существах, которым в течение всех своих жизней с безначальных времен сансары

вы остались должны. Своими прошлыми действиями мы накопили различного рода долги: долги, которые укорачивают нашу жизнь, ибо мы совершали убийства; долги, которые влекут за собой бедность, ибо мы воровали; долги, которые вызывают наши бесконечные болезни, ибо мы унижали и избивали других; долги за помощь, которую нам оказывали вышестоящие, и за услуги, которые нам предоставляли нижестоящие<sup>27</sup>, и за дружбу тех, кто был равен нам; долги нашим повелителям и нашим подвластным; долги нашим любимым, друзьям, подопечным, детям, домашним животным; долги за еду, которую мы ели; и за одежду, которую мы носили; и за деньги, которые нам ссужали; и за молоко, которое для нас доили; и за грузы, которые для нас перевозили; и за поля, которые нам позволяли обрабатывать; и за все другое, чем мы пользовались.

Все эти кармические кредиторы в мужском и женском обличи жаждут отмщения на вашей плоти и ваших костях; они укорачивают вашу жизнь и отнимают у вас жизненную силу.

Все они, держа свои контейнер, толпятся вокруг вас, преследуют вас, требуют уплаты долгов. Подношение преобразуется в неистощимую сокровищницу всего, чего можно пожелать. Оно изливается на них дождем, щедро одаривая каждого тем, чего он жаждет: приносит еду тем, кто мечтает о еде; одежду тем, кто хочет получить одежду; богатство тем, кто стремится к богатству; сады, лошадей, дома, друзей, любимых и пр. тем, кто этого желает.

Коль скоро они ублажены тем, что получили, вы освобождаетесь от кармических долгов. Счеты сведены. Вы спасены от этих беспощадных мстителей. Все ваши неблагоприятные действия и омрачения очищены. Все полностью удовлетворены и счастливы.

Затем вообразите, что для всех, кто остался позади, - для униженных, слабых, калек, слепых, глухих, немых и для всех существ в шести мирах, измученных и исторченных страданиями, - приношение обернулось тем, чего они желают: прибежищем для тех, у кого нет крова; защитой для тех, кто беззащитен; дружеской помощью для тех, у кого нет поддержки; любимыми и друзьями для тех, кто одинок; местом в обществе для тех, кто его лишен; лекарством для больных, спасительным эликсиром для умирающих, чудесными ногами для калек, глазами мудрости для слепых, безупречным слухом для глухих, языками высшего знания для немых<sup>28</sup> и т.д. Эти существа наслаждаются полученным и испытывают удовлетворение, ибо они освободились от всех кармических следствий, от страданий и привычных склонностей в шести сферах существования.

Все мужи достигают возвышенного состояния Авалокитешвары; все жены достигают состояния почитаемой Тары, и все три мира сансары обретают полное освобождение.

Продолжайте читать «om ah hum», пока не дойдете до конца этой визуализации. Затем читайте:

*Phet!* Приглашенные на подношение сверху

до слов:

... истинное Великое Совершенство. *Ah!*

Затем оставайтесь в этом состоянии за пределами представлений «подношение», «подносящий», «получающий подношение».

В текстах Чё (Cho) обычно упоминаются четыре пиршест-ва: белое, красное, многоцветное и черное. В этом тексте названы только белое и многоцветное пиршества, но нет ни красного, ни черного.

Те, кто в наши дни похваляются своей принадлежностью к приктикующим Чё, трактуют эту практику как устрашающий процесс уничтожения злых духов, которых они убивают, разру-бают, разрывают на части, избивают или вышвыривают. В их представлении Чё предполагает постоянное пребывание в состоянии гнева, негодования. Их бравада ничто иное как про-явление ненависти и гордыни. Они воображают, что должны вести себя как приспешники Владыки Смерти. Например, когда они совершают службу для больного, они изображают ярость: смотрят в упор выпученными глазами, в которых изображается ненависть, сжимают кулаки, прикусывают нижнюю губу, бьют направо и налево и обхватывают бооьного с такой яростью, что разрывают у него на спине одежду. Они называют это покорение духов, однако же практиковтсья в Дхарме таким образом - это грубейшая ошибка. Вот что говорит Мачик Лабдрон:

С безначальных времен, вследствие своей негативной кармы и влекомые ветром неблагоприятных обстоятельств, злые духи жили в бесконечном вихре галлюцинаций и страданий. Умирая, они неизменно погружаются в глубины низших сфер. Я вылавливаю этих злых духов крючком сос-традания. Я подчую их своей теплой плотью и кровью и предлагаю любовь и сострадание бодхичитты, трансфор-мируя таким образом их восприятие вещей и обращая их в своих учеников. Эти злые духи являются моим трофеем, выловленным крючком сострадания. Но в будущем главные адепты Чё будут похваляться тем, что убивают злых ду-хов, вышвыривают их и избивают. Это будет знаком того, что наваянные демонами ложные доктрины Чё разраста-ются и ширятся.

Предсказанные Мачик Лабдрон ложные направления в развитии Чё, проявившиеся в таких ритаулах как Девятикрат-ный Черный Чё, являются исключительно результатом пред-ставления, что можно подчинить духов силой, не проявив к ним ни любви, ни сострадания бодхичитты.

Тому, кто руководствуется этими рекоменациями, возмож-но, удастся подчинить одного или двух незначительных духов; но если придется встретиться с особенно злокозненными, то - как это уже неоднократно случалось - они могут в отместку покушаться на вашу жизнь.

Тому, кто со всей искренностью стремится покорить злого духа и уже усматривает, скажем, некоторые приметы снизо-шедшего на него благословения, бывает крайне затруднительно определить, имеет ли он дело с подлинными знаками продвиже-ния на Пути или же с препятствиями, воздвигнутыми злыми силами.

Обычно люди, одержимые злыми духами, обладают, по видимости, сверх естественными умениями и ясновиде-нием. Но с течением времени они все больше и больше отходят от истинной Дхармы, так что. в конечном счете. в них не остается ни крупицы благодсти. Горы подношений, которые, быть может, растут перед ними, лишь увеличивают их карми-ческий долг в будущем и не приносят им никакого блага также и в настоящем. Они дойдут до того, что у них не будет необходимой еды и одежды. А если бы и было, они не смогли бы этим воспользоваться. Когда они умрут, они, безусловно, переродятся в каком-либо кратковременном аду или же в другой подобной сфере из тех, что были упомянуты выше<sup>2 29</sup>



### Ш З Н А Ч Е Н И Е Ч Ё

Так называемые духи, которые, в соответствии с практикой Чё, должны быть уничтожены, не находятся где-то вне нас. Они в нас. Все наши галлюцинации, которые мы воспринимаем как духи вне нас, возникают вследствие того, что мы не искоренили самообман<sup>2 30</sup> веры в «я» и в самосущность этого «я». Как говорит Мачик:

Осязаемый демон, неосязаемый демон,  
Демон эйфории и демон самообмана, -  
Все они сводятся к демону самообмана<sup>2 31</sup>

То, что мы называем «дух», является, на самом деле, демоном самообмана, верой в самосущность «я». Мачик также говорит:

«Многочисленные духи» - это концепты,  
«Могущественные духи» - это вера в «я»,  
«Дикие духи» - это мысли;  
Уничтожать этих духов - значит быть адептом Чё.

Вот что говорил Джетсун Мила Великанше с Горы:

Вера в «я» могущественней чем ты, дьяволица;  
Концепты превосходят тебя числом, дьяволица;  
Мысли - дурные привычки извращеннее чем ты,  
дьяволица;

Он также следующим образом классифицировал различные формы Чё:

Внешнее Чё в том, чтобы блуждать по одиноким  
горам и местам, наводящим страх.  
Внутреннее Чё в том, чтобы отдать свое тело  
на пожирание.  
Абсолютное Чё в том, чтобы разом и навсегда  
обрубить корень.  
Я йог, практикующий эти три разновидности Чё.

Стало быть, назначение практики Чё в том, чтобы искоренить веру в «я», которая порождает все нежество и все ложные восприятия. В этом и заключается смысл строки:

«Абсолютное Чё в том, чтобы обрубить корень разом и навсегда.» Злые духи вне нас - это попросту ложные восприятия; и если не покончить со своей верой в «я», никакие попытки разделаться с ними ни к чему не приведут. Избивать их - ничего не дает. Давить их - не способ их уничтожить. Преследовать их - они все равно не исчезнут. Если не обрубить скрытый внутри корень, то есть, ложную веру в существование «я», то избавиться от иллюзорных духов, внешнего проявления этой веры, невозможно - как невозможно избавиться от дыма, не потушив пожара. Великанша с Горы говорила Джетсуну Миле:

Если не знать, что демоны выныривают из  
собственного сознания,  
Тогда кроме меня появятся еще и другие демоны.

Я не уйду просто потому, что мне велят уйти.

А Джетсун Миларепа говорил:

Если принимать демона за демона, тогда он причинит вред;  
Если знать, что демон гнездится в нашем сознании,  
тогда освободишься от него;  
Если видеть демона пустотным, тогда уничтожишь его.

И также:

Вы, предстающие как злые духи и якшасы в мужском и женском обличи,  
Суть демоны, приносящие беды и творящие препятствия,  
Лишь для тех, кто знания лишен.  
Но для тех, у кого знание есть, даже и вы, демоны,  
Суть божества и источник всех постижений.

Чё призвано подрубить корень веры в демонов изнутри, а не убивать их, бить, вышвыривать, давить и уничтожать. Необходимо понять, что разрушать надо не то, что находится сна-ружи, а то, что существует внутри нас.

В большинстве других религиозных традиций обычно учат проявлять по отношению к внешним враждебным силам и творителям препятствий суровость и агрессивность и применять к ним насильственные меры - острия стрел и копий, направленные вовне. Но в нашей традиции это не так. Как говорит Джетсун Мила:

Моя система состоит в том, чтобы искоренить веру в «я»  
и развеять по ветру восемь мирских забот,  
повергнув таким образом в смятение четырех демонов.

Напрвьте свою практику на себя, устремив весь свой напор, силу и умение на искоренение веры в «я». Лучше один раз сказать: «Пожрите меня! унесите меня!», чем сто раз умолять: «Защитите меня! спасите меня!» Отдать себя на съедение ста духам лучше, чем призывать на помощь сто божественных защитников.

Мы доверяем наших больных демонам.  
И поручаем нашим врагам нами руководить.  
Однократное «Пожрите меня! Утащите меня!»,  
Лучше чем стократное «Защитите меня! Спасите меня!»  
Такова традиция почитаемой Матери<sup>232</sup>.

Если вы подорвете корень веры в демонов изнутри, ваши восприятия будут чистыми и, как говорится в изречении:

Демоны обращаются в защитников Дхармы и лицо этих защитников Дхармы становится лицом нирманакайи.

Те, кто объявляют себя сегодня практикующими Чё, пренебрегают это и считают

злых духов чем-то внешним по отношению к ним. Они верят в демонов и воспринимают их как прежде; они видят призраки («гьелгонги») повсюду. Им самим не свойственно спокойствие духа и других они постоянно смущают своими лживыми утверждениями, облакаемыми в форму бравурных и хвастливых выкриков: «Тут наверху дух! И тут внизу другой! А здесь вот призрак! Этот демон! А тот цен! Я его вижу! Я его схватил! Я его убил! Осторожно, тут вас подкарауливает призрак! Я обратил его в бегство! Он оглядывается назад!»

Духи и преты распознают строй мыслей таких людей и повсюду за ними следуют. Они могут, например, войти в тело женщины, легко впадающей в транс, и с назойливым и подкупающим правдоподобием делать разного рода заявления: «Я бог», «я привидение», «я человек, который уже умер» «я ваш старый отец», «я ваша старая мать» и тому подобное. Иногда они объявляют, что являются божеством, защитником Дхармы, Дамченом... и говорят о сверхъестественных видениях или же делают ложные предсказания.

Демоны обманывают лам, а ламы обманывают своих покровителей или, как говорится в пословице:»Сын обманывает отца, а недруги обманывают сына«. Это явные признаки ущербного времени, которые демонстрируют, что демоны берут верх. Как пророчливо предсказал Великий Учитель из Уддияны,

В ущербную эпоху духи в мужском обличи завладеют  
сердцами мужчин;  
Духи в женском обличи завладеют сердцами женщин;  
Домовые завладеют сердцами детей;  
Нарушители самаи завладеют сердцами монахов;  
Дух угнездится в сердцах всех тибетцев.

И также,

Когда домовые будут приниматься за богов,  
В Тибет придет время страдания.

Эти предсказания становятся явью.

Не принимайте иллюзорные внешние видимости богов, духов и творителей препятствий за реальные и достоверные; это придаст им только большую силу. Научитесь воспринимать все как иллюзорные видимости или сон. Как духи, так и больные, временно являющиеся нам как агрессоры и жертвы, возникают вследствие негативной кармы и искаженного восприятия, что делает их сходными. Проявите непредвзятость и не отдавайте предпочтение тем или другим. Генерируйте любовь и сострадание бодхичитты к тем и к другим. Искорените веру в «я» и привязанность к своей персоне, и щедро отдайте в пищу духам свое тело и свою жизнь. Молитесь от всего сердца, чтобы эти духи умиротворили свою ненависть и злонамеренность; чтобы у них появился интерес к Дхарме, и объясняйте им Учение.<sup>233</sup> Когда вы, наконец, обрубите корень всех представлений о добре и зле, о наслаждении и боли, о привязанности и ненависти, о надежде и страхе и покончите с дуалистической верой в «я» и другие, агрессор и объект агрессии, восприятие богов и восприятие демонов, тогда вам откроется, как принято говорить:

Ни бога, ни демона - доверие к Воззрению.  
Ни отвлечения, ни фиксации - ключ к медитации.

Ни приятия, ни отвержения - ключ к действию.  
Ни надежды, ни страха - сущность постижения.

Когда все представления «о том, что режут» и «о том, кто режет» растворяются в необъятном просторе Абсолютной Реальности, где все вещи равны, сидящий в нас вредоносный дух самомнения лишается своего основания. Это знак того, что мы постигли абсолютное и конечное Чё.

*Я понял, что самосущее бытие не существует, но все еще нахожусь во власти грубых представлений «я».  
Я полон решимости отрешиться от дуализма, но меня преследуют надежды и страхи.  
Благослови меня и всех мне подобных, кто верит в эго, чтобы нам было дано осознать Высшую Реальность - отсутствие самосущего бытия.*

## ГЛАВА 6

### **ГУРУ-ЙОГА<sup>234</sup> - ДОСТУП К БЛАГОСЛОВЕНИЯМ, ВЫСШИЙ МЕТОД ПОРОЖДЕНИЯ МУДРОСТИ ПОСТИЖЕНИЯ**

*Поначалу ты следовал своему высшему Учителю и подчинялся ему;  
Затем ты практиковался, принимая на себя огромные тяготы;  
В заключение, твое сознание и сознание Учителя слились воедино и ты стал наследником традиции.  
Несравненный Учитель, я преклоняюсь пред тобой.*

#### 1. ОСНОВАНИЕ ДЛЯ ГУРУ-ЙОГИ

Чтобы практиковаться в истинной Дхарме, очень важно прежде всего найти подлинного духовного друга - учителя, располагающего всеми необходимыми качествами. Далее, вы должны видеть в нем истинного Будду, от всего сердца молиться ему и подчиняться всем его указаниям. Как говорится в одной из сутр:

Лишь через веру постигается абсолютная истина

Атиша говорит:

Друзья мои, пока вы не достигнете просветления, вам необходим учитель, так что следуйте своему высшему духовному другу.

Пока вы не постигнете первозданное состояние, вам необходимо учиться, так что слушайте его наставления.

Все счастье истекает из благословений учителя, так что всегда помните его доброту.

А геше Кхарак Гомчунг говорит:

Следует считать учителя источником всех свершений,  
в миру и вне мирской жизни.

И также:

Знание всей Трипитаки не принесет вам никакой пользы, если у вас нет преданности своему учителю.

Роль учителя чрезвычайно важна, в частности, на всех путях Ваджраяны Секретных Мантр. По этой причине во всех тантрах даются наставления к Гуру-Йоге и утверждается, что эта садхана превосходит все другие упражнения этапов порождения и завершения. В одной тантре говорится:

Подумать всего одно мгновение о своем учителе  
лучше, чем медитировать о ста тысячах божеств  
в течение десяти миллионов калп.

Это особенно применимо к данной колеснице, являющейся Сердечной Сущностью истинного Великого Совершенства и ядром всех наставлений ваджры. Здесь не даются, - как в низших колесницах<sup>235</sup> - наставления о том, что глубокая истина должна быть установлена посредством анализа и логики. И не сообщается, - как в низших тантрах - что необходимо использовать ординарные достижения, чтобы достичь, в результате, высших и конечных свершений. И не подчеркивается<sup>236</sup>, - как в других высших тантрах, - что открыть подлинную первозданную мудрость можно лишь, используя в качестве иллюстрации мудрость третьего посвящения. В данной традиции даются наставления с пылкой преданностью и полным доверием молиться просветленному учителю, чья родословная линия подобна золотой цепи, не тронутой окисью прорывов самайи; доверяться только ему и считать его подлинным Буддой<sup>237</sup>. Тогда ваше сознание полностью сольется с его сознанием. Сила переданных вашим учителем благословений пробудит в вас озарение<sup>238</sup>. Как уже цитировалось выше:

Осознание изначально заложенной в вас абсолютной  
мудрости является плодом  
Благословений просветленного учителя,  
А также предыдущих накоплений и очищения омрачений.  
Знайте, что нет смысла пытаться достичь этого другими  
путями.

А Сараха говорит:

Когда слова учителя проникают в сердце,  
Это подобно сокровищу, вдруг обнаруженному на  
ладони руки.

Всеведущий повелитель Дхармы Лонгченпа в своем  
*Обретение покоя в иллюзии*<sup>2,39</sup> писал:

В практике этапов порождения и завершения освобождение не является плодом избранного пути, но зависит от того, как проводится практика и становятся ли она опытом жизни, который далее углубляется. В Гуру Йоге сам избранный путь ведет к осознанию Высшей Реальности и приносит освобождение. Поэтому Гуру-Йога является самым глубоким из всех возможных путей<sup>2,40</sup>.

В *Тантре обзора самай* говорится:

Подумать о своем учителе всего лишь одно мгновение  
Лучше, чем медитировать в течение ста миллионов кальп  
О божестве, отмеченном большими и малыми знаками.  
Одна молитва, обращенная к своему учителю,  
Ценнее, чем миллион прочитанных строк из  
практики подхода и постижения.

А в *Тантре обзора Ати* говорится:

Тот, кто медитирует о своем щедром учителе  
У себя над головой, в сердце своем  
Или на ладони у себя,  
Обретет свершения тысячи Будд.

Почитаемый Готсанга говорил:

Практика Гуру - Йоги  
кладут конец всем порокам  
и наделяют всеми высокими качествами.

И также:

Ни одна практика этапа порождения и завершения,  
Не превосходит медитацию об учителе.  
Ни одна практика этапа порождения и завершения,  
Не превосходит полное доверие и подчиненность ему.

Дрикунг Кьобпа говорил:

Если на снежной вершине четырех кай учителя  
Не сияет солнце вашей преданности,  
То никогда не откроется поток его благословений.  
Потому стремитесь культивировать в себе  
преданность.

А Джетсун Рангрик Репа говорит:

Не доверяясь полностью учителю, желать,  
чтобы за пределами интеллекта воссияла  
первозданная мудрость,  
все равно что надеяться увидеть солнечные лучи  
в пещере, выходящей на север.  
В таком случае сознание и явления никогда не  
сольются<sup>241</sup>.

Основанная на преданности садхана Гуру - Йоги является уникальным методом, позволяющим извлечь из глубин естества осознание неизменной Абсолютной Реальности. Этого невоз-можно достичь никаким иным методом.

Наропа был пандитом, высоко образованным во всех трех колесницах; а после того как он одолел тиртхиков во всех диспутах, ему была пожалована миссия пандита-защитника северных варот Вакрамашилы. Но однажды дакини мудрости сказала ему:

«Ты великий знаток на словах, а не на деле. Тебе еще необходимо следовать учителю.»

Подчинившись ей, он стал следовать указаниям Тилопы и перенес множество страданий. Но однажды Тилопа сказал ему:

«Несмотря на все мои наставления, ты все еще ничего не понял».

И он ударил его по лбу сандалией. В это мгновение Наропа обрел осознание Высшей Реальности и божественную муд-рость, равную мудрости его учителя<sup>282 283</sup>.

Также говорят, что Нагабодхи обрел высшее постижение, подобрав и проглотив сопли, которые обронил благородный мастер Нагарджуна.

А Ригдзин Джигме Лингпа говорит так:

Когда я увидел писания второго Будды Лонгченпы, меня сразу осенило, что он Будда; и я стал истово ему молить-ся. Он пришел ко мне в видении и принял меня. Ко мне спонтанно пришло озарение, и с того дня я смог давать наставления более чем ста ученикам. Наиболее прилеж-ные из них не продвинулись бы дальше концентрации в мирских делах. Наиболее умные затерялись бы в интел-лектуальных умствованиях. Все они смогли осознать Абсолютную Истину лишь потому, что их направляла и уравновешивала сила их преданности.

Находясь в ссылке в Гьялмо Цаваронг, великий переводчик Вайроцана обучал старого Пэма Мипама Гонпо как следовать путем благословений учителя. Мипаму Гонпо было тогда восемьдесят лет и от возраста он одеревянял. Поэтому Вайро-цана закрепил его тело в вертикальном положении с помощью медитационной ленты и поставил ему медитационную опору, чтобы положить на нее голову<sup>284</sup>. Мипам Гонпо безошибочно постиг первозданную чистоту trekcho. Его тело рассыпалось на мельчайшие частицы, и он обрел Буддовость<sup>242</sup>.

Ни в одной из девяти ян вы не найдете лучшего или более глубокого пути. Эта практика может именоваться предвари-тельной; но, по сути дела, она является основным ключом ко всем главным тренировкам. Если эта практика будет всегда и при всех обстоятельствах составлять главное ядро вашей практики, то и этого одного будет достаточно, даже если вы ни в чем другом практиковаться не будете. Поэтому в высшей степени важно отдаваться этой практике всем своим существом, с полной отдачей.

## 2. КАК ПРАКТИКОВАТЬСЯ В ГУРУ - ЙОГЕ

Практика глубокого пути Гуру - Йоги делится на три части: визуализация поля заслуг, поднесение семи ветвей и безгранично доверительное моление.

### 1. Визуализация поля заслуг

Чтобы очистить свое восприятие мира необходимо иметь восприимчивое и открытое сознание. По этой причине следует для начала предствить себе все, что находится в вашем поле зрения, как озаренный светом Дворец Лотос.

Представьте себя в центре этого дворца. Посчитайте, что вы обладаете природой дакини Еше Цогьял. Это дает вам три преи-мущества: становитесь достойными реципиентами для получения посвящений, приобретаете способность воспринимать первозданную мудрость блаженства и пустоты и устанавливаете связь с тем водительством, которое она получала от своего учителя<sup>2 43</sup>. Внешне представляйте себя в облике почитаемой Ваджрайогини. Она красного цвета; у нее одно лицо, две руки и три глаза. Ваджрайогини жадно глядит в сердце учителя; «жадно» здесь показывает ее нетерпение перед встречей со своим учителем - тем единственным, что приносит ей радость. Поднятой вверх правой рукой она извлекает звуки их чрепного барабана, и эти звуки пробуждают существа ото сна растерянности и невежества. В левой руке, которая лежит на бедре, она сжимает кривой нож, обрубающий корень трех ядов. Ее обнаженное тело украшено орнаментами из костей и гирляндой цветов. Подобно сияющей в небе радуге, она зрима, но не вещественна.

В пространстве над ее головой, на расстоянии выпущенной стрелы, представьте себе полностью раскрывшийся лотос с тысячью лепестков из разного рода драгоценностей. На лотосе лежит солнечный диск, а на нем - лунный диск. На этом троне восседает ваш многославный коренной учитель в облике Великого Видьядхары из Уддияны, являющий несравненную сокровищницу сострадания и воплощающий природу всех будд настоящего, прошедшего и будущего. Он белого цвета с легким розоватым оттенком. У него одно лицо, две руки и две ноги. Он сидит в королевской позе. На нем парчевый плащ, монашеские одежды, синяя туника с широкими рукавами и шляпа в форме лотоса.

С Гуру Ринпоче, -который известен также как пришедший в Тибет второй Будда, - ассоциируются три различные шляпы. Первую ему подарили дакини, когда он родился. Он не был ни порожден отцом, ни зачат матерью. Он родился на северо-западе на Молочном озере, в тычинках лотоса. Это была спонтанная манифестация первозданного сознания вследствие постижения сущности явлений и живых существ. Шляпа, которую преподнесли ему по этому случаю дакини, чтобы увенчать его как главу Семейства, называется «Бутон лотоса».

Впоследствии, когда, проводя йоговские тренировки<sup>2 44</sup> на Восьми Великих Кладбищах, он вырвался за пределы всех, благих и неблагих действий, дакини почтили его в качестве символа его величия шляпой под названием «Шляпа из оленьей кожи<sup>2 45</sup>".

Третья шляпа была преподнесена ему Аршатхарой, повелителем Захора, после того как тот пытался сжечь Гуру Ринпоче заживо, но обнаружил, что его ваджра - тело не поддается огню: он сидел обнаженный в сердце чудодей-ственного лотоса и выглядел бодрым и не разгоряченным. Повелитель был потрясен и поверил в Гуру Ринпоче.

«Открой мой новый склад шелковых изделий и принеси оттуда все шляпы и одежды»-приказал он.

Шляпа, которую он тогда преподнес вместе со всеми своими владениями, а также и со своей свитой, королевством и всеми подданными, называется «Лотос, освобождающий с первого взгляда» или же «Шляпа с лепестками Пяти Семейств». В данном случае для нас представляет интерес именно эта шляпа.. Она состоит из двух слоев, внешнего



и внутреннего, что символизирует единство фаз порождения и завершения. Ее три оконечности представ-ляют три кайи. Ее пять уветов соответствуют пяти кайям<sup>285</sup>, действующим на благо существ. Она украшена солнцем и луной, символизирующими умелые средства и мудрость. Синяя кромка символизирует безграничную самуюю. Шляпу венчает ваджра, символизирующая ненарушимую концентрацию, и украшает перо стервятника, символизирующее постижение высшего Видения и завершение тренировок.

В правой руке Гуру Ринпоче держит у сердца золотую ваджру в мудре угрозы. В левой руке, которая лежит в позиции медитации у него на коленях, он держит черепную чашу. Чаша наполнена нектаром бессмертной мудрости и в ней заключена ваза долголетия, увенчанная веткой от дерева, исполняющего желания. В сгибе левой руки Мастер держит *катвангу*<sup>286</sup>, представляющую в скрытой форме Мандараву, королеву Дакини. Три зубца *катванги* символизируют сущностную природу, естественное выражение и сострадание. Ниже насажены три отрубленные головы: сухая, гнилая и свежая, представляющие дхармакайю, самбхогакайю и нирманакайю. Девять металлических колец, свисающих с оконечностей *катванги*, представляют девять колесниц. Шелковые флажки пяти различных цветов символизируют пять мудростей. *Катванга* также украшена пучками волос от живых и мертвых дакини и мамо<sup>287</sup> как знак того, что, Мастер всех их покорил, когда проводил свои йогические тренировки на Восьми Великих Кладбищах<sup>246</sup>..

Представьте себе вокруг Гуру Ринпоче радужный световой шар, оправленный в сеть из тысячи пятицветных

световых точек, и в нем Восемь Видхьядар из Индии, Двадцать пять учеников из Тибета и др., а также бесчисленное мно-жество божеств Трех Истоков и верных защитников. При-сутствие их всех в вашей визуализации столь значительно, что это автоматически пресекает все ваши ординарные мысли.

Вообще говоря, в данной традиции существует три возможных визуализации. Принимая прибежище, мы представляем себе всех лам традиции Великого Совершенства над головой Великого Мастера из Уддияны и расположенных одного над другим. Тот способ визуализации, который мы используем, медитируя о Ваджрасаттве и читая его мантру, известен как драгоценность, включающая в себя все другие: Ваджрасаттва, только он один, представляет коренного учителя и всех лам традиции. Но когда мы медитируем в Гуру Йоге, мы представляем себе лам как собрание: все ламы традиции Великого Совершенства, а также бесчисленное множество божеств Трех Истоков и верных защитников стекаются все вместе как собрание вокруг Великого Мастера из Уддияны.

Читайте текст визуализации, обращая внимание на значение слов:

*Етаһо!*<sup>247</sup>

*Все, что я воспринимаю, спонтанно предстает как чистая и бескрайняя земля...*

до:

*видимых в великом слиянии светозарности и пустоты.*

Затем читайте с глубокой преданностью:

*Хум! В краю Уддияны, на северо-западной границе...*

до

...Гуру Пема Сидхи Хум.<sup>248</sup>

Читая эти стихи, представляйте себе, что все божества и светозарный Дворец Лотоса на Славной Медной горе со всеми обитающими там существами действительно появляются и растворяются в тех божествах самаи и в том дворце<sup>249</sup>, кото-рый вы себе представляли ранее, становясь неотделимыми от него как вода, влитая в воду.

## 2. Подношение Семи Ветвей

Путь Ваджраяны располагает множеством методов и не таит в себе трудностей. Он для тех, кто надлен незаурядными способностями. Если постоянно и с неизменной целеустремлен-ностью практиковаться в накоплении заслуг и мудрости, то всякое накопление, которое при использовании практики шести парамит потребовало бы целой большой кальпы, может быть завершено в одно мгновенье, что позволяет достичь освобождения в течение одной жизни.

Поскольку самым замечательным, сокровенным и непревзойденным полем заслуг является, несомненно, ваджра-мастер<sup>250</sup>, накопление заслуг сочетается с Гуру - Йогой.

Что касается бесчисленных методов накопления заслуг и мудрости, то все они включены в Подношения Семи Ветвей.

### 2.1 ПРОСТИРАНИЕ<sup>251</sup> - ПРОТИВОЯДИЕ ПРОТИВ ГОРДОСТИ

Представьте себе, что ваше тело излучает сначала сотни подобных же тел, далее тысячи, а затем бесчисленное их множество - столь же бесчисленное, как число пылинок во Вселенной. В то же время представьте себе, что все безграничное множество существ в безграничном пространстве совершают вместе с вами простирания. Текст гласит:

*Хри! Я совершаю простирания, порождая из себя столько тел,  
сколько пылинок насчитывается во всей Вселенной*

Вообще говоря, когда выполняются все пять предварительных упражнений по сто тысяч раз каждое<sup>252</sup>, простирания могут сочетаться с принятием прибежища. Хотя существует такая традиция, здесь объяснение к простираниям дается в этом разделе, ибо сочетание простираний с Гуру - Йогой это прекрасный способ в них практиковаться.

При выполнении простираний важно соблюдать согласованность между телом, речью и сознанием. В то время как тело совершает простирания, речь вовлечена в чтение текста сопроводительной молитвы, а в сознании вы представляете себе, что выполняете простирания вместе со всеми существами и отдаетесь этому самозабвенно, с полным доверием и преданностью учителю.

Без такой сосредоточенности вы неизбежно начнете вести разговоры и глядеть по сторонам, а ваше сознание будет отвлекаться на разные сторонние происшествия. Кто-то пройдет мимо и заговорит справа от вас, чем привлечет ваше внимание, заставит поглядеть в ту сторону, и вы вдруг обнаружите, что ваши сложенные ладони прижаты к левой щеке. Или кто-либо пройдет слева от вас, вы обернетесь и начнете слушать, что там происходит, а ваши сложенные ладони окажутся прижатыми к правой щеке. Вы должны понять, что изображать будто вы делаете простирания, при том что ваше тело делает надлежащие движения вверх и вниз, а ваше сознание отвлекается на постороннее, - это попросту не имеющее ни малейшего смысла физическое мучительство.

Когда вы простираетесь, сложите ладони в форме

готового распуститься бутона лотоса, оставив пустое прост-ранство посередине. Будет неверным плотно прижимать ладони одна к другой, не оставив между ними просвета, или же касаться лишь концами пальцев двух рук. В *Сутре Великого Освобождения* говорится:

Я соединяю руки над головой  
В форме открывающегося бутона лотоса  
И вместе с бессчетными телами, соединенными в облаках,  
Простираюсь пред Буддами десяти направлений.

А в *Сокровище драгоценных духовных качеств* говорится:

Тело склоняется и никакого отвлечения -  
В знак того, что вы исполнены уважения,-  
А руки сложены точно лотоса бутон.  
Вот техника, именуемая «малый медальон».

Сложите ладони вместе, коснитесь ими темени, затем горла, затем сердца чтобы очистить одно за другим омрачения тела, речи и сознания. Затем коснитесь пола пятью точками вашего тела: лбом, двумя ладонями рук и двумя коленями<sup>2 53</sup> чтобы очистить омрачения пяти ядов и получить благословения тела, речи, сознания, качеств и деятельности. Поднимитесь, полностью выпрямите тело, вновь сложите ладони и продолжайте делать таким же образом простирания и дальше.

Неправильно производить движения руками, не сложив предварительно ладони вместе. Или же просто наклоняться, не касаясь пола лбом и коленями. А поднявшись, не следует оставаться согнутым, надо распрямиться полностью. Прости-раться подобным образом - это проявление неуважения. Говорят, что полностью созревшим следствием таких простираний, когда тело распрямляют не до конца, является перерождение горбатым. Мы делаем простирания, надеясь извлечь из этого некое благо; так что нет смысла выполнять это упражнение таким образом, чтобы получить в результате лишь деформированное тело.

Если вы не в состоянии делать большое число простираний, старайтесь, по крайней мере, выполнять безупречно те, которые делаете. Пытаться выполнять более легкие простирания, сгибаясь, скажем, на склон холма или на наклонную плоскость или же используя какие-либо приспособления, не имеет никакого смысла.

К тому же, в наше время, когда, наносят, например, визит ламе и выказывают ему знаки почтения, совершают одно почти корректное простирание, а затем вместо двух других просто кланяются. Считается, что это допустимо для важных персон, но большинство невежественных людей следуют их примеру. Это, однако, в высшей степени вульгарный способ выполнять простирания. Когда просишь наставлений, в том числе и о столь простой вещи как простирание, имеешь в виду выслу-шать объяснения учителя о том, чего не знаешь, а затем неукоснительно использовать это наставление на практике, не упуская ни малейшей детали. Если не можешь применить на практике даже то, что выучить и выполнять так легко, тогда изучение Дхармы становится совершенно бессмысленным и бесплодным занятием. Те, кто изучали Дхарму, должны отличаться в лучшую сторону и превосходить тех, кто ее не изучал, в частности и тем, как они выполняют простирания.

Джетсун Мила отправился к ламе Нгокпа, чтобы просить у него наставлений. Он пришел туда, когда Нгокпа объяснял перед большим собранием монахов Хеваджру тантру. Мила выразил свое почтение, начав делать простирания издали. Лама был в вос-

торге.

В ответ на это лама снял свой головной убор и простерся перед Милой со словами: «Какая счастливая окказия чтобы

сделать перерыв! Пришедший делает простирания на манер учеников Марпы из Лходрака<sup>288</sup>. Спросите его, кто он такой.»

Те, кто следуют учителю и получают его наставления, должны уподобиться куску ткани, намоченному в краске. Когда ученик подражает действиям своего почитаемого учителя, он неизбежно становится другим, чем был прежде. Когда красят ткань, она в той или иной мере принимает новый цвет; ведь не может же быть, чтобы ее цвет не менялся.

В наши дни существуют люди, которые сотни раз прослу-шали учение о Дхарме, но не изменились к лучшему ни на йоту и ведут себя во всех отношениях как люди в миру. В таком случае Дхарма порождает лишь неподатливых практикующих - нарушителей самайи. Как говорится:

Дхарма может вдохновить преступников измениться к лучшему, но не может вдохновить практикующих, которых она не трогает. Это как масло, которое может смягчить любую неподатливую кожу, но не кожу того бурдюка, в котором его держат<sup>254</sup>.

Недостаточно услышать о качествах Будды и о том, что все благо проистекает из положительных действий, а все зло из отрицательных, но не пойти дальше интеллектуального знания об этом. Необходимо генерировать некую уверенность и веру, которые изменили бы ваше сознание. В противном случае, даже предстань перед вами сам Наисветлейший Будда, он не мог бы вам ничем помочь. Великий Гуру из Уддианы предупреждает:

Не окружайте себя учениками, которые лишь болтают о Дхарме, в то время как их сознание к ней равнодушно;  
А также не имейте дела с теми, кто урезают свои самайи.

Даже если понимаешь в учении всего одно слово, следует выяснить для себя, как внедрить его в свое сознание и претворить на практике. Имеет смысл следовать учителю, лишь если наблюдаешь, как он мыслит, говорит и действует и стремишься поступать таким же образом.

Всякое действие - это подражание.  
Кто лучше подражает, тот лучше действует.

Итак, стремитесь, чтобы в вас запечатлелись внутренние, внешние и сокровенные качества вашего учителя, - подобно тому, как в форме тса-тса запечатлеваются черты модели, в которой ее отформовали.

Термин «простирание» описывает, вообще говоря, акт почитания и уважения. Существует много способов выполнять простирания; и в разных местах существуют на этот счет различные традиции. Здесь даются объяснения в соответствии с тем, как этому обучал, исходя из наставлений Победителя, мой учитель.

Сознательно выполнять простирания плохо - то ли из гордости, то ли по ленности - это недостаток уважения и демонстрация презрения по отношению к тому, кому эти простирания предназначаются. Знайте также, что делать простирания как бы в уплату долга, бессмысленно и влечет за собой лишь негативные последствия.

Напротив, если выполняешь простирания правильно, это приносит неизмеримые

блага. Однажды, когда некий монах совершал простирания перед ступой, в которой было несколько волос и ногтей Будды, Ананда спросил Будду, какая может быть от этого польза. Вот что ответил ему Будда:

Сила одного простирания такова, что, если в результате этого доведется родиться универсальным монархом столько раз, сколько частиц пыли под нашим телом в земле, до самых ее глубин<sup>255</sup>, то и тогда блага от этого акта не будут полностью исчерпаны.

А в одной сутре говорится:

Не поддающийся измерению бугор на голове Будды проистекает из того, что он уважительно простирался перед своими учителями.

Выполнение простираний приведет, в конечном итоге, к тому, что и у каждого из нас появится на голове не поддающийся измерению бугор (ushnisha), который венчает головы совершенных Будд.

## 2.2 ПОДНОШЕНИЕ<sup>256</sup>

Подготовьте объекты подношения так, как это было описано в главе, посвященной мандале. Это означает, что следует использовать только абсолютно, безукоризненно чистые предметы и при этом не проявлять скупости, не лицемерить и не выставлять непоказ свою щедрость. Эти подношения являются всего лишь опорой для концентрации.

Подражая Бодхисаттве Самантабхадре<sup>257</sup>, мысленно заполните всю землю и все пространство всевозможными подношениями из сферы людей и сферы богов: цветами, благовониями, лампами, ароматной водой, едой, дворцами, землями, особняками, волшебными садами, семью атрибутами королевской власти, восемью символами - предвестниками удачи и

шестнадцатью богинями ваджры, которые поют, танцуют и играют каждая на своем музыкальном инструменте.

Силой своей медитации Бодхисаттва Самантабhadра произвел из своего сердца тысячи миллионов разноцветных лучей света - равное числом количеству пылинок в бесчисленных землях Будды. На конце каждого такого луча света он воспроизвел идентичную себе форму, которая излучала из своего сердца такие же лучи света. На конце каждого из этих последних появились, в свою очередь, новые Самантабхадры; и так это продолжалось в бесконечной прогрессии, так что число этих порожденных манифестацией форм стало необозримым. Каждая из них преподносила Буддам и Бодхисаттвам десяти направлений бесчисленное число бесконечно разнообразных подношений. Это то, что называется «облака подношений Возвышенного Самантабхадры».

Мысленно манифестируйте как можно больше предметов и делайте подношения, читая следующий текст:

*Широким жестом я приношу в дар всю Вселенную -  
И то, что имеется в наличии,  
И также то, что создано мысленно силой концентрации*

Будды и Бодхисаттвы имеют способность принимать все, что мы способны преподнести. Поэтому мысленно соберите во всей Вселенной, в мире людей и в небесных сфе-

рах, богатства которые никому не принадлежат, и используйте их как подношения. Когда делаете подношения, вы можете мысленно создавать все, что вам вздумается. Неразумно полагать, что у вас ничего нет для подношения; ибо при накоплении заслуг не имеет значения, подносите ли вы владения реальные или соз-данные мысленно. Важно, чтобы всегда вашей первой мыслью было преподнести Трем Драгоценностям, либо своему корен-

ному учителю и учителям традиции. все, что принадлежит вам или другим, или просто попало на глаза, Все, что, проходя мимо, вы находите красивым, - будь то просто чистая вода в роднике или покрытые цветами поля, - тут же преподнесите Трем Драгоценностям, чтобы таким образом, между другими делами, продолжать накопление заслуг и мудрости.

### 2.3 ИСПОВЕДАНИЕ ВРЕДНОСНЫХ ДЕЙСТВИЙ<sup>1 58</sup>

Начните свою исповедь с мысли: «С глубоким стыдом и сожалением я исповедую все свои неопишуемые и постыдные действия, которые я накопил; все проступки и вредоносные действия, - какие помню и какие помнить не могу,- которые я совершил в продолжение всех моих жизней в сансаре с безначальных времен: десять неблагих действий в плане тела, речи и сознания; пять преступлений с немедленным воздействием и пять почти столь же тяжких престулений; четыре грубые ошибки, восемь порочных действий; злоупот-ребления фондами, пожертвованными Трем Драгоценностям и т.п.. Впредь я никогда больше не совершу ни одного подобного действия.»

Думая таким образом, исповедуйтесь в соответствии с указаниями в главе, посвященной медитации о Ваджрасаттве и чтении его мантры, неизменно помня при этом о четырех силах, действующих как противоядие. Затем представьте себе, что все вредоносные действия и омрачения собираются у вас на языке в виде черного бугра. Из тела, речи и сознания<sup>289</sup> всех богинь в поле заслуг иррадиируют лучи солнца; коснувшись этого черного бугра, они вас очищают - напообие того, как смывается пятно. Читайте:

*Все неблагое действия тела, речи и сознания  
Я поверяю лучезарной дхармакайе.*

### 2.4 ЧУВСТВО РАДОСТИ - ПРОТИВОВАДИЕ ПРОТИВ ЗАВИСТИ

Испытывайте глубокую и искреннюю радость от того, что ради блага всех существ Победители вращают Великое Колесо Дхармы. Радуйтесь безбрежной деятельности бодхисаттв, а также благим действиям существ - как тем, что порождают заслуги, так и тем, что ведут к освобождению<sup>2 59</sup>. Радуйтесь всему положительному, что вы совершили в прошлом, делаете в настоящее время и будете делать в будущем. Читайте:

*Я радуюсь всем благим действиям,  
соотнесенным с двумя истинами.*

Во всех девяти колесницах нет таких наставлений, которые не соотносились бы с относительной или абсолютной истинами. Так что радуйтесь всем соотнесенным с двумя истинами благим действиям<sup>2 60</sup>, которые совершили вы сами или другие, - как тем, что окрашены эмоциями, так и тем, что являются абсолютно чистыми.

Блага, проистекающие из такого рода радости безграничны. Однажды правитель Прасенайит пригласил Будду и его свиту вкушать в течение четырех месяцев его ежедневную еду у него во дворце и пользоваться в это время всеми его владениями. Старая

нищенка, которая была там, испытала невыразимую радость и подумала:

«Правитель Прасенайит владеет всеми этими богатствами

благодаря заслугам, которые он накопил в прошлом. А теперь, когда он встретил замечательного учителя и делает ему подношения, его накопление заслуг будет поистине огромным. Как это замечательно!»

Ее искренняя и беззаветная радость принесли ей неисчислимые заслуги, и Будда это знал..

В тот вечер, когда пришло время посвящать заслуги, Будда обратился к правителю с вопросом:

«Ты хочешь, чтобы я воздал тебе те заслуги, которые тебе полагаются, или чтобы я воздал их тому, кто больше их заслужил?»

«Воздай их тому, кто заслужил их больше»- ответил правитель.

Тогда, воздавая заслуги, Будда упомянул старую нищенку. Это повторялось в течение трех последующих дней. Правитель был раздражен и обратился к своим министрам за советом, как с этим покончить.

«Завтра,-сказали министры,-когда Всемогуший и его свита придут за очередной едой, мы разбросаем много еды вокруг горшков и разольем питье. Когда сойдется нищие, чтобы поживиться этим, мы их жестоко изобьем, чтобы не повадно было.»

Так они и поступили. Когда пришла та нищенка, которая радовалась, чтобы подобрать разбросанную еду, ее не пустили и избили. Она рассердилась, и таким образом уничтожила все свои заслуги. В тот день, посвящая заслуги, Будда назвал имя привителя.

Как много раз упоминвалось, только лишь намерение, а не его физическая реализация определяет, является ли действие благим или неблагим. Поэтому в *Сутре наставлений правителю* Будда подробно объясняет, что просто наблюдать с чистым сознанием то благое, что делают другие, искренне радоваться и посвящать положительный эффект от этого действия полному просветлению всех существ принесет больше заслуг, чем выставляемые напоказ благие действия, окрашенные восемью мирскими заботами, честолюбивыми устремлениями в этой жизни,

гордостью за свои благие поступки, стремлением превзойти добродетельные деяния других и пр. Чагме Ринпоче говорил:

Если от рассказов о благих действиях других  
В сердце рождается искренняя радость  
И не шевелится неблагая завистливая мысль,  
То, как утверждается, получаешь равные заслуги.

А в *Насыщенной троансцендентальной мудрости* говорится:

Можно исчислить вес всех Гор Меру в биллионе миров,  
Но неисчислимы заслуги от разделенной радости.

Всегда радуйтесь тому благому, что совершают другие, тем более что это так легко выполнимо и приносит столько пользы.

## 2.5 УМОЛЯТЬ БУДД ПОВЕРНУТЬ КОЛЕСО ДХАРМЫ<sup>2 61</sup>

Представьте себе, что вы находитель с присутствии будд, бодхисаттв, учителей и всех тех, кто способен принять на себя огромную ответственность, действуя во благо других существ. Однако из-за неблагодарности этих существ и отсутствия поддержки с их стороны они испытывают чувство усталости и желание жить в покое, не давая боль-

ше никаких наставлений. Манифестируйте сотни и тысячи миллионов тел, которые подносят всем им колеса, драгоценности и другие ценные предметы и просят их повернуть колесо Дхармы, обращаясь к ним со следующими словами:

*Умоляю вас повернуть колесо Дхармы в трех  
Колесницах*

Вообще говоря, Дхарма подразделяется на три колесницы: колесницу шраваков, колесницу пратьекабудд и колесницу бодхисаттв. В них включено все учение Будды. Но Дхарму можно также подразделять на девять частей: три внешних колесницы - колесница шраваков, колесница пратьекабудд и колесница бодхисаттв, которые направляют существа, взяв за исходную точку истоки их страдания<sup>290</sup>; три внутренних колесницы - крийя, упайога и йога, которые ассоциируются с аскетическими тренировками в плане ведической традиции<sup>291</sup>; и три секретных колесницы - Махайога, Ануйога и Атийога, которые обучают мощным методам перерождения. Таким образом, мы просим повернуть колесо Дхармы в трех колесницах, которые подразделяются на девять колесниц и предоставляют всевозможные виды обучения в соответствии с потребностями каждого индивида.

## 2.6 ПРОСИТЬ БУДД НЕ ПЕРЕХОДИТЬ В НИРВАНУ<sup>2 62</sup>

Обратите свою просьбу к учителям, буддам и бодхисаттвам, которые закончили свою работу на благо других в этой и других землях Будд и теперь намерены перейти в нирвану. Умилостивьте их, - как поступил в прошлом мирянин Кунда<sup>2 63</sup>, который мысленно многократно себя размножил. Читайте следующее:

*Оставайтесь с нами и не переходите в нирвану,  
До той поры пока сансара не будет исчерпана.*

Затем подумайте о том, что благодаря вашим молитвам все Будды будут как прежде работать на благо всех существ, до той поры пока сансара не будет исчерпана.

## 2.7 ПОСВЯЩЕНИЕ ЗАСЛУГ<sup>2 64</sup>

Следуя примеру Манджушри, посвящайте существам все свои и других существ заслуги, скопленные в прошлом, заслуги в настоящем и те, что будут скоплены в будущем; и начните с тех благих действий, которое вы совершаете сейчас. Скрепите это посвящение мудростью, свободной от концептов. Читайте следующие строки:

*Все заслуги, накопленные в прошлом, а также заслуги в настоящем и будущем  
я посвящаю делу великого Просветления.*

Никогда не забывайте после завершения любого похвального действия, большого или малого, посвятить заслуги. Всякая заслуга, не посвященная таким образом, принесет плоды лишь однократно и этим будет исчерпана. Но то, что было посвящено полному Просветлению, никогда не будет исчерпано, даже и после того как оно принесет свои плоды сотни раз. Напротив, эта заслуга будет каждый раз приносить все большие плоды, до тех пор пока не будет достигнуто полное Просветление. В *Сутре, испрошенной Сагарамати*, говорится:

Подобно тому как капля, попавшая в океан,



Никогда не исчезнет, пока океан не высохнет,  
Так и заслуга, полностью посвященная Просветлению,  
Не будет исчерпана, пока Просветление не будет  
достигнуто.

Вы можете желать достигнуть уровня шраваков или уровня пратьекабуд, или же обрести полное Просветление.

А, может быть, Вы просто желаете переродиться в высших сферах в обличьи бога или в человеческом облике. Или вы можете пожелать только какого-либо временного блага, скажем, иметь долгую жизнь и хорошее здоровье. К чему бы вы ни устремлялись, вы должны посвящать все то позитивное, что совершаете, именно этой цели. Дикунг Кьогпа говорит:

Если магический алмаз двух накоплений  
не отшлифовать молитвами устремления,  
он никогда не принесет желаемого результата;  
так что неукоснительно совершайте посвящения.

Именно сила посвящения определяет, ведут ли благие действия к полному Просветлению. Обусловленные благие действия, которые вы скопили, - сколь бы огромны они ни были, - не могут привести вас к освобождению, если вы не направите их к этой цели с помощью посвящения. Геше Кхампа Лунгпа говорит:

Ни одно обусловленное благое действие  
Не имеет точного адреса<sup>2 65</sup>;  
Поэтому совершайте множество молитв,  
Чтобы направить их на благо всех существ.

Это относится также и к позитивным действиям, совершаемым ради блага отца или матери, ради любимого человека или для покойного<sup>2 66</sup>: если не совершить посвящения, они не принесут желаемого результата. А если их посвятить, они принесут тот результат, к которому устремляешься.

Однажды жители Вайшали пришли к Будде, чтобы пригласить его на следующий день разделить с ними трапезу.

Как только они удалились, появилось пятьсот голодных духов, которые стали умолять Будду:

«Пожалуйста, посвети нам заслугу от того подношения, которое ты и твои приближенные получите завтра от жителей Вайшали!»

«Кто вы такие? - спросил их Будда. - Почему я должен посвящать вам заслуги жителей Вайшали?»

«Мы их родители. Мы переродились голодными духами из-за своей скарелности.»

«В таком случае приходите завтра в час посвящения и я сделаю то, о чем вы меня просите.»

«Это невозможно. Нам невыносимо стыдно показаться в этих ужасных телах.»

«Надо было стыдиться, когда вы совершали свои постыдные действия. Какой смысл в том, что тогда вы не стыдились, но стыдитесь теперь, когда вы переродились в этих чудовищных телах? Если вы не придете, я не смогу посвятить вам заслуги.»

«Раз так, мы придем», сказали они и удалились.

На следующий день, в надлежащее время появились голодные духи. Жители Вай-

шили пришли в ужас и пустились бежать.

«Вам нечего бояться, - сказал им Будда. - Это ваши родители, которые переродились голодными духами. Могу ли я посвятить им заслуги?»

«Конечно!» - был их ответ.

Тогда Будда сказал:

Пусть все заслуги от этого подношения  
Будут отданы этим голодным духам!  
Пусть они освободятся от своих уродливых тел  
И обретут счастье в высших сферах!

Как только прозвучали эти слова, голодные духи умерли. Будда объяснил, что они переродились в сфере Тридцати Трех.

Джетсун Мила говорит так:

Между тем, кто медитирует в горах,  
И тем, кто снабжает его всем необходимым,  
Существует связь, которая ведет их совместно  
к Просветлению.  
И движущей силой этой связи является посвящение.

Для того чтобы посвящение вело к обретению совершенного Просветления, оно должно быть основано на мудрости, свободной от трех концептов. Посвящение, запятнанное связью с этими тремя концептами как истинно существующими, слывет отравленным посвящением. В *Насыщенной трансцендентальной мудрости* говорится:

Победитель сказал, что мириться с концептами, -  
это как есть еду, смешанную с ядом.

Упомянутые здесь три концепта - это представление о том, что существует посвящаемая заслуга, что существует объект посвящения и что существует цель посвящения. Если заслуга посвящается с позиции мудрости осознания того, что эти представления не являются истинно существующими, тогда посвящение не будет смешано с ядом. Возможно, это непостижимо для обыкновенных людей нашего уровня. Но если просто думать, что мы посвящаем заслуги так, как это делали будды и бодхисаттвы прошлого, это полностью очистит наши посвяще-от трех концептов. В *Исповеди промахов* говорится:

Я совершаю безупречное посвящение подобно тому,  
Как безупречно посвящали заслуги полностью  
просветленные и победоносные будды прошлого,  
Как безупречно будут посвящать заслуги полностью  
просветленные и победоносные будды будущего,  
Как безупречно посвящают заслуги полностью  
просветленные и победоносные будды настоящего.

А в *Молитве о благих деяниях* говорится:

Подражая герою Манджушри,  
Самантабхадре и всем, кто наделен мудростью,

Я совершаю безупречное посвящение  
Всех действий, которые являются благими.

Всегда скрепляйте ваши благие действия надлежащим посвящением, ибо это единственный верный способ обрести совершенное Прозрение.

### 3. Безгранично доверительное моление<sup>2 67</sup>

Это значит привести свое сознание к постижению природы четырех ваджр<sup>2 68</sup> с помощью безгранично доверительного моления учителю.

Ваш почитаемый учитель, ваш славный защитник являет собой сущность Херуки<sup>2 69</sup> в мандалах всех божеств. Только лишь видеть его, слышать его, касаться его или думать о нем уже зарождает семя освобождения. И поскольку он осуществляет деятельность всех будд, он является четвертой драгоценностью.

Для вас доброта вашего учителя превышает доброты всех будд, ибо посредством глубокого Пути, который ведет к зрелости и освобождению, и с помощью своих исполненных сострадания благословений он может довести вас в течение одной жизни, т.е. в том же воплощении, до уровня видьядхары. Что касается качеств вашего учителя, то его озарение необъятно как само пространство, а его знание и любовь неизмеримы как океан. Его сострадание может сравниться с мощной рекой. Его характер тверд как гора Меру. В сердце своем он любит все существа наравне, любовью отца или матери. Каждый аспект его качеств беспределен. Он подобен драгоценности, исполняющей все желания. Лишь доверяясь ему и молясь ему можно без труда достичь всех желаемых свершений.

Думая со слезами преданности «я полностью на тебя полагаюсь, на тебя возлагаю все свои надежды и вверяю себя только тебе», читайте текст садханы, ведущей к достижению свершений:

*Почитаемый и драгоценный учитель  
Ты великолепное воплощение ...*

до

*...Великий Рожденный в Лотосе Повелитель.*

Затем, в качестве молитвы обращения-призыва, читайте Ваджра Гуру мантру. После каждых ста мантр снова один раз сосредоточенно читайте молитву «Почитаемый и драгоценный учитель». Когда истечет половина времени, которое вы намерены отвести для чтения, продолжайте обращаться с призывом о свершениях, произнося после каждого полного набора в 106 мантр молитву, начиная с:

*Ты моя единственная надежда*

и кончая:

*О, Могущественный, очисти меня от двух омрачений!*

#### **4. Принятие четырех посвящений**

Когда придет время молить о свершениях, примите четыре посвящения. Вообразите, что сверкающий как лунный кристалл слог *ОМ* между бровями Гуру излучает лучи света, которые проникают в верхнюю часть вашей головы и очищают вас от трех неблагих действий в плане тела: убийства, воровства и сексуальных проступков, а от омрачений скрытых каналов, из которых развивается тело<sup>2 70</sup>. Затем читайте строки, начиная с

*На меня нисходят Благословения ваджра-тела...*

...и считайте, что в вас была заложена потенциальная возможность достигнуть уровня нирманакайи.

Затем из слога *ah*, сверкающего словно рубин в гортани Гуру, исходят лучи света, которые проникают в вашу гортань и очищают вас от четырех неблагих действий в плане речи: лжи,

сеяния вражды, резких слов и пустословия, а также от всех омрачений, которые оказывают воздействие на скрытую энергию, порождаящую речь. Затем читайте:

*На меня нисходят Благословения ваджра-речи ...*

...и считайте, что в вас была заложена потенциальная возможность достигнуть уровня самбогхакайи.

Затем из синего слога *hum* в сердце Гуру исходят лучи света, которые проникают в ваше сердце и очищают вас от трех неблагих действий в плане сознания: алчности, злонамеренности и ложных воззрений; а также от всех омрачений, оказывающих воздействие на ту сущность в вашем естестве, где зачинаются мыслительные процессы.. Затем читайте:

*На меня нисходят Благословения ваджра-сознания...*

...и считайте, что в вас была заложена потенциальная возможность достигнуть уровня дхармакайи.

Далее из *hum* в сердце Гуру выскакивает, словно мимо-летная звезда, второй *hum*. Этот *hum* нерасторжимо сливается с вашим сознанием, очищая все кармические и концептуальные омрачения в базовом его слое (алайе), который является опорой тела, речи и сознания. Затем читайте:

*На меня нисходят Благословения первозданного ваджра-сознания*

...и считайте, что в этот момент в вас была заложена потенциальная возможность достигнуть высшего постижения - уровня свабхавикайи.

А затем соедините свое сознание в нерасторжимом единстве с сознанием учителя и оставайтесь в этой состоянии... В завершение практики с преданностью и сильным

чувством читайте молитву, которая начинается словами:

*Когда жизнь подойдет к концу...*

и кончается:

*..чтобы свершились все наши устремления.*

Исполненный сострадания гуру Ринпоче улыбается одними глазами. Из его сердца исходят искрящиеся лучи горячего крас-ного света. До этой момента вы представляли себя Ваджра-йогини; но едва лишь этот свет касается вашего сердца, как вы обращаетесь в красный световой круг размером с горошину. Этот круг света устремляется, потрескивая искры к Гуру Ринпоче и растворяется в его сердце. Оставайтесь в этом состоянии предельной простоты.

Затем, представляя себе всю Вселенную и все существа как воплощение учителя, читайте молитву посвящения:

*В силу заслуг от этой практики, да будет мне дано  
достичь уровня моего учителя и защитника...*

и молитву Прославленной Медной Горы.

Также можете упражняться в Гуру -Йоге, когда двигаетесь, представляя своего учителя над своим правым плечом и мысленно обходя его посолонь. Когда сидите, представляйте его над головой и направляйте ему свои молитвы. Когда едите или пьете, представляйте его у себя в горле и отдавайте ему первый кусок еды и первый глоток питья. Когда идете спать, представляйте его в своем сердечном центре; в этом и состоит сущность йоговского сна: «вводить все, что может быть познано, в сосуд.»<sup>2 71</sup>

Итак, в каждый момент и при всех обстоятельствах испытывайте чувство преданности. Думайте, что то место, где вы находитесь, это Прославленная Медная Гора, и очищайте

свои зрительные восприятия, считая, что они представляют тело учителя.

Когда вас настигают болезни, препятствуют негативные силы или возникают другие нежелательные обстоятельства, не стремитесь от них избавиться. Радуйтесь при мысли, что они были вам даны в силу сострадания вашего учителя как средство исчерпать вашу негативную карму. Когда же преобладает счастье, процветание и благие дела, считайте все это также проявлением сострадания вашего учителя и не испытывайте по этому поводу ни гордости, ни восторгов. Если во время медитации приходит уныние, упадок сил, апатия, чувство беспокойства, слейте свое первоначальное сознание с сознанием учителя. Пребывайте в поле Абсолютной Реальности, созерцая ее первоначальное великолепие. В то же время молитесь, читая Гуру - Йога мантру. В таком случае все видимость предстанут как учитель и божества; и все, что вы делаете, будет позитивным. Как говорит Джетсун Мила,

Когда хожу, я принимаю восприятия как путь;

Такой способ ходить позволяет шести восприятиям  
самостийно освободиться<sup>2 72</sup>.

Когда отдыхаю, я пребываю в неизменном перво-  
зданном состоянии;

Такой способ отдыхать существенен и непревзойден.

Когда ем, моя еда - пустота;  
Такой способ есть свободен от всяких дуалистических представлений  
Когда пью, это вода внимания и осознанности,  
Такой способ пить создает непрерывность.

Помимо этого, когда вступаешь на путь Ваджраяны Секретных Мантр, чрезвычайно важно получать зреющие посвящения<sup>273</sup>, ибо они исправляют нарушения и преступления самайи, позволяют практиковаться на этапах порождения, завершения и Великого Совершенства, защищают от препятствий и ошибок и содействуют непрерывному росту свершений. Как говорится:

В Колеснице Секретных Мантр достижение  
невозможно без посвящения;  
Это было бы как плыть с лодочником без весел.

И также:

Без посвящения нельзя обрести озарение,  
Как из песка нельзя выдавить масло.

Посвящение, которое получаем, когда в самом начале истинный ваджра-учитель вводит нас в мандалу, это введение в основу. Четырехкратное посвящение, которое, практикуясь в Гуру - Йоге, получаем без какой-либо внешней поддержки, это введение в путь. Посвящение, которое получаем в момент полного прозрения, именуемое «посвящение в великий луч света» или «посвящение в нерасторжимые глубину и ясность», это посвящение в плод, совершенную Буддовость<sup>274</sup>.

Эти посвящения имеют три глубокие и непостижимые характеристики: они очищают, дополняют и доводят до созревания<sup>275</sup>. Однако будет ошибкой если, проводя основную практику, перестанешь практиковаться в каком-либо аспекте предварительной практики. .Особенно важно, когда медитируешь на этапах порождения, завершения и т.п., всегда приступать к любой практике с посвящения в путь Гуру - Йоги.

Тот, кто отличается преданностью и незапятнанной чистотой самайи и кто безукоризненно выполняет каждую, вплоть до Гуру - Йоги, практику на пути, переродится на Прославленной горе в субконтиненте Чамара<sup>276</sup>, даже если он не проходил основную практику. В этой чистой земле он пройдет - со скоростью, превышающей скорость движения солнца и луны, - четыре уровня Видьядхар и достигнет уровня Самантабхадры.

### III. ИСТОРИЯ ПОЯВЛЕНИЯ УЧЕНИЯ О НОВОЫХ ПЕРЕВОДАХ

В этом разделе, к удовольствию читателя и по другим соображениям, принято рассказывать, - не слишком коротко, но и без излишних подробностей, - как возникло учение, в целом, и три внутренние йоги, в частности. Итак, я сейчас коротко опишу, как до нас дошли три внутренние йоги Старой школы переводов, то есть тантры этапов порождения, завершения и Великого Совершенства, известные как Махайога, Ануйога и Атийога. Существуют три уровня передачи знания: ментальная передача знания Победителей, символическая передача знания Видьядхар и устная передача знания ординарным людям.

## **1. Линия ментальной передачи знания Победителей**

Первозданный Будда Самантабхадра<sup>292</sup> был просветлен испокон веку. Воплощением его бесконечного сострадания явились чистые земли всех Будд - места, где преподносится учение и пребывают учителя, являющиеся в облике четырех кай. Его сопровождение составляют спонтанно просветленные видьядхары и необозримое, бесконечное стечение Победителей из всех пяти Семей. Между ним и ими нет никакого различия. Он обучает, не обучая; он передает все знания без слов либо символов, исходя из спонтанной, не требующей усилий ясности, которая спонтанно излучается из первожданной мудрости первожданного сознания, нераздельно слитого с великим состраданием. Они полностью и без каких-либо отклонений улавливают это учение на абсолютном уровне и таким образом уподобляются своему учителю по способности элиминировать и постигать<sup>277</sup>.

Тем, кому не посчастливилось обладать способностью постигать эту первую передачу учения, Самантабхадра давал другие наставления, которые предполагают путь постепенного продвижения вперед. Ради блага существ Самантабхадра являлся в необозримые миры Вселенной в неисчислимом множестве форм и направлял каждого, используя наиболее подходящие для этого средства. Этому содействует представление шести классов существ как шести Муни. В Джамбудвипе, в частности, Шакьямуни Будда повернул колесо Дхармы для богов и людей на трех различных уровнях. Он дал наставления к Колеснице Причинных Характеристик, в состав которой входят Винайя, Сутры и Абхидарма; а также наставления к Колеснице Внешних Мантр: Крия Тантре, Упайога Тантре, Йога Тантре и т.д.

В качестве противоядия против эмоции привязанности  
Будда оставил двадцать одну тысячу разделов наставлений  
в Винайя Питаке.

В качестве противоядия против эмоции гнева  
Будда оставил двадцать одну тысячу разделов наставлений  
в Сутра Питаке.

В качестве противоядия против эмоции неведения  
Будда оставил двадцать тысяч разделов наставлений  
в Абхидарма Питаке.

В качестве противоядия против всех трех ядов вместе  
взятых  
Будда оставил двадцать одну тысячу разделов наставлений  
в Четвертой Питаке

## **2. Линия символической передачи знания Видьядхар**

Перед тем как перейти в нирвану, Шакьямуни Будда так предсказал появление непревзойденного учения Секретной Мантраяны:

Через двадцать восемь лет  
после того как я уйду из этого мира явлений,  
высокое сущностное учение  
возносимое в трех сферах богов,  
будет открыто в этой Джамбудвипе  
одному благородному и избранному существу,  
известному как правитель Иа,  
и будут перед этим благие приметы.

А на Устрашающей горе  
будет Ваджрапани ему обучать  
правителя Ланки и его спутников низшего ранга,  
а также и других.

Сделав это предстказание, Будда продемонстрировал свой переход в нирвану<sup>278</sup>. Как он и предсказал, впоследствии появились три йога, принесшие непревзойденное внутреннее учение: этап порождения, этап завершения и Великое Совершенство.

## 2.1 ТАНТРЫ МАХАЙОГИ

Через двадцать восемь лет после того как Будда покинул землю, правитель Иа увидел во сне семь предзнаменований. Некоторое время спустя он нашел на крыше своего дворца множество томов с тантрами Секретной Мантраяны, написанными порошком ляпис-лазури на листах золота, и статую Ваджрапани в локоть высотой. С помощью молитв он смог

понять главу, известную как *Видение Ваджрасаттвы*. Далее, используя эту главу и статую в качестве опоры для своих медитаций, он практиковался в течение шести месяцев. И тогда ему явилось видение Ваджрасаттвы, который его благословил, после чего он смог полностью понять содержание всех этих томов. Начиная с того времени это учение стало постепенно распространяться.

## 2.2 ПЕРЕДАЧА АНУЙОГИ

В ту же самую пору на вершине горы Малайя<sup>279</sup> Пять

Несравненных и Высоко Благородных<sup>280</sup>, сконцентрировав свое сознание на всех буддах десяти направлений, изливали свои стенания в двадцати четырех стихах, которые начинались такими словами:

Ай, ай, ай!  
Закатилось солнце Будды,  
Кто же теперь рассеет мрак этого мира?

И все Татхагаты вместе воззвали к Ваджрапани, Повелителю Тайн:

О, внемли нам, Повелитель Тайн,  
Неужели ты не снял броню со своего бывшего решения?  
Раазве ты не видишь страдания мира?  
Смилуйся, сойди на землю,  
Освободи мир от мучений!

Повелитель Тайн согласился и ответил:

Во все времена без начала и конца  
Я никогда не забывал и не забуду свой обет:  
Если меня завут, я всегда отзываюсь  
И разворачиваю свои чудодейственные умения.

Вслед за этими словами он передал Пяти Несравненным и Высоко Благородным, собравшимся на вершине горы Малайя, *Сутру глубокого содержания*<sup>281</sup> и другие учения. В Дханакоше, - на западе края Уддияна, - Ваджрапани изложил нирманакайе Горабу Дорже<sup>282</sup> *Тантру Секретной Сущности*<sup>283</sup> вместе с другими существенными указа-



ниями, а также тантры Кила, Мамо и ряд других. Первый, кто получил передачу этого знания, был Падма Тётренсаль из Уддияны, а затем это знание постепенно распространились.

### 2.3 СУЩНОСТНЫЕ УКАЗАНИЯ К АТИЙОГЕ

Атиойга была сначала открыта богам. В небесной сфере Тридцати Трех был бог по имени Девабхадрарапа, у которого

было пятьсот сыновей, и все они были порождены из его сознания. Старший из них по имени Анандагарбха был умнее и физически более развит, чем его братья. Ему нравилось в одиночестве своей хижины, предназначенной для медитации, практиковаться в ваджра-декламациях. Он слыл как Девапутра Адхичитта, то есть «божественный отпрыск, отмеченный высшим сознанием».

В год водяной коровы ему приснились четыре символических сна. В первом сне все будды irradiровали лучи света в десяти направлениях и шесть сотканых их света Муни окружали существа, а затем растворялись в верхней части их голов. Во втором он проглатывал Брамму, Вишну и Пашупати. В третьем у него в руках появлялись солнце и луна и освещали всю Вселенную. В четвертом из облака жемчужного цвета излился дождь амброзии и тотчас же зазеленели леса, распустились редкостные растения и цветы, созрели фрукты и ягоды.

На следующий день он пошел к Повелителю богов Каушике, чтобы рассказать ему свои сны, и тот его похвалил

в таких словах:

Эмахо!

Пришло время появиться коренному и доступному учению!

Ты эманация будд, бодхисаттвы трех времен,

Повелитель десятого уровня, высшее озарение Вселенной!

Как замечательно!

Первый сон означал, что он обретет мудрое сознание всех будд и станет их глашатаяем. Второй указывал на то, что он подчинит всех демонов и искоренит три яда. Третий показывал, что он рассеет мрак в сознаниях существ и озарит их своими наставлениями. Четвертый был знаком того, что нектар спонтанно возникшего учения Ати положит конец лихорадющему терзанию негативными эмоциями и также что в спонтанно возникшей Колеснице Ати постижение будет достигаться без усилий.

Вновь собрались все будды прошлого, настоящего и будущего и воззвали к Ваджрасаттве:

О ты, владеющий сокровищем чудесных средств,

Сделай доступным то главное, к чему стремятся существа;

Пожалуй им эту драгоценность, сделав ее достижимой без труда.

Из сердца Ваджрасаттвы выкатилось драгоценное искрящееся колесо, которое Ваджрасаттва вверил Саттваваджре со словами:

Мудрость за пределами дуализма, сокровенная сущность,

Первозданный Будда, которому неведомы действия и усилия;

Путь, известный как Великий Срединный Путь, -

Открой эту истину сообществу учеников.

Саттваваджра обещал, что будет учить.

О Ваджрасаттва, безграничный в пространстве,  
То, что лежит за пределами слов,  
Выразить мне будет трудно.  
Но чтобы поняли те, кому это не открылось,  
Я буду пользоваться словами.  
И употреблю любые средства, чтобы освободить йогов.

В Ваджралоке, чистой земле на востоке, Ваджрапани держал совет с татхагатой Ваджрагухья и с татхагатами из семейства Ваджры. В Ратналоке, чистой земле на юге, он держал совет с татхагатой Ратнапада и с многочисленными татхагатами из семейства Драгоценности. В Падмакуте, чистой земле на западе, он держал совет с татхагатой Падмапрабхой и с многочисленными татхагатами из семейства Лотоса. В Висуддхасиддхе, чистой земле на севере, он держал совет с татхагатой Сиддхьялокой и с многочисленными татхагатами из семейства Действия. В Вьоганте, чистой земле в центре, он держал совет с татхагатой Шри Вайрочаной и с многочисленными татхагатами из семейства Татхагаты.

Таким образом Ваджрапани извлек из всех будд сущность мудрости и прояснил все аспекты Атийоги - замечательной сущности всех наставлений; спонтанного постижения, не требующего усилий; учения, лежащего за пределами принципа причины и следствия. Узнав, что Адхичитта, сын бога, обладает надлежащей кармой и счастливым расположением, он пошел его навестить. Адхичитта жил в небесной сфере Тридцати Трех, в центральном помещении дворца Полной Победы, на самой вершине которого находилось древо жизни, увенчанное девятиконечной ваджрой. Ваджрапани отправился туда и воссел на ослепительном, инкрустированном драгоценностями троне поверх этой ваджры.

Адхичитта развернул балдахин, сделанный из всевозможных драгоценностей и преподнес Ваджрапани множество божественных предметов. Затем Ваджрапани с помощью символов дал ему прямое и полное посвящение «излиянием средств Победителей»<sup>2 67</sup>. Он также даровал ему, моментально и в полном виде, *Десять передач несравненных существенных указаний, Семь посвящений, Пять существенных указаний* и многие другие тантры и существенные наставления. Ваджрапани пожаловал ему полномочия представителя всех будд и произнес следующие слова:

Пусть эта несравненная сущность Учения  
станет достоянием трех божественных сфер  
и будет принесена в центр Джамбудвипы  
сердечным сыном - эманацией эманации.

Вот каким образом Учение дошло до трех божественных сфер.

#### 2.4 ПРИХОД АТИЙОГИ В СФЕРУ ЛЮДЕЙ

В краю дакини Уддияне, на западе Индии, находится область Дханакоша. Там жила молодая принцесса по имени Флор Клара, дочь правителя Упарайи и его царственной супруги Алокабхасвати. Она обладала всеми знаками совершенства, отличалась добродетельным сердцем и была наделена безграничной бодхичиттой. Отрешившись от лицемерия и небрежения, она стала монахиней и безукоризненно соблюдала все свои обеты. Ее окружение составляли пятьсот монахинь. Флор Клара жила на берегу озера

Кутра, в пещере под названием Обитель Ваджры посреди рощицы с чудесными цветами.

В год деревянной коровы, на заре восьмого дня второго месяца лета ей приснился сон, в котором она увидела, что лучи света, которые иррадиировали все татхагаты, обратились в солнце и луну. Солнце вошло в нее через верхнюю часть головы и спустилось вниз. Луна вошла в нее через ступни ног и поднялась наверх. К утру уровень ее осознания возрос. В то же время Ваджрапани отправился на берег озера Кутра чтобы там искупаться. Он принял обличье лебедя, повелителя птиц, а Адхичитту обратил в слог НУМ; после чего он сам обратился в четырех лебедей, которые плавали и барахтались в озере. Через некоторое время три лебедя улетели; а тот из четырех манифестаций Повелителя Тайн, который остался, три раза клюнул принцессу в сердце, а светящийся НУМ в ней растворился. После этого лебедь улетел.

Принцесса была в смущении и рассказала все это отцу и его сопровождающим. Правитель изумился и обрадовался.

«Это должно быть знаком, - сказал он, - что объявится эманация будд. «

Повелитель распорядился отметить это событие празд-ненствами и церемониями. Внешне принцесса не выказывала никаких признаков беременности, но когда подошло время, из ее сердца выскочила светящаяся девятиконечная ваджра. Затем она исчезла, и на ее месте остался младенец со всеми главными и вторичными приметами Буддовости. Новорожден-ный держал в правой руке ваджру, а в левой скипетр из драгоценных материалов и декламировал «Ваджрасаттва необъятен как пространство...» Все возрадовались и отнесли его к брахману, опытному в искусстве интерпертировать приметы. Брахман был поражен и объявил, что ребенок является нирманакайей, который будет держателем учения Высшей Колесницы. Так как все были крайне счастливы, а младенец держал ваджру, его нарекли Гараб Дордже, что означает Ваджра Высшего Счастья. Так как все были испол-нены радости, его также назвали Ваджра Радости. А поскольку у всех был смех на устах, ему дали еще имя Ваджра Смеха.

Когда Гараб Дордже стал править, пред ним предстал Ваджрапани и дал ему прямое и полное посвящение через «излияние средств Победителей», а также ряд других посвящений. Он также мгновенно передал ему все без исключения тантры и существенные наставления, такие как двадцать тысяч томов *Девяти просторов* и др., а также даровал ему власть держателя учения. Он назначил ему в сопровож-дение и для защиты учения верных защитников. Гораб Дордже в одно мгновение и без всякого усилия достиг Буддовости на уровне Великого Совершенства.

В это время в благородной индийской земле у брамина Сукхапалы и его жены Куханы родился сын, который был эманацией благородного Манджушри. Сына брамина назвали Сарасидхи и еще было у него имя Самварасара. Впоследствии он принял монашество, возглавил пятьсот пандитов и получил имя Просвещенный Манджушримитра.

Великий Манджушри сказал ему в видении:

«Иди на запад края Уддияна. На берегу озера Кутра находится большое кладбище под названием Золотое Поле

Махахе. В центре его есть пещера под названием Обитель Ваджры, в которой живет нирманакайя Гораб Дордже, эманация Ваджрасаттвы. Он носитель того учения всех будд, которое не требует усилий. Все будды посвятили его в это учение. Пойди к нему и попроси, чтобы он передал тебе чудесную сущность дхармического учения, именуемого Атийога, носителем которо-го он является и при помощи которого Буддовость достигается без всякого усилия. Ты будешь преемником этого учения.»

Манджушримитра сказал пандитам из своего окружения:

«На западе края Уддияна есть учитель, который учит доктрине, лежащей за пределами принципа причины и следствия. Мы должны пойти туда и побить его логикой.»

Они это обсудили и семь из них, в том числе уважаемый Райахаси, проделали нелегкий путь в Уддияну. Однако сколько они ни дебатировали с Гарабом Дордже о наставлениях, которые берут за основу причину, или о тех, что основаны на следствии, то есть о внешних и внутренних наставлениях Секретной Мантраяны, они победить его не смогли.

Тогда Манджушримитра обратился к своим спутникам с таким вопросом:

«Будем ли мы просить этого нирманакаю передать нам его учение за пределами принципа причины и следствия?»

Уважаемый Райахаси сказал, что он хотел бы просить его об этом, но не осмеливается, потому что они были к нему непочтительны. Другие говорили, что теперь, когда он их полностью убедил, они могут его просить. Решили, что они все пойдут к учителю и все это ему поведают. Некоторые из них стали простираться перед ним или обходить его посолонь. Другие залились слезами. Манджушримитра простерся перед ним и проговорил плачущим голосом:

«Нирманакайя, мы проявили к тебе непочтение, когда столь яростно с тобой спорили.»

И он стал искать нож, чтобы в знак покаяния отрезать себе язык. Гараб Дордже, который знал о его намерении, остановил его следующими словами:

«Отрезать язык - это не способ очиститься от негативных действий! Создай учение, существенно превосходящее те, которые зависят от принципа причины и следствия. Это тебя очистит.»

Все, у кого не было счастливого предрасположения и надлежащей кармы, вернулись домой. А Манджушримитре одного жеста учителя было достаточно чтобы постичь всю Джарму и обрести прозрение. Чтобы сделать для него учение вполне законченным, Гараб Дордже дал ему полное и прямое посвящение через «излияние средств победителей», а также посвятил его во все тантры и все без исключения существенные наставления, включая двадцать тысяч томов *Девяти просторов*. Именно тогда он дал ему имя Манджушримитра. Нирманакайя Гараб Дордже изложил смысл всех этих наставлений на письме и дал Манджушримитре следующее наставление:

Природа сознания всегда была будда.

Она, как пространство, не имеет ни начала, ни конца.

Если поистине осознаешь равновесную природу всех явлений

И пребываешь в этом состоянии, не внося никаких изменений,- это медитация.

Манджушримитра безупречно осознал значение этого и выразил свое постижение следующим образом:

Я Манджушримитра, обрел сиддхи Ямантаки  
и осознал великое равенство сансары и нирваны;  
так проявила себя всеведущая первоизданная мудрость.

Он написал в форме исповеди *Соображения о бодхичитте, писанные на камне плавленным золотом* и собрал воедино все наставления Гараба Дордже.

От Манджушримитры учение перешло к Шри Сингхе, который родился в Китае, в поселке Шоша от отца, прозванного Добродетельный, и от матери, прозванной Ясно-видящая. Он отличался осведомленностью в пяти науках - языковедении, логике, ас-

трологии и пр., которые он изучал с наставником Хастибала. Когда ему было двадцать пять лет, он встретил Манджушримитру, от которого получил все тантры, существенные наставления и посвящение в глубокую Атийогу. Он достиг высшего прозрения, очищенного от всяких умствований.

После Шри Сингхи эти наставления были переданы второму Будде родом из Уддияны, эрудиту Джнанасутре, великому пандиту Вималамитре и великому переводчику Вайроцану. На этом завершается традиция символической передачи знания Видхьядар.

### 3. Устная передача знания ординарным людям<sup>1</sup>.

#### 3.1 РАСПРОСТРАНЕНИЕ ОСНОВНЫХ УЧЕНИЙ В ТИБЕТЕ, ЗЕМЛЕ СНЕГОВ

Во времена Будды люди в Тибете не обитали. Впоследствии Тибет был заселен племенем, ведущим свое начало от обезьяны, которая была эманацией великого Авалокитешвары и великанши с гор<sup>2</sup>. В ранний период в Тибете царил хаос - не было ни религии, ни законов, ни правителей.

Между тем в Индии, у правителя по имени Шатаника, родился сын. Ступни и ладони у него были как у лебедя и веки закрывались наверх, как у птицы. Отец подумал, что ребенок был не человеческого племени и что его следует изгнать. Когда мальчик немного подрос, его прогнали. Он бродил, ведомый своей кармой, и, наконец, добрался до Тибета. Там он встретил пастухов, которые спросили его, кто он и откуда. Он показал на небо и пастухи решили, что он бог, спустившийся с небес. Они сделали его своим правителем и соорудили ему трон из земли и камней, который переносили на плечах, отчего его прозвали Натри Цампо Древний. Он был первым правителем<sup>2 89</sup> и воплощением бодхисаттвы Сарваниванавиш-камбхина.

Много поколений спустя, во времена правления Лха-Тхотхори Ньенцена, который был воплощением бодхисаттвы Самантабхадры, на крыше дворца Юмбу Лакхар появилось множество священных предметов<sup>2 90</sup>: изображение, именуемое Чинтамани<sup>2 91</sup>, представляющее тело будд; *Сутра в форме драгоценного ларя*<sup>2 92</sup> и *Сутра ста воззваний и простираний*<sup>2 93</sup>, представляющие их речь; а также ступа, высотой в локоть, представляющая их сознание. Так в Тибете зародилась Дхарма.

Через пять поколений после этого правил Сангцен Гампо<sup>2 94</sup>, воплощение Авалокитешвары. Он построил храмы Традуль и Ягдуль, и также центральный храм в Лхасе<sup>2 95</sup>. Он взял себе в жены Кангю, дочь китайского правителя, которая была воплощением Тары, и Тритсун, дочь правителя Непала, которая была воплощением богини Бхрикути. Каждая из них привезла с собой в качестве части своего приданого, изображение Будды. Эти две скульптуры известны как Джово<sup>2 96</sup>. Тхонми Самбхота, который изучал санскрит с индийским пандитом Девавитом Сингха, создал систему письменного тибетского языка и стал переводить *Облака драгоценностей* и другие сутры. Монах Акармати, которого Сангцен Гампо породил меж своих бровей, отправился в Индию, чтобы обратиться тамошних правителей не-буддистов. В селении Арена, на границе между Индией и Тамрадвипой, он обнаружил в стволе сандалового дерева, - той разновидности, которая называется «змеиная порода», - спонтанно возникшие пять скульптур Авалокитешвары, именуемые Пять Возвышенных Братьев. Он также создал в высшей степени священную одиннадцатиголовую скульптуру Авалокитешвары, которая находится в Лхасе<sup>2 97</sup>. Во время этого правления в Тибете поистине утвердилась Дхарма.

Еще через пять поколений родился правитель Трисонг Детцен<sup>2 98</sup>, эманация возвышенного Манджушри. Его отец умер, когда ему было тринадцать лет. До семнадцати лет он действовал, следуя советам своих министров, таких как Нгам Тара Лугон, Лха-

занг Лупель и другие, и тогда подчинил силой оружия многие страны.

Затем, он ознакомившись с архивами своих предшест-венников, он узнал, что во время правления Лха Тхотхори Ньентсена в Тмббет была принесена Джарма и что она прочно утвердилась при Сангцене Гампо. Пооняв, что его предшест-венники руководствовались исключительно Дхармой, он почув-ствовал, что также и он должен действовать с единственной целью распространять и пропагандировать это священное учение. Посоветовавшись с министром по вопросам религии Го Пемой Гунценом, он умело испросил мнение других министров и получил их поддержку на постройку храма.

Чтобы умиротворить место для постройки храма<sup>299</sup> требо-валось священное лицо. Обратились за советом к самому почитаемому правителем учителю Ньянгу Тиндсину Сангпо, который жил в Самье Чимпу. Благодаря прозрению, обретен-ному в медитации, Тиндсин Сангпо знал, что на востоке Индии, в Сахоре, жил великий аббат по имени Шантаракшита, сын обратившегося к вере правителя Гомадевийи. Об этом сообщили Трисонгу Детцену, и аббат был приглашен в Тибет.

Шантаракшита освятил место, но некий нага, живший в местечке под названием Араяяпало, проведал, что заросли, в которых от обитал, будут срублены, и призвал себе на помощь всех духов. Составилась армия из двадцати одного *гвеньена* и сопровождавших их людей и нелюди; и ночью они уничтожили все, что было сделано днем, и принесли обратно все те камни и землю, которые там были до этого. Правитель пошел к аббату и спросил его:

«Это произошло потому, что мои омрачения слишком велики? Или же ты не освятил место? Неужели моим планам не суждено сбыться?»

«Я умею действовать с помощью бодхичитты, - отвечал

аббат. - Но подчинить духов мирным путем невозможно. На них можно действовать только гневом. Сейчас в Индии, в Бодх- гайе, находится учитель из Уддияны, который известен как в Лотосе Рождений . Он явился на свет чудодейственно, превзошел пять наук и умеет использовать силу абсолюта<sup>300</sup>. Он овладел общими и высшими свершениями. Он подавляет демонов и держит духов всех восьми категорий в своем повиновении. Он заставляет трепетать богов и демонов и покоряет *гвеньенов*. Если пригласить его сюда, ни один дух не сможет ему воспротивиться, и, стало быть, все твои желания будут исполнены.

«Неужели можно пригласить такого, как он?»

«Да, это возможно благодаря молитвам, которые возда-вались в прошлом. В давние времена в Непале жила дочь птичника Сале по имени Самвари. У нее было четыре сына от ее связей с коневодом, свинопасом, птичником и собако-водом...» И аббат рассказал историю о том, как была построена ступа Ярунг Кхашор<sup>301</sup> и о молитвах, которые тогда воздавались.

Правитель послал в Индию Ба Тришера, Дордже Дюджома, Чима Шакьяпрабху и Шубу Пелги Сенге. У каждого была мера золотого песка и сделанный из золота узел вечности. Они объяснили Великому Мастеру, что его присутствие необходимо в Тибете чтобы благословить место для постройки храма.

Мастер обещал прибыть в Тибет. Он отправился в путь и по дороге связал обетом двенадцать *тенмов*, двенадцать защитниц, двадцать одного *гвеньена* и всех в Тибете богов и демонов.

Он прибыл, наконец, в Тракмар, умиротворил землю и храм *Спонтанно возникший Самье* был построен. В нем было центральное здание в три этажа, окруженное строениями, представлявшими континенты и субконтиненты и два храма Якша, верхний и нижний, представлявшие солнце и луну; весь комплекс был окружен стеной. Чтобы освятить храм аббат Шантаракшита, просветленный Падма и Вималамитра три раза разбрасывали цветы; они также явили множество поразительных знаков и чудес<sup>302</sup>.

### 3.2 УСТНАЯ ПЕРЕДАЧА ЗНАНИЯ ЛЮДЯМ

Затем аббат Шантаракшита стал обучать Винайе и Сутрам, в то время как просветленный Падма и Вималамитра давали наставления к мантрам. Как раз в ту пору Второй Будда из Уддияны и великий пандит Вималамитра давали наставления «трем сердечным детям» - Правителю, Подруге и Подданному<sup>293</sup>, а вместе с ними также Ньянгвену Тинзину Вангпо и другим ученикам, которым выпала удача быть достойными преем-никами учения. Ради них они повернули колесо Учения о трех внутренних йогах, включая Великое Совершенство Атийоги, чем и раскрыли однозначно три ключевых пункта: различение, чистое решение и самоосвобождение<sup>303</sup>. С этого начинается так называемая «устная передача учения ординарным людям».

Второй Будда из Уддияны также передал многочисленные наставления Будды Двадцати Пяти Ученикам<sup>294</sup>, имевшим необходимое благое предрасположение, - каждому в соответствии с его кармой. Тантрические тексты были записаны на желтых свитках<sup>304</sup> и спрятаны как духовные сокровища.<sup>295</sup> Мастер прочитал молитвы и доверил - ради блага будущих учеников - свитки, кому надлежало, Впоследствии, в заранее предсказанное время, появились воплощения тех просветленных учеников, к кому были обращены первоначальные молитвы, и раскрыли эти глубокие сокровища. Их многочисленные ученики, обладавшие соответствующей кармой, работали ради блага всех существ; и таким образом сложилось то, что известно как традиция шести передач учения<sup>305</sup> и традиция девяти передач учения<sup>305</sup>.

Из бесчисленных *тулку* и открывателей сокровищ нас интересует в данном случае видьядхара Ридзин Джигме Лингпа. Он был, поистине, «Пребывающий в Природе Сознания» Авалокитешвара<sup>296</sup>, который явился в форме духовного друга. Он получил одновременно от Второго Будды из Уддияны, великого пандита Вималамитры и всеведущего Лонченпы Рабджампы<sup>306</sup> полную передачу учения в соответствии со всеми тремя традициями - с ментальной, символической и устной передачей знания. Он был, поистине, совершенный будда, повернувший колесо всей доктрины ради существ со счастливым предрасположением и благоприятной кармой. Как говорится,

У него ординарное тело как у бога или человека,  
но его священное сознание - это сознание подлинного  
будды.

Поэтому мой почитаемый учитель<sup>297</sup> имел обыкновение говорить: «Для тех, кто умеет практиковаться и молиться, мой учитель - Ваджрадхара<sup>307</sup>, возвышенный защитник существ. Не думайте, что я говорю это из почитания или из желания восхвалять его. Он, поистине, совершенный будда, Великий Ваджрадхара, который пришел в ординарной форме чтобы при-нести существам благо. В нашей традиции между ним и вами стою лишь я один. Что же касается меня, то с той самой минуты, как я его встретил, я всегда делал все, что он мне говорил. Я служил ему во всех трех планах<sup>298</sup> и никогда не делал ничего, что могло бы доставить ему неудовольствие или заставить его нахмуриться. Вы можете не сомневаться, что никакая порча самаи не замутнила блеск золотой цепи этой традиции. Богатство его благословений ни с чем не сравнимо.

В *Тантре Единения Солнца и Луны* говорится:

Если не объяснить как зародилась Дхарма,  
могут по заблуждению не поверить

в это истинное и глубоко секретное Учение.

Именно для того, чтобы внушить ученикам доверие, пока-зав им, что данная традиция восходит к подлинному истоку и может быть к нему вновь возведена, я и ввел этот рассказ в контекст Гуру-йоги

В Гуру-Йоге очень важно прочитать мантру десять милли-онов раз. Некоторые не делают этого, считая, что, поскольку это предварительные упражнения, они не слишком важны. Или, быть может, они слышали, сколь глубокими являются наставления к основным упражнениям. Им не терпится перейти к практике этапа порождения и этапа завершения и оттого они не отводят достаточно времени на выполнение предварительных упражнений. Но, как говорится в пословице:

Они высовывают язык раньше, чем голова сварилась!<sup>3 08</sup>

Они протягивают ноги раньше, чем кровать согрелась!

Выполнять предварительные упражнения, не доводя их полностью до конца, не имеет никакого смысла. Даже если иной раз и вспыхивают на мгновение сигналы «горячо», они столь же зыбки, как здание, возведенное без фундамента.

Также является заблуждением полагать, что, завершив предварительную практику и перейдя к основной, вы можете забросить предварительные упражнения, ибо они являются всего лишь подготовительным этапом. Если перестать тренироваться в предварительных упражнениях, составляющих фундамент Пути, то подрываются корни Дхармы. Это подобно тому как расписывать фреску, не имея стены. Продолжайте непрерывно тренироваться, пока у вас не появится глубокая уверенность, что вы воистину постигли предварительные упражнения. Концентрируйте особое внимание на Гуру-йоге, открывающей доступ к благословениям, и сделайте ее основой своей практики. Это весьма существенно.

*Я вижу, что мой добрый учитель воистину Будда,  
но по собственному неразумению не следую его  
советам.*

*Я знаю, что все существа в трех мирах были моими  
родителями,*

*но по скверности характера оскорбляю своих  
духовных братьев.*

*Благослови меня и других с такой же несчастливой кармой,  
чтобы в этой жизни и во всех остальных  
мы следовали своему духовному учителю  
и были в своих делах и мыслях в равной мере  
смирненными, верными дисциплине, гибкими и кроткими.*

## ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ



## **БЫСТРЫЙ ПУТЬ ПЕРЕНОСА**

УКАЗАНИЯ НА МОМЕНТ СМЕРТИ:

ПЕРЕНОС СОЗНАНИЯ,

БУДДОВОСТЬ БЕЗ МЕДИТАЦИИ

### ГЛАВА 1

**УКАЗАНИЯ НА МОМЕНТ СМЕРТИ:**

**ПЕРЕНОС СОЗНАНИЯ,**

**БУДДОВОСТЬ БЕЗ МЕДИТАЦИИ**

*Превыше похвал твои сострадательные деяния во благо  
омраченных существ.*

*Превыше похвал, что ты приемлешь вершителей неблагого  
себе в ученики.*

*Превыше похвал твои умелые средства в обращении с  
неукротимыми.*

*Несравненный Учитель, я преклоняюсь пред тобой.*

### 1. ПЯТЬ ТИПОВ ПЕРЕНОСА

Существует, в общем, пять типов переноса сознания:

- 1. Высший тип переноса в дхармакайю с использованием печатм Воззрения.*
- 2. Средний тип переноса в самбогакайю через соединение этапов порождения и завершения.*
- 3. Низший тип переноса в нирманакайю с помощью безбрежного сострадания.*
- 4. Ординарный перенос с использованием трех метафор.*
- 5. Перенос, производимый для умершего при посредстве сострадания.*

#### **1. Высший тип переноса в дхармакайю с использовани-ем печати Воззрения**

Те, кто в течение жизни обрели адекватное Воззрение на непреходящность Высшей реальности и в нем утвердились, могут в момент смерти применить основную технику прост-ранства и первожданного сознания на секретном пути первожданной чистоты

*трекчо* и перенести свое сознание на простор дхармакайи.<sup>3 09</sup>

## **2. Средний тип переноса в самбогакайю через соединение этапов порождения и завершения.**

Те, кто имеют опыт проводить нераздельно, как единую йогу, практику на этапах порождения и завершения и пол-ностью натренированы воспринимать форму божества как некую иллюзорную видимость, имеют возможность в момент смерти при появлении галлюцинаций промежуточного состо-яния перенести свое сознание в соединение кайи мудрости, то есть соединение рупакайи (воспринимаемой формы) и дхармакайи (пустоты).<sup>3 10</sup>

## **3. Низший тип переноса в нирманакайю при посредстве безбрежного сострадания**

Те, кто получили в рамках Секретной Мантраяны созре-вающие со временем посвящения, отличаются незапятнанной самайей, имеют склонность к тренировкам на этапах порождения и завершения и получили наставления о промежуточном состо-янии, могут, как говорится:

Не забыть отвернуться<sup>299</sup> чтобы воспрепятствовать  
внедрению в лоно.

Это тот момент, когда требуется решимость и чистое  
восприятие.

Практикующие этот тип переноса сознания должны блоки-ровать нежелательное внедрение в нечистое лоно матки. Будучи движимы большим состраданием и используя в начале практику предполагаемого перерождения в облике нирмана-кайи, они могут затем перенести свое сознание в место перерождения в одной из чистых земель.<sup>3 11</sup>

## **4. Ординарный перенос с использованием трех сравнений**

Те, кто практикуются в этом типе переноса, представляют себе центральный канал как путь, *бинду* («каплю сущности») сознания как путника и чистую землю великого блаженства как место назначения.<sup>3 12</sup>

**5. Перенос сознания умершего с помощью «крюка» сострадания** Этот тип переноса осуществляется для умирающего либо для умершего, еще находящегося в промежуточном состоянии.

Его может осуществить в высшей степени просветленный йог, контролирующий свое сознание и свои восприятия, и имеющий способность распознавать сознание существа в промежуточ-ном состоянии.

Вообще говоря, непременным условием для переноса сознания умершего является вступление на путь Видения. Как говорит Джетсун Мила:

Пока не постиг истину на пути Видения,  
не практикуй переноса сознания умершего.

Однако любой, кто умеет точно определять тот момент, когда следует производить перенос,- то есть момент, когда

останавливается «внешнее» дыхание, но еще продолжается «внутреннее»<sup>3 13</sup> ,- может в этот определенный момент осуществ-вить перенос сознания, если он несколько знаком с настав-лениями о такого рода переносе. Это было бы большой помо-щью умер-

шему, ибо он мог бы, помимо всего прочего, избежать перерождения в низших сферах. Его можно бы тогда сравнить с путником, которого друг направляет по правильному пути.

Как только тело отделяется от сознания, перенос стано-вится более трудным. Тогда для этой задачи требуется йог, контролирующий свое собственное сознание и имею-щий способность определять, где именно в промежуточном состоя-нии находится этот умерший. В промежуточном состоянии легко оказывать воздействие на существо, еще не имеющее матери-ального тела. Тогда Йог может произвести перенос из проме-жу-точного состояния и направить сознание этого существа в чистую землю. Совершенно бессмысленно, однако, утвержде-ние, что возможно осуществить перенос с тем чтобы после смерти вернуть сознание обратно в тело<sup>3 14</sup>.

В наши дни перенос сознания подчас осуществляют так называемые ламы и *тул-ку*,<sup>300</sup> которых развелось множество. Если они осуществляют перенос без всяких эгоис-тических устрем-лений, движимые лишь любовью и состраданием бодхичитты, то впол-не вероятно, что они смогут помочь умершему, не омрачая при этом собственного со-знания. Это становится возможным благодаря мотивации бодхичиттой. Но если кто-либо делает это ради наживы и знает лишь как прочесть слова садханы, а затем полу-чить за это лошадь или другое вознаграждение, то это поистине достойно порицания.

Быть поводырем или учителем для других,  
Когда сам еще не добрался до берега освобождения,  
Так же противоречиво, как пытаться спасти утопающего,  
Когда тебя самого сносит течением.

Однажды, когда искусный лама Тензин Чопел был в Тсари, у него было видение человека, для которого он однажды осуществил перенос сознания и получил за это в качестве вознаграждения лошадь. Он видел лишь голову этого человека на поверхнос-ти кровавого озера. Видение назвало Тендзина Чопела по имени и спрашивало, что делать.

«Я могу отдать тебе мое паломничество в Тсари<sup>301</sup> « - в испуге ответил Тендзин Чо-пел и видение исчезло.

Помимо этого, если кто-либо, - будь он даже великий учитель, достигший высоко-го уровня прозрения, - принимает подношения, сделанные во имя умершего, но не со-вершает ни ритуала, ни службы для блага этого умершего, то это создает омрачения на его пути. Когда умер Гьюрме Тхекчок Тендзин, бывший перевоплощенным аббатом монастыря Дзогчен, для совершения похоронных церемоний был приглашен Тример Шингкьонг. В течение целого дня он совершал лишь ритуалы очищения и призыва к возврату его сознания, и бесчетное число раз повторял ритуал переноса сознания, как он делал бы это для ординарного человека. Монахи спросили его, какая была в том при-чина, и он объяснил это следующим образом:

«В давние времена Дзогчен Ринпоче не совершил ритуалы и не прочитал молитвы ради блага того, от чьего имени он принял лошадь в качестве подношения. Тот человек совершил много неблагого, и вследствие этого уровни и пути, через кото-рые проходил Ринпоче, были несколько омрачены. Теперь он и я соединенными усилиями это ис-правили».

Говорят, что тот в этой истории, кто творил неблагое, прозывался Голок Тендзин.

Когда ламы и *тулку* принимают подношения от имени умершего, они не должны думать, что раз они «важные особы», они могут не действовать с позиции бодхичитты и не совершать ритуалы, молитвы и посвящения. Даже выдающиеся *тулку*, признанные перевоплощениями истинно великих лам прошлого, должны снова научиться читать и

начинать, как все обычные люди, с изучения алфавита. Если они не сохранили из прошлых жизней своего умения читать, то едва ли можно сомневаться, что они также забыли все, что знали о йогах этапов порождения и завершения. Я спрашиваю себя, не лучше ли было бы, если бы они посвящали некоторое время, практикуясь в бодхичитте и учась проводить службы и ритриты, вместо того чтобы, едва научившись сидеть в седле, метаться из одного места в другое, собирая подношения.

## II. ОРДИНАРНЫЙ ПЕРЕНОС С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕХ СРАВНЕНИЙ

Перенос, о котором сейчас пойдет речь, называется «ординарный перенос с использованием трех сравнений» или

«перенос сознания учителя». Это то, что в *Тантре безупречной исповеди* называется «перенесение в момент смерти шара света посредством звука». Практика переноса этого типа не нужна тем, кто обрел высшее постижение. Для них, как говорится в одной тантре:

То, что называется «смерть» - это всего лишь концепт,  
Нечто, ведущее на небесные просторы.<sup>3 15</sup>

И также:

Смерть или то, что мы называем смертью,  
Для йога лишь незначительное просветление.

Те, кто в этой жизни одолели крепость абсолютного и управляют жизнью и смертью, хотя, по видимости, и умирают, но для них смерть не более как перемещение из одного места в другое.

Те, кто безупречно овладели сущностной практикой этапов порождения и завершения, могут, как упоминалось выше, применить один из трех приемов, используемых в момент смерти, в промежуточном состоянии или при рождении для того чтобы осуществить перенос сознания в одну из трех кай.

С другой стороны, как говорится,

У кого недостаточно тренировки,  
могут быть приняты посредством переноса.

Эта техника существенна для тех, кто не достиг стабильности на Пути, кто совершил множество неблагих действий,

и т.п. Для всякого, кто располагает этими важными указаниями, сколь бы серьезными ни были его вредоносные действия, двери в низшие сферы закрыты. Даже те, кто совершили преступление с немедленным возмездием, и, в противном случае, прямо бы отправились в низшие сферы, даже и они будут защищены от этих сфер, если будут действовать в соответствии с этим учением. Как говорится в тантрах:

Хотя бы каждый день по брамину убивали  
или пять действий с немедленным возмездием совершали,  
этот путь принесет вам освобождение,  
а те действия запятнать вас не смогут.

И также:

Кто прикинуется в переносе сознания,  
держа в фокусе внимания то открытие,  
что лежит выше девяти других<sup>302</sup>,  
того неблагие действия не загрязнят  
и переродится он в чистой земле.

И еще:

Если следуешь по бело-шелковому пути вдоль  
центрального канала своего,  
Поклоняясь отцу своему, просвещенному учителю,  
Восседающему на солнце и луне на макушке у тебя,  
Будешь освобожден, хотя бы совершил  
Пять преступлений с немедленным возмездием.

Стало быть, эти глубокие наставления о переносе сознания являются методом, позволяющим достигнуть буддовость без медитации; тайным, могучим приемом, приводящим к освобождению даже самых великих грешников. Ваджрадхара будда говорил:

Даже если бы каждый день по брамину убивали  
И пять действий с немедленным возмездием совершали,  
Но лишь откроются вам эти указания,  
И, несомненно, освобождены будете.

И сам Великий Гуру из Уддияны говорил:

Всем знаком путь к Буддовости через медитацию,  
А мне известен путь без медитации.

Или, по словам великого пандита Наропы:

Пять открытий раскрываются в сансаре  
И лишь одно раскрывается в Махамудре.  
Закрой те пять и открой одно,  
И это, без сомнения, приведет тебя к освобождению.

А вот что говорил Марпа, переводчик из Лходрака:

Я тренировался снова и снова, и снова,  
И теперь я искушен в переносе сознания.  
Я, надо думать, умру как обыкновенный человек,  
Но меня это не тревожит,  
Ибо постижение этой практики придало мне уверенность.

Или вот еще слова Джетсуна Шерпы Дордже:

Эти наставления, которые объединяют, передаются и  
устанавливают связь<sup>303</sup>, -  
Это ведь существенное руководство для преодоления  
промежуточного состояния.

Счастлив тот, кому известен этот путь,  
Ибо тот, чья жизненная энергия вводится в центральный  
канал,  
Достигает абсолютного пространства. Как замечательно!

Нижеследующие указания содержат две части: тренировка и собственно перенос сознания.

### **1. Тренировка**

Тренируйтесь в соответствии с полученными вами указаниями о переносе сознания и усердно повторяйте эти упражнения снова и снова, пока не появятся признаки того, что достигнуты некоторые результаты.

Если в настоящее время ваши скрытые каналы, энергии и сущности еще не подверглись дегенерации и находятся в стадии становления, вам будет достаточно трудно осуществить полный перенос сознания. Но когда подойдет момент смерти, а также в пожилом возрасте это будет легко. Можно сравнить это с фруктами на дереве: летом они еще зеленые и сорвать их трудно; но осенью, когда созреют и вот-вот упадут, стоит лишь коснуться их краем одежды, и они срывается с ветки.

### **2. Собственно перенос сознания**

После того как появились признаки приближения смерти, то есть когда появилась уверенность, что выздоровление невозможно и уже начинается процесс распада, - вот тогда и будет, поистине, наилучший момент для успешного осуществления переноса сознания. Как объясняется в тантрах:

Осуществляйте перенос в подобающий момент,  
А иначе вы умертвите божества.<sup>304</sup>

В процессе разложения существует множество стадий; но для простоты понимание этого можно сказать, что он состоит из последовательного разложения пяти сенсорных способностей, распада четырех элементов и переживаний «ясности», «роста» и «обретения». Разложение пяти сенсорных способностей уже началось, если, к примеру, молитвы, которые читают монахи, собравшиеся вокруг вашего смертного ложа, воспринимаются как неясное, нечленимое на слоги бормотание; или если человеческие голоса доносятся до вас будто издали и вы не можете разобрать ни одного слова. Это знак того, что ваше слуховое сознание затухает. Если привычные формы видятся как расплывчатые пятна, это знак того, что ваше зрительное сознание затухает. Если подобным же образом затухают ваша способность воспринимать запах и исчезают вкусовые и тактильные ощущения, это знак того, что вы находитесь в процессе финального распада. Именно тогда вам необходимо водительство. Если около вас есть кто-либо, кто способен осуществить перенос сознания, это, безусловно, самый подходящий момент.

Далее, когда элемент тела разлагается в элемент земли<sup>3 16</sup>, это ощущается как падение в пропасть. Чувствуешь себя тяжелым, словно бы придавленным грузом горы. Иногда в это время умирающий просит посадить его или поднять ему подушку. Когда элемент крови разлагается в элемент воды,

текут слюна и выделения из носа. Когда элемент теплоты тела разлагается в элемент огня, рот и ноздри пересыхают и тело, начиная с конечностей, постепенно холодеет. В некоторых случаях в этой стадии из верхней части головы вырывается пар. Когда

элемент дыхания, или энергия, разлагается в элемент воздуха, все другие ваши энергия - восходящая энергия, энергия опорожнения, горячая энергия и всепроникающая энергия - разлагаются в энергию поддержания жизни. Вдох становится затрудненным. Выдох превращается в ряд сотрясений, с помощью которых воздух проталкивается из легких через гортань. Затем вся кровь тела собирается в канале жизни и три капли ее, одна за другой, капают в сердечный центр. И тогда, завершившись тремя долгими вдохами, внешнее дыхание внезапно останавливается.

В этот момент белый элемент («семя»), полученный от отца, перемещается из верхней части головы вниз. Внешним сигналом этого является восприятие белизны, наподобие цвета безоблачного неба, освещенного луной. В качестве внутренне-го сигнала сознание воспринимает сияние и исчезают враждебные мысли всех тридцати трех разрядов. Это состояние именуется «ясность».

Красный элемент («кровь»), полученный от матери, двигается из области пупа вверх. Внешним сигналом этого является восприятие красноты, наподобие цвета безоблачного неба, освещенного сиянием солнца. В качестве внутреннего сигнала сознание испытывает прилив счастья и исчезают вожеленные мысли всех сорока разрядов. Это состояние именуется «возрастание».

Когда белый и красный элементы встречаются в сердце, между ними внедряется сознание. Внешним сигналом этого является восприятие черноты, наподобие цвета безоблачного совершенно темного неба. В качестве внутреннего сигнала сознание испытывает состояние абсолютного безмыслия и пре-бываешь бессознательным в полной темноте. Это состояние именуется «обретение».

Через несколько мгновений выныриваешь из этой бессоз-нательности и наступает момент «ясного света первозданного основания»<sup>3 17</sup>, что воспринимается наподобие неба, не подвер-женного ни одному из трех вышеописанных состояний. Приз-нать в этом состоянии свою собственную природу и остаться в ней - это и есть то, что называется «высший перенос сознания в дхармакаю». Так обретается Буддовость без прохождения через промежуточное состояние.

Затем одно за другим разворачиваются промежуточные состояния абсолютной реальности и промежуточное состояние становления. Однако эти состояния здесь не описываются, поскольку они входят в состав наставлений к главной практике.

Для тех, кто не имеет достаточного опыта на пути<sup>3 18</sup>, надлежащим моментом для применения техники переноса соз-нания будет начало процесса разложения. При этом необходимо полностью освободиться от всех привязанностей к этой жизни и, вооружившись отвагой, думать следующим образом: «Какое счастье, что я умираю и, воспользовавшись наставле-ниями моего учителя, смогу, словно стрела выпущенная неким гигантом, перелететь в чистые земли.»

Будет трудно запомнить все детали визуализации и дру-гие важные аспекты пере-носа сознания. Поэтому если у вас есть друг, знающий эту визуализацию, попросите его, чтобы он помог вам ее освоить. Но, во всяком случае, именно в этот момент вам следует проявить стойкость и, применив получен-ные вами наставления об этом гло-болом пути и опыт предыду-щих тренировок, осуществить перенос сознания.

Ниже излагается техника переноса сознания, которая используется и во время тре-нировок, и в процессе самого переноса.

### **3. Указания к переносу сознания; процесс медитации**

Сядьте на подушке для медитации в удобной позе - спина прямая, ноги скрещены в позиции ваджра.

### 3.1 ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Следует выполнять все предварительные упражнения отчетливо, со всеми подробностями и полностью, начиная с «*Призывания учителя издалека*» и до момента растворения в Гуру - Йоге.

### 3.2 ОСНОВНАЯ ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

Представьте себе, что ваше обычное тело<sup>3 19</sup> мгновенно превращается в Ваджрайогини. Она красного цвета. У нее одно лицо и две руки. Она стоит на своих обеих ногах, приподняв правую как при ходьбе. Взгляд ее трех глаз устремлен в пространство. В этой тренировке переноса сознания следует представлять себе, что у Ваджрайогини привлекательное лицо, выказывающее миролюбивое с некоторым налетом гневли-вости. Поднятой вверх правой рукой она шевелит черепной тамбуриной, звуки которого пробуждают существа ото сна смятенности и невежества. В левой руке, на уровне бедра, она держит кривой нож, обрубающий под корень три яда. Тело ее обнажено и обряжено лишь в гирлянду цветов и костяные украшения. Медитируйте о ней как просто о скоплении красного шелка - она является нам, но не вещественна. Это *пустая внешняя оболочка* тела.

Представляйте себе центральный канал посередине этого выпрямленного тела как некий столб в центре пустого помещения. Мы называем этот канал «центральным», потому что он идет в центре тела прямо вверх, не отклоняясь ни вправо, ни влево. Ему приписываются четыре характеристики. Он синий словно пленка цвета индиго, что символизирует непреходящую дхармакайи. Его фактура подобна по своей утонченности лепестку лотоса, что символизирует эфемерность омрачений, порождаемых привычными моделями поведения. Он светозарен как пламя лампы, заправленной кунжутным маслом,

что символизирует светозарность, рассеивающую мрак невежества. И он прямой как сегмент тростника бамбука, что символизирует тот факт, что он никогда не ведет низшими или ложными путями. Его верхний конец, словно открытая отдушина, выходит прямо в открытие Браммы на макушке головы, что символизирует тот факт, что это путь к освобождению и перерождению в высших сферах. Его нижний конец на четыре пальца ниже пупа закрыт, что символизирует тот факт, что доступ к сансаре и к перерождению в низших сферах прегражден. Это *пустая внутренняя оболочка* центрального канала.

Теперь представьте себе расширение канала на уровне сердца, напоминающее узел на тростнике бамбука. Представьте себе на этом узле зеленую, подвижную и вибрирующую каплю (*бунду*) энергии. Поверх нее помещается представляющий сущность вашего сознания красный слог *hrih* с длинной гласной и двумя точками знака *visarga*<sup>305</sup>. Он колышится и вибрирует словно флаг на ветру. Это опора вашего сознания.

Представьте себе над головой, на расстоянии локтя, сооруженный из драгоценностей трон, который поддеживают восемь огромных павлинов. На этом троне лежат один на другом, наподобие трехслойной подушки, многоцветный лотос, диск солнца и диск луны. На троне сидит ваш достославный коренной учитель, несравненная сокровищница сострадания, являющийся по сути своей воплощением всех Будд прошлого, настоящего и будущего, но предстающий в форме благословенного будды и защитника Амитабхи. Он красного цвета, словно гора из рубинов, освещенная тысячью солнц. У него одно лицо. В его двух руках, соединенных в жесте медитации, чаша для подаяний, наполненная нектаром мудрости и бессмертия. Его одежду составляют три монастырские облачения, которые присущи высшему воплощению нирмана-кайи<sup>3 20</sup>, соблюдающему чистоту поведения. Его тело отмечено тридцатью тремя основными и восемьюдесятью вторичными знаками, такими как, например, *ushnisha* на макушке головы, отметины колес на ступнях и тому подобное. Он озарен ослепительной светозарностью и



излучает бесчисленные лучи света.

Справа от него великий Авалокитешвара - воплощение сострадания всех будд. Он белого цвета; у него одно лицо и четыре руки. Его две верхние руки, сложенные ладонями вместе, лежат перед сердцем. Нижней правой рукой он перебирает белые хрустальные четки, а в нижней левой руке держит длинный стебель белого лотоса, раскрытые цветы которого видны около его уха.

Слева от Амитабхи Ваджрапани - Повелитель Секретов, воплощение силы, власти и умений всех будд. Он синего цвета. В руках, скрещенных перед сердцем, он держит ваджру и колокол.

Как Авалокитешвара, так и Ваджрапани отмечены тринадцатью украшениями самбогакаи (см. стр. 362). Амитабха сидит, скрестив ноги в позиции ваджра. Это знак того, что он не пребывает ни в одной из крайностей, то есть ни в сансаре, ни в нирване. Оба бодхитсаттвы стоят в знак того, что они без усталости работают на благо существ.

Вокруг этих трех основных божеств собрались, являя словно бы массу облаков на ясном небе, все учителя линии передачи этого глубокого переноса сознания. Их полные любви лица обращены к вам и всем другим существам. Они смотрят на вас с улыбкой и думают о вас с радостью. Думайте о них как о великих водителях, которые освободят вас и все другие существа от страданий сансары и перерождения в низших сферах и поведут вас в чистую землю великой радости. Представляйте себе зрительно то, что описывается в следующем тексте, начиная с:

*Мое обыденное тело обращается в Ваджрайогини...*

до:

*Ее три глаза обращены в пространство.*

Затем начиная с:

*В центре ее тела находится центральный канал...*

до:

*Представляйте себе ее тело со всеми основными и вторичными знаками.*

Затем с абсолютной верой и полным доверием, чувствуя, как напрягаются мускулы и слезы текут из глаз, повторяйте как можно большее число раз молитву:

*Бхагаван, Татхагата, Архат, безупречно совершенный  
Будда, защитник Амитабха,  
Простираюсь пред тобой, приношу дары и  
принимаю у тебя прибежище.*

Затем прочитайте три раза всю следующую молитву, начиная со слов:

*О чудеса! Здесь, в спонтанно возникшей абсолютной  
Аканиште...*

до:

*Да будет дано достичь твердыни простора  
дхармакайи!*

Затем читайте три раза поледнюю часть, начиная с:

*С преданностью в своем сознании...*

И, наконец, читайте три раза последнюю часть, начиная с:

*Да будет мне дано достичь твердыни простора  
дхармакайи!*

Читая молитвы, концентрируйтесь полностью на опоре своего сознания слоге *hri*, чувствуя при этом такую силу преданности к своему учителю и защитнику Амитабхе, что у вас слезы текут из глаз.

Далее идет ритуал проецирования сознания. Пока вы пять раз произносите, артикулируя в середине нёба, « *hri*, *hri* », светлозеленое вибрирующее *bindu* энергии<sup>3 21</sup> поднимает опору вашего сознания красное *hri* вверх. Это светло-зеленое *bindu* продолжает, непрерывно вибрируя, двигаться все выше и выше. В тот момент когда *bindu* появляется в отверстии Брамьы на макушке головы, произнесите *hik!* и представьте себе, что ваше сознание, - будто стрела, выпущенная из лука неким гигантом, - выстреливает вверх и растворяется в сердце Амитабхи.

Повторяйте весь этот процесс семь, двадцать один или большее число раз, вновь представляя себе *hri* в своем сердце и как прежде произнося *hik!* В других традициях произносят *hik!*, когда сознание выстреливает вверх, и *ka!*, когда оно вновь спускается. Но в нашей традиции мы не произносим *ka!*, когда сознание возвращается назад.

Снова начинайте с:

*Бхагаван ... защитник Амитабха ...*

и читайте молитвы, выполняйте ритуал проецирование сознания и т.д., как описано выше, и стремитесь повторять весь процесс как можно большее число раз.

Далее читайте три, семь или большее число раз, начиная с:

*Бхагаван ... защитник Амитабха ...*

до:

*... приношу тебе дары и принимаю у тебя прибежище.*

А затем читайте сокращенную молитву о переносе сознания под названием *Внедрение стабля травы*, написанную открывателем сокровищ Ньидой Сангье<sup>3 22</sup> и дошедшую до нас по преемственной традиции монастыря Дзогчен:

*Будда Амитабха, я простираюсь пред тобой;  
Падмасамхава из Удияны, я молю тебя;*

*Милостивый коренной учитель, поддержи меня своим состраданием!  
Коренные учителя и учителя традиции, направляйте меня на пути.  
Благословите меня, чтобы я смог постичь этот глубокий путь переноса.  
Благословите меня, чтобы с помощью этого краткого пути переноса  
Я мог попасть в обитель небесной радости<sup>3 23</sup>.  
Благословите меня и других, чтобы как только эта жизнь завершится,  
Мы могли бы переродиться в Земле Великого Блаженства.*

Повторите эту молитву три раза, затем повторите последнюю строку еще три раза и повторяйте весь описанный выше ритуал проецирования сознания приемлемое для вас число раз.

Затем начните снова с:

*Бхагаван, Татхагата ...*

и читайте молитву переноса из *Небесных доктрин*, дошедшую до нас по преемственной традиции монастыря Пальюль.<sup>3 24</sup>

*О чудеса!  
Достойный несказанного восхищения защитник Амитабха,  
Великий сострадательный и могущественный Ваджрапани,  
С этой лишь мыслью на уме, я вас молю за себя и других:  
Благословите нас, чтобы мы постигли глубокий путь переноса сознания;  
Благословите нас, чтобы, когда придет момент смерти,  
Наше сознание было перенесено в Великое Блаженство.*

Прочитайте эту молитву три раза и повторите последние две строки еще три или большее число раз. Затем практикуйтесь, как было указано выше, в технике проецирования сознания.

Эти две последние молитвы не входят в состав текста, содержащего указания к *Сокровенной сущности Безбрежного простора*, и не были переданы видхьядарой Джигме Лингпой.

Они идут по линии передачи Дзогчена Ринпоче, через монас-тырь Гочен и так далее. Они являются частью посвящений, полученных Кьябдже Додруп Ченом Ринпоче, который объединил их все в одно единое целое. Он использовал их сам, равно как и мой почитаемый учитель. Додруп Чен Ринпоче также наследовал по линии кагьюпа указания о переносе сознания, восходящие к Гампопе. Поэтому в книгу указаний к переносу сознания, которую составил Додруп Чен Ринпоче, входят и молитвы Гампопы, хотя мой учитель обычно сам эти молитвы не читал. Во всяком случае, процесс описанной визуализации во всех названных традициях совершенно идентичен; так что нет сомнения, что эти различные источники указаний слились воедино, как сливаются воедино несколько потоков воды. Мой почитаемый учитель неоднократно получал эти указания от Кьябдже Додруп Чена Ринпоче. Я полагаю, что те, кто получили эти указа-

ния от моего почитаемого учителя, должны были получить одновременно также и указания к переносу сознания в соответствии с традицией кагью и, стало быть, им в той же мере, в какой и другим, позволено читать молитвы этой традиции. Если приводимые здесь две сокращенные молитвы и не полностью совпадают с молитвами, включенными в собрание Кьябдже Додруп Чена Ринпоче, их отличие от других версий весьма незначительно. Поэтому я привожу их в том виде, в каком обычно учил их читать мой почитаемый учитель.

Однажды мой учитель давал учение о переносе сознания в соответствии с традицией *Небесных доктрин*; и так как там было большое стечение людей, некоторые не слышали добавленную им фразу: «всё это (di rnam), когда наступит момент смерти», и теперь иные говорят «восприятия этой жизни (dir snang)...», а другие «поэтому (di nas)...». По моему мнению, оба эти варианта являются не вполне правильными.

После того как вы повторите эту тренировку множество раз и придет время заканчивать сессию, произнесите пять раз «*phet*» тем завершив ее в просторе пяти кай.<sup>3 25</sup> Затем пребудьте некоторое время в ровности неизменного первородного состояния, воздерживаясь от каких-либо умствований.

Все учителя традиции над вашей головой растворяются в трех главных божествах. Два бодхисаттвы растворяются в Амиабхе. Амиабха растворяется в свете и свет растворяется в вас. Тут же представьте себя буддой и защитником Амитай-юсом. Он красного цвета, у него одно лицо, две руки и две ноги. Он сидит в позиции ваджра. В руках, сложенных в жесте медитации, он держит сосуд жизни, наполненный нектаром бессмертной мудрости и украшенный в верхней части деревом исполнения желаний. Амитайюс отмечен тринадцатью украшениями, характерными для самбогакайи.

Читайте сто раз «*om amaranti jivantiye svaha*», а затем dharani долгой жизни и другие мантры. Это поможет избежать воздействия этой тренировки на продолжительность вашей жизни и устранит, в силу истины о взаимозависимости, препятствия, которые могут ей угрожать<sup>3 26</sup>. Эту часть тренировки не следует выполнять, если перенос сознания осуществляется для умирающего или уже умершего, а также если вы ее осуществляете для себя, но поистине в момент смерти.

Знаки успеха в тренировке к данной практике описаны в коренном тексте к этим предварительным упражнениям:

Болит голова и исторгается блестящая, словно роса,  
капля пота;  
И можно бы медленно вставить в нее стебелек травы.

Упорно практикуйтесь, пока не появятся такие знаки успеха.

В заключение, посвятите заслуги и читайте *Молитву перерождения в Чистой земле блаженста* и другие молитвы.

Эти указания о глубоком пути переноса сознания не требуют столь долгих тренировок, как тренировки на этапах порождения и завершения. Через неделю, безусловно, появятся знаки успеха. Поэтому этот метод называется «наставления, ведущие к Буддовости без медитации»; и оттого этот быстрый и непревзойденный путь должен стать для всех содержанием ежедневных тренировок.

*Я неспособен быть водителем себе самому, но бормочу  
невразумительно над умершим;  
Я не практикуюсь, но постоянно воздвигаю помост  
своих наставлений;*

*Благослови меня и подобных мне шарлатанов,  
Чтобы мы обрели способность практиковаться с должным  
упорством.*

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Эти наставления к предварительным упражнениям содержат двенадцать основных пунктов. Шесть из них относятся к общим, внешним предварительным упражнениям:

1. Размышлять о том, сколь трудно получить человеческое воплощение, наделенное всеми свободами и преимуществами, чтобы иметь возможность воспользоваться тем, что составляет сущность этого свободного существования.
2. Размышлять о преходящности жизни, чтобы стимулировать свою устремленность.
3. Признать, что сансара во всех ее проявлениях это страдание, чтобы вследствие этого обрести решимость освободиться от сансары и породить в себе чувство сострадания.
4. Осознать все особенности следствий, вытекающих из действий, чтобы вследствие этого отказаться от неблагих действий и всегда совершать лишь благое..
5. Помнить о благах освобождения, чтобы вследствие этого с радостью устремляться к достижению конечной цели.
6. Осознать, как надлежит следовать истинному духовному другу и учиться на его духовных постижениях и его деяниях.

Пять следующих относятся к особым или внутренним предварительным упражнениям:

1. Заложить фундамент пути освобождения, приняв прибежище в Трех Драгоценностях.
2. Установить основание для многообразной деятельности бодхисаттвы, породив возвышенную бодхичитту.
3. Исповедовать все вредоносные действия и срывы, корень всякого зла, используя при медитации о Ваджрасаттве и чтении его мантры четыре силы.
4. Накапливать заслуги и мудрость, корень всякого духовного прогресса, поднося чистые земли трех кай в форме мандалы.
5. Порождать в себе мудрость постижения, молясь своему учителю, источнику всех благословений.

И последнее, установить с помощью переноса сознания связь с чистыми землями, породив тем самым Буддовость без медитации., - на тот случай, если внезапно, до завершения пути, застигнет смерть.

Эти предварительные упражнения могут быть представлены также следующим образом:

С помощью четырех размышлений, отвращающих сознание от сансары, и путем

осознания преимуществ освобождения, мы порождаем искреннюю решимость достигнуть освобождения и тем самым открываем доступ к пути в целом. Следуя своему духовному другу, источнику всех добрых качеств, мы создаем условия, благоприятные для продвижения на пути. Приняв прибежище в качестве фундамента, породив возвышенную бодхичитту и практикуя шесть трансцендентальных совершенств, мы продвигается по истинному пути просветленных и всеведущих будд.

Существуют другие наставления, которые знамениты своими объяснениями трех типов восприятия<sup>327</sup>, трех классов существ, Махамудры в соответствии с традицией сутр<sup>328</sup> и т. п.; однако все существенные аспекты пути, в них затронутые, полностью включены в это сочинение.

Вместе с тем, очищение и накопление с использованием двух высших методов, а именно, практики Ваджрасаттвы и поднесения мандалы; Гуру-йога, секретный путь глубоких благословений; учение о переносе сознания, порождающем Буддовость без медитации, - все эти несравненные наставления присущи лишь данному способу изложения этой практики.

После прохождения упомянутых аспектов практики и прежде чем перейти к исключительной основной практике, составляющей ядро учения Ваджраяны о *Драгоценной сущности*, практикующие проходят специальные предварительные аспекты практики, которые вводят их в три кайи, в природу сознания и в первозданное сознание<sup>329</sup>. Далее, после введения в абсолютное через посвящение в творческое начало первозданного сознания, даются прямые наставления на основе эволюции собственного опыта<sup>306</sup>.

Я писал эти наставления не под воздействием каких-либо эстетических или литературных соображений. Моя главная цель состояла в том, чтобы точно передать устные указания моего почитаемого учителя, сделав их при этом легкими для понимания и полезными для ума. Я всеми силами стремился не исказить эти наставления, привнеся в них мои собственные слова и идеи.

В ряде случаев мой учитель любил добавлять особые указания, имеющие целью вскрывать неочевидные недостатки. Я включил в соответствующие разделы те из них, которые я смог вспомнить. Пользуйтесь ими не для того, чтобы отмечать ошибки других, но как зеркалом чтобы вскрывать свои собственные. Внимательно присмотритесь к себе чтобы понять, имеются ли эти недостатки у вас; и если они у вас есть, признайте их наличие и стремитесь их искоренить. Выправьте свое сознание, с тем чтобы без препон продвигаться по истинному пути.

Наилучший духовный учитель - тот, кто борется с вашими скрытыми недостатками.

Наилучшее наставление - то, что направлено прямо на эти недостатки.

Наилучшие друзья - внимательность и бдительность.

Наилучший стимул - враги, препятствия и страдания, вызванные болезнью.

Наилучший метод - отсутствие каких-либо умствований..

Исключительно важно, чтобы наставления воздействовали на ваши скрытые недостатки. Важно использовать Дхарму

чтобы исправлять свое сознание; чтобы постоянно быть внимательным и хранить бдительность; чтобы всегда принимать на себя ответственность за все, что происходит; и чтобы под влиянием Дхармы в сознание не могла проникнуть ни одна негативная

мысль. Если вы сможете этого добиться, вы окажете себе большое благодеяние. Благодаря благотворному воздействию Дхармы на ваше сознание, следование своему учителю приобретет реальный смысл. Атиша также говорил:

Самый лучший способ помочь другим - это открыть им Дхарму.

Самый лучший способ получить такую помощь - это обратить свое сознание к Дхарме.

Одним словом, сейчас вы располагаете всеми свободами и преимуществами человеческого существования. Вы встретили истинного учителя и получили глубокие наставления. Именно теперь у вас есть условия чтобы обрести Буддовость, практиковать в соответствии с наставлениями в рамках девяти колесниц. Именно теперь вы можете либо начертать схему своих будущих жизней, либо предоставить их воле судьбы. Именно теперь вы можете либо посвятить себя благу, либо предаваться неблагу. Вы находитесь на перекрестке дорог, когда вы должны выбрать либо правильное, либо ошибочное направление для всех последующих своих существований. Это такая же редкая удача, как если бы вам досталась еда, которая обычно в этой жизни перепадает вам лишь в одном из ста возможных случаев.

Так что используйте Дхарму для собственного освобождения, пока у вас еще есть такая счастливая возможность, и пусть смерть будет для вас постоянным стимулом. В этой жизни стройте планы только на короткое время и стремитесь, даже ценой жизни, совершать благое и избегать неблагого. Следуйте своему истинному учителю и принимайте все, что бы он ни говорил. Вручите себя, свое тело и сознание Трем Драгоценностям. Признайте, что все ваше счастье проистекает из их сострадания, а страдание является следствием ваших прошлых действий. Усердно практикуйтесь в очищении и накоплении, исходя исключительно из безупречно чистых побуждений бодхи-читты. И, наконец, храня безупречную преданность и незапятнанность самаи, нерасторжимо слийте свое сознание с сознанием своего высокого учителя, являющего подлинную линию передачи, и еще в этой жизни одолейте твердыню абсолютного. Отважно примите на себя обязательство освободить все существа, своих бывших матерей, из засенок сансары. Таково в общих чертах все самое существенное, что заключают в себе эти наставления.

Река нектара существенных наставлений тройной традиции,  
сладкая амброзия, стекающая с уст учителя, представляющего истинную линию передачи,  
существенные аспекты практики в девяти колесницах  
здесь гармонично и безошибочно сливаются воедино.

·  
Эти замечательные слова, как хорошо приготовленная еда,  
полностью очищены от шелухи пустых фраз,  
приправлены существенными аспектами глубокой практики  
и одобрены соусом устных наставлений, основанных на опыте.

Эти замечательные слова, как умелый землепашец,  
взрыхляют пустошь неблагого действующателя, удобренного

тремя ядами,  
не подверженным порче плугом наставлений, искореняю- щих скрытые недостат-  
ки,  
и умело орошают его водой подлинной Дхармы.

Эти замечательные слова порождают обильный урожай:  
семя бодхичитты, заботливо внесенное в плодородную  
почву решимости вырваться из сансары  
и удобренное накоплением и очищением, приносит плод  
благих качеств

Эти замечательные слова, как заботливая няня,  
что находит у своих подопечных скрытые недостатки и их  
искореняет:  
сотни раз даются умелые советы, как обрести благие  
качества,  
и выражается забота лишь о том, как помочь им стать  
лучше.

Это не пустые слова, они исполнены глубочайшего смысла.  
и еще хранят в себе тепло дыхания моего несравнен-  
ного учителя.  
Те, кто их принимают как близкую сердцу  
драгоценность,  
несомненно уже вступили на путь истины.

Эти замечательные наставления являют особое  
умение бодхасаттв.  
Перед нами священный текст без аффектации и  
красивых фраз,  
написанный простым языком чтобы показать  
истинный путь,  
и чтобы возникло рвение тренироваться  
и тем извлечь благо для себя.

Пространные комментарии с обилием деталей  
плохо укладываются в ограниченные рамки неразви-  
того сознания;  
высокие философские рассуждения и глубокие учения  
было бы трудно претворить в практику по причине тупости  
интеллекта в наш век деградации.

Потому этот сжатый и легко доступный для понимания текст -  
жидкое золото, проникающее сквозь малое открытие  
в ограниченных умах;  
свет лампы, освещающий потемки хилого разума, -  
подобен терпеливому учителю, самолично разъясняющему  
истинный смысл.

Когда эрудит, упивающийся пышным красноречием,



и известный учитель, не ведающий, что поучения устной традиции и текстов должны прилагаться к себе самому, отведают нектар этих высоких и существенных указаний, они, несомненно, вдохнут в свою практику новую жизнь.

Для отшельника, который медитирует без руководства, словно бы швыряя камни в пустоту;  
для адепта, который тщится, что практикует добродетель;  
и для мнимого сиддха, который не умеет определить пределов своих возможностей, этот путь будет бальзамом, который исцелит их сердца.

Этот текст не собрание придуманных фраз, обработанных неким эрудитом, поднаторевшим на сложных текстах;  
не умело расписанный фейерверк напыщенных слов, не имеющий никакого касательства к словам моего добросердечного учителя.

Мои ваджра - братья тому свидетели, ибо прошло еще не слишком много времени с той благословенной для Тибета и для мира поры, когда жил мой бесподобный учитель, сам Будда во плоти.

Деяния этого возвышенного существа вдохновили меня составить это собрание его доподлинных слов. Пусть же этот плод моего почитания и добрых намерений усладит моих братьев и даже самих богов.

Пусть в будущие времена удачливые существа, читая этот текст, испытают то же почитание, как если бы лично встретили моего озаренного учителя; ибо, полагаю, я точно выразил сущность его слов.

Все заслуги, проистекающие из моего труда я посвящаю тому, чтобы все существа, мои матери в прошлом, встретили возвышенного духовного друга м, претворив его слова в практику, обрели совершенный плод.

И чтобы, в особенности, те, кто питался нектаром, стекавшим с уст моего несравненного учителя, совершенного будды, обрели все воедино совершенную Буддовость; а мне бы довелось их увидеть в качестве поводырей других существ.

Чтобы выдающиеся последователи моего добросердечного учителя,  
впитывавшие амброзию его несравненных слов,  
и покоряющие удачливых пьянящим гимном его наставлений,  
еще долгое время пребывали в позиции лотоса на ваджра-троне.<sup>307</sup>

Чтобы отныне и впредь, во всех моих будущих жизнях,  
я служил моему совершенному учителю и его последователям;  
ублажал их, делая все, что они меня попросят,  
и был бы в силу этого принят ими в ученики.

Чтобы пока для всех существ не будет исчерпана сансара,  
я отдавал свое тело, благосостояние и заслуги своим бывшим матерям, ввергнутым в несчастье,  
и чтобы все они также приняли Дхарму несравненного будды.  
А до той поры чтобы в их сердцах взошло солнце благословений этой драгоценной традиции;  
и чтобы, посвятив свою жизнь практике в одинокой пустоши,  
они могли бы всегда пребывать в присутствии своего несравненного учителя.

Этот внешний, или общий, и внутренний комментарий к *Драгоценной сущности безбрежного пространства* точно соответствует словам моего несравненного учителя. Он возник вследствие настоятельных просьб Дронмы Церин-ги, моего замечательного, пунктуального и усердного соу-ченика. Дронма Церинга дал мне свои заметки, где он записал все, что мог вспомнить, и настаивал, чтобы я с помощью этих заметок написал объяснительный текст, верно воспроизводящий наставления нашего учителя. Кроме того, некоторое время спустя драгоценный Кунзанг Тхекчок Дорье, драгоценный *тулку* - представитель бесценного и почитаемого учителя и держатель этого учения, ведущего к зрелости и освобождению, два или три раза обращался ко мне с этой просьбой и даже снабдил меня для этой цели бумагой.

Позднее меня поощрял к этому также постигший все учения Дхармы Кушаб Ринпоче Шемпен Тхайе Озер<sup>330</sup> - самый выдающийся из духовных сыновей, бывших держателями устной традиции моего возвышенного учителя и защитника. Он утверждал, что я, безусловно, должен записать наставления моего учителя в том виде, в каком он обыкновенно их излагал, ибо это оживит наши о нем воспоминания и вдохнет новую жизнь в наше почитание.

Поддерживали меня и помогали осуществить это начинание также многие из моих любимых ваджра - братьев и сестер, каторые мне дороги как зеница ока моего и будут, несомненно, нераздельны со мной, как фитиль и пламя лампы, до той поры пока мы не постигнем сущность прозрения.

Таковы истоки этого сочинения, написанного тем, кому видьядхара Чангчуб Дордже<sup>331</sup>, - бесподобный венец сотен несравненных сиддхов - дал имя Оргиен Джигме Чоки

Вангпо, но кто, на самом деле, невзирая на это звонкое имя, всего лишь оборванный и неотесанный Абу<sup>332</sup>, горящий в пламени пяти ядов.

Этот текст был должным образом завершен в уеди-ненной пустыни, еще более удаленной чем Рудам Оргиен Самтен Чолинг<sup>308</sup>, частью которого она является, и известном как Устрашающий Дворец Ямантаки. Это восхитительно живописное место несет на себе все черты пустыни, где ветви деревьев впитывают в себя горячую субстанцию солнечных лучей, а корни поглощают свежие капли этого эликсира; где всевозможные выющи-еся растения, кусты, травы, ветви и листья, цветы и фрукты, буйно разрастаются, сплетаясь в решетки и гирлянды, сквозь которые просачивается амброзия сияющей улыбки Сына лазоревых небес<sup>309</sup>, наполняющая сердце ощущением безграничной роскоши.

*Пусть в силу полного и успешного завершения этого  
труда  
все несметные существа изберут этот возвышенный  
путь  
и обретут освобождение на обетованных просторах первозданного Будды.*

Джэмгон Конгтрул Лодро Тхайе<sup>333</sup>

Послесловие

Ом Свасти Сиддхам

Это сокровище мудрости Самантабхадры с его шестью путями освобождения<sup>334</sup>,

Было раскрыто благодаря мудре Йога Небесного Обширного Простора<sup>310</sup>, славного своими двумя постижениями.

Она известна как *Сущность Обширного Простора*, и ее безграничные благословения имеют власть даровать исполнение всех желаний.

Просто слушать наставления к этим предварительным упражнениям

Имеет силу в одночасье трансформировать сознание существ.

Это сущность всего, чему учил Оргъен Чоки Вангпо

И что получено через устную передачу от Джигме Гьялвай

Ньюгу.

Чтобы сделать доступным этот дар Дхармы, свободной от концептов субъекта, объекта и действия,

Пема Лекдруп, обладающий столь же безграничной верой,

сколь и богатством,  
По духу, и по времени благородный секретарь Дерге  
с соответствующими четырьмя разделами и десятью  
добродетелями,  
Этим трудом принес нам неиссякаемые потоки Дхармы.

Пусть благодаря этим заслугам высшее учение о ясном ваджра-  
свете  
Распространится и станет доступным во всех трех мирах,  
и пребывает в них долгое время.  
Пусть все существа, имеющие с ним связь, в скорости получат  
доступ к великой первоизданной сущности  
И в скором времени смогут достигнуть благоденствия для себя,  
и других.

*По завершении первого исправленного варианта данного текста, это послесловие было  
написано Лодро Тхайе, видящего в чистом  
свете всех без различия учителей и лишнего всякого сектантского предубеждения.  
Пусть множится добродетель!*

## ГЛОССАРИЙ

### А

**Абббат** /mkhan po/ - обычно относится к тому, кто принял монастырские обеты. Так называют также того, кто достиг высокого уровня знания Дхармы и кому поручено учить .Одхарме. Это может быть, наконец, форма обращения к старейшему монаху во время одного из традиционных летних ретритов.

**Абббат Бодхисаттва**-так иногда именуют **Шантаракшиту**

**Абсолютная истина** /don dam bden pa, skt. paramartha/ - истина, которая постигается мудростью при отсутствии каких-либо движений сознания. Характеризуется тем, что она «за пределами сознания, немыслима, невыразима» Патруль Ринпоче. Ср. **относительная истина**.

**Абсолютная Реальность**, см. **Природное бытие** (~всего сущего), **первоизданное состояние**.

**Абсолютное пространство** /chos dbyings, skt. dharmathatu/- простор **Абсолютной Реальности**. С позиции прозрения все явления предстают в просторе пустотности.

**Абхидхарма** /mngon pa/ - одна из трех питак(букв.корзин). Является основой буддийской психологии и логики. Здесь описываются вселенная, различные классы существ, этапы на пути к освобождению, а также опровергаются ложные воззрения и пр.

**Авалокитешвара** /sryan gas gzigs / - Ченрези, один из **Восьми Великих Ближайших Сыновей**, сущность речи всех будд, воплощение их сострадания.

**Ад** /dmyal ba, skt. naraka/ - одна из **шести сфер** сущест-вования, где существа испытывают невыразимые страдания. В аду, как правило, испытываются следствия преды-

душих действий, но не создаются новые для них причины.

**Адхичитта** /sems lhag can/-предыдущее(в небесных сферах) воплощение **Гараба Дордже**.

**Аканишта** /'og min, букв.'ничего над этим'/-самая чистая или самая возвышенная земля. Так именуются шесть различ-ных сфер, начиная с высшей сферы богов (то есть, с восьмого рая богов Четвертой концентрации) в Мире Формы и вплоть до абсолютной Аканишты - чистой сферы за пределами всего постижимого.

**Акшобья** /mi bskyod pa/ - будда из семейства Ваджра. См. **Пять Семейств**.

**Алмазная Колесница** - см **Ваджраяна**.

**Алмазный** - имеющий свойства **ваджры**.

**Амброзия** /bdud rtsi, skt amrita, букв.'бессмертный'/- нектар /rtsi/, побеждающий демона смерти /bhud/. Символ мудрости.

**Амитабха** /'od drag med, букв.'бесконечный свет'/- будда из семейства Лотоса. См.

**Пять семейств**.

**Амитайюс** /tshe drag med/ - будда долголетия

**Амогхасидхи** /don yod grub pa, букв.'тот, кто свершил все значимое'/ - будда из Семейства Действия. См. **Пять Семейств**.

**Ананда** /kun dga " bo/ - кузен Будды, прислуживавший ему. Сыграл важную роль в сохранению Учения после того, как Будда покинул этот мир, ибо сумел запомнить все устные наставления Будды.

**Анандагарбха** /bde mchog snying po/ - другое имя **Адхи-читты**.

**Ангулимала** /sor mo threng ba/ - один из учеников Будды, убивший 999 человек, но сумевший очиститься от своих неблагих действий и достигший уровня Архата. Его имя буквально означает "Гирлянда пальцев".

**Амогхасиддхи** /don yod grub pa, букв.'кто доводит до конца то, что имеет смысл'/ - будда из Семейства Деятельности.

См. **Пять семейств**.

**Ануйога** - по классификации школы Ньингма (Старой школы переводов), вторая из трех внутренних йог и восьмая из девяти колесниц. В этой йоге главное внимание уделяется **этапу завершения**, в особенности медитации на **тончайших каналах и энергиях**.

**Арура и кьюрура** /Terminalia chebula и Emblica officinalis/ - лекарственные растения. Арура является эмблемой Будды медицины.

**Архат** /dgra bcom pa, букв. "тот, кто покорил врагов" (отрицательные эмоции)/. Достичь уровня Архата - конечная цель **Шравакаяны**. Это своего рода **нирвана**, за пределами перерождения, однако не завершена достижением полной Буддовости.

**Арьядева** /'phags pa lha/ (II век) - самый знаменитый ученик **Нагарджуны**, чье учение он комментировал в ряде трактатов по философии Срединного Пути. См. **Срединный путь** (Мадьямика).

**Асанга** /thogs med/(IV век) - один из **Шести Украшений**,

основатель школы Йогачара и автор многих значительных шастр (см. **шастра**), среди которых особое место занимают те пять, наставления к которым он получил от **Майтрейи**.

**Асуры** /lha ma yin, skt asura/ - один из **шести типов существ**, основной эмоцией которых является ревность. Асуры - санскритское слово, которое иногда переводится как «полу-боги»; однако в тибетском языке этот термин означает бук-вально «не-боги» и асуры определяются как враги богов.

**Атийога** - по классификации школы **ньингма**, высшая из трех внутренних йог, вершина **девяти колесниц**. См. **Вели- кое Совершенство**.

**Атиша** (982-1054), также известен как Дипамкара и Джово Атиша /jo bo a ti sha/. Этот великий индийский учитель и ученый, один из главных наставников в монастырс-

ком университете **Викрамашила**, был строгим блюстителем монастырских правил. Он получил наставления о бодхичитте от многих знаменитых учителей и, в особенности, от **Дхармакирти (Суварнадвины)**, у которого он занимался в Индонезии. Последние десять лет своей жизни он провел в Тибете, где преподавал и участвовал в переводе буддийских текстов. Его ученики основали школу **Кадампа**.

## Б

**Базовое сознание** /kun gzhi, - сокращение от kun gzhi rnam par shes pa, skt. alaya/ - «подспудный» слой сознания, в котором хранятся привычные склонности. Это основа всех других видов сознания. См. **восемь видов сознания и семь видов сознания**

**«Безмыслие» (отсутствие мыслей)** /mi rtog pa'i nyams/ - одно из трех медитативных переживаний; состояние покоя, при котором мысли отсутствуют. См. **переживания (медитативные)**.

**Бесконечная Устремленность** /mos pa mtha yas/ - будущий будда; последний из тысячи будд, которые явятся в течение этой **Благоприятной кальпы**.

**Бессущность** /bdag med, skt. anatmmya, nairatmya/ - отсутствие у существ /gang bzag gi bdag med/ и явлений /chos kyi bdag med/ независимого, самосущего бытия.

**Бесценный сосуд** /gter chen po'i bum pa/ - один из восьми знаков, предвещающих благое. Соотносится с гортанью Будды и символизирует учение, исполняющее все желания.

**Бинду** /thig le, skt. bindu/ - букв. означает, 'круг', "о", "точка", "сфера", "капля", но имеет также целую гамму других, более абстрактных значений. В главе о переносе сознания это санскритское слово использовалось чтобы подчеркнуть множественность уровней значения. В других контекстах это же слово переводится как "сущность".

**Благая кальпа** /bskal pa bzang po, skt. bhadrakalpa/ - нынешняя **кальпа**; именуется «благой», потому что в этот период в мир явятся, в общей сложности, тысяча будд.

**Благое действие** /dge ba, skt. kusala/ - «то, что создает счастье» (Дюджом Ринпоче). - АП: благой, добродетельный поступок.

**Блаженство** /bde nyams/ - одно из трех возможных переживаний при медитации. См. **переживание**.

**Блаженство и пустота** /bde stong/ - блаженство, переживаемое без привязанности, как пустое.

**Боги** /lha/ - переводится как «боги», когда обозначает тип существ, одержимых гордыней. См. также **божество**.

**Боги без восприятий** /'du shes med pa'i lha/ - боги в Сфере Не-форм.

**Боги и демоны** /lha "dre/ - относится ко всем духам вообще, как благотворным (lha), так и вредоносным ("dre).

**Бодхисаттва** /byang chub sems dpa' / - 1) существо, идущее путем Бодхисаттвы и намеренное привести все существа к Прозрению, и 2) возвышенный Бодхисаттва, достигший одного из десяти **уровней Бодхисаттвы**.

**Бодхичитта** /byang chub kyi sems, букв. 'сознание прозрения'/. На относительном уровне, это желание достичь Буддовости во имя блага всех существ, а также проявление любви, сострадания, пракика шести совершенств и всего другого, что необходимо для достижения этой цели. На абсолютном уровне, это непосредственное прозрение в природу всех явлений, в Абсолютную Реальность.

**Бодханат (ступа ~)** /bya rung kha shor/ - одна из двух великих ступ в долине Катманду. История ее строительства, связанная с приходом Буддизма в Тибет, описана в *Истории ступы Ярунг Кашор* - термы, открытой Шакья Зангпо (издана по-английски в переводе Кита Даумана под названием *Легенда Великой ступы*, «Дхарма», Беркли, 1973).

**Божество** /lha, skt. deva/ - обозначает Будду или божество мудрости, а также божество изобилия или одного из **защитников Дхармы**. См. также **боги**.

**Божество изобилия** /nog lha/ - божество, которое стремятся умиловить чтобы увеличить свое благосостояние.

**Большие и меньшие приметы** /mtshan dang dpe byad/ - тридцать две большие приметы /mtshan dang, skt. majapurusā lakṣaṇa/ и восемьдесят меньших /dpe byad, skt. anuvyañjana/, которые отмечают будду.

**Бонпо** /bon po/-последователь Бон, религиозного движения, которое господствовало в Тибете до прихода Буддизма.

**Брамины** /braṃ ze/ - одна из четырех каст в древне-индийском обществе, каста священников.

**Брахма** /tshangs pa/. В Буддизме Брахма считается не бессмертным богом, а правителем богов в Сфере Не-формы.

**Будда** /sangs rgyas/ - «тот, кто развеял /sangs / мрак двух омрачений и постиг / rgyas (развил в себе) / два вида всеведения: знание о природе явлений и знание о многообразии явлений». Слов.

**Бхагаван** /bcom ldan “das/ - эпитет Будды: тот, кто победил (bcom) **четырёх демонов**, обладает /ldan/ всеми качествами просветления и вышел за пределы /’das/ **сансары и нирваны**.

**Бхикшу** /dge slong/ - санскритский термин, обозначающий монаха, принявшего все монастырские обеты.

**Бхрикути** (jo mo khro gnyer can, букв. ‘та, у которой лоб нахмурен в гневе’ / - форма гневной **Тары**, бодхисаттва сострадания в женском облике.

**Бывший-уже-правитель** /sngon byung gi rgyal po/ - Будда во времена первой кальпы.

**В**

**Ваджра** /rdo rje/ - символ неизменяемой и несокрушимой, все пронизывающей мудрости. Ваджра является ритуальным инструментом, символизирующим сострадание, умелые средства, первоначальное сознание. Всегда ассоциируется с колоколом /dril bu, Skt. ghanta/-символом мудрости, пустоты. АП : несокрушимый алмаз. Ср. изображение Ваджрасаттвы, который держит в правой руке ваджру, а в левой колокол.

**Ваджра-декламация** /rdo rje bzlas pa/ - декламация ман-тры в ритме “вдох-задержка дыхания-выдох”.

**Ваджрадхара** (rdo rje “chang, букв. “держатель ваджры”)/. В **Новой традиции** это первоначальный Будда. В **Старой традиции** Ваджрадхара является принцип Учителя - просветленного держателя учения Ваджраяны.

**Ваджрадхатвишвари** /rdo rje dbyings “phugs ma/ - супруга одного из Будд из **Пяти Семейств**.

**Ваджра Йогини** /rdo rje rnal “byor ma/ - воплощение в Самбхо-гакайе Будды в женском облике.

**Ваджра-мастер** /rdo rje slab spon, skt. vajracarya/ - «духовный учитель, посвящающий в мандалу Секретной Мантраяны и дающий наставления, которые ведут к освобождению» Слов.

**Ваджрапани** /phyag na rdo rje/ - один из **Восьми Великих Ближайших Сыновей**.

**Ваджра-песня** /rdo rje mgur/ - песня /mgur/, выражающая внутреннее переживание **йога**, постигшего незыблительную (skt. vajra) конечную природу вещей.

**Ваджра радости** /dgyes pa rdo rje/ - одно из имен **Гораба Дордже**.

**Ваджрасаттва** /rdo rje sems dra’/ - Будда, олицетворяющий **Сто семейств**. Практика Ваджрасаттвы и чтение его мантры

чрезвычайно эффективны для очищения неблагих действий. В

традиции **Великого Совершенства** Ваджрасаттва представляет будду в **Самбогхакайе**.

**Ваджра смеха** /bzhad pa rdo rje spun/ - одно из имен **Гораба Дордже**.

**Ваджра-собратья** /rdo rje spun/ - ученики одного учителя или те, кто вместе получали учение **Ваджраяны**

**Ваджра-трон** / rdo rje gdan, skt. Vajrasana) - место в Индии (современное название Бодх-Гайя), где все будды этой **кальпы** обретают Прозрение.

**Ваджраяна** /rdo rje theg pa/ - совокупность всех основанных на тантрах наставлений и аспектов практики, которые поз-воляют быстро продвигаться по пути к Прозрению во имя блага всех существ. Ваджраяна является ответвлением **Великой колесницы**. См. - **Тайная Мантраяна** и **Девять колесниц**.

**Вайроцана** /bai ro tsa na/ - самый выдающийся тибетский переводчик и один из семи первых, кто принял в Тибете обет монашества. Был одним из главных учеников **Падма-самбывы** и **Шри Сингхи**.

**Вайрочана** /rnam par snang mdzad/ - Будда из семейства Будды. См. **Пять семейств**

**Вайшака** /sa ga zia ba/ - четвертый месяц тибетского лунного календаря. В этом месяце Будда родился, обрел прозрение и перешел в **нирвану**.

**Вайшравана** /rnam thos sras/ - один из **Четырех Великих Повелителей**, охранитель севера и бог благоденствия. Его область - первая сфера богов в **Мире Желания**.

**Великая вселенная в миллиард миров** (stong gsum, skt.

trisahastra) - вселенная, состоящая из миллиарда миров, каждый со своей горой Меру, четырьмя континентами, восемью субконтинентами и т.п. Соответствует сфере деятельности одного воплощенного Тела Будды.

**Великая колесница** /theg pa chen po, skt. mahayana/ - колесница **Бодхисаттв**. Эта колесница называется «Великой», потому что здесь ставится целью достижение полной Буддовости во имя блага всех существ.

**Великие внешние океаны** /phyi'i rgya mtsho chen po/ - великие океаны, которые, в соответствии с древнеиндийской космологией, окружают гору **Меру** и четыре континента.

**Великие полноводные озера** /rol pa'i mtsho chen/ - «семь озер, окружающих гору **Меру**, в которых живут и резвятся повелители **нагов**.» Слов.

**Великий Сострадательный** /thugs rje chen po/ - одно из имен **Авалокитешвары** (Ченрези), бодхисаттвы Сострадания.

**Великий Всеведущий** /kun mkhyen chen po/ - так часто именуют Лонгченпу.

**Великое Совершенство** /dzogs pa chen po/ - иное наименования **Агийоги**, вершины **девяти колесниц**. *Севершество* указывает на тот факт, что по своей природе сознание естественно содержит все качества *трех тел*: его природа пустота (Дхармакайя), его выражение ясность (Самбо-гхакайя), его сострадание всеобъемлюще (Нирманакайя). *Великий* указывает, что это совершенство является естественным состоянием всех вещей. Учение о Великом Совершенстве подразделяется на три раздела: “сознание” (sems sde), “простор” /klong sde/ и “сущностные наставления” /man ngag gi sde/. См. также Введение.

**Величайший сострадательный** /thugs rje chen po/ - эпитет Авалокитешвары (Ченрези).

**Ветер** /rlung/ - 1) см. **энергия**, 2) в соответствии с тибетской медициной, один из трех настроев тела, нарушение равновесия между которыми является причиной различного рода заболеваний. Эти три настроя соответствуют трем негативным эмоциям или ядам. Ветер соответствует привязанности. См. также **желчь** и **мокрота**.

**Видение** /lha ba/ - 1) точка зрения, верование; 2) Высшее и истинное воззрение, знание о Высшей и истинной Реальности всех явлений. Во втором значении это слово пишется в тексте с большой буквы.

**Видимости** /sbabg ba/ - см. **восприятия**



**Видьядхара** /rig “dzin, букв.” обладатель знаний’/-»тот, кто, пользуясь глубокими методами, постигает божества, мантры и мудрость великого счастья». Слов. В школе ньингма различаются четыре уровня видьядхар: 1) полностью созревший /rnam smin/, 2) контролирующей продолжительность жизни /tshe dbang/, 3) махамудра /phyang chen/ и 4) спонтанно просветленный /l hun grub/.

**Викрамашила** - один из самых знаменитых буддийских университетов в Индии. Был разрушен в XII веке.

**Вималамитра** /dri med bshes bnyen/ - один из наиболее глубоко образованных индийских буддистов. Пришел в Тибет в IX веке, где он широко преподавал и писал трактаты. Он перевел с санскрита множество текстов. Квинтэссенцией его наставлений является Vima Nyingtig, составляющая часть учения о Сердечной сущности /Heart-essence/ Великого Совершенства.

**Вина** - индийский струнный музыкальный инструмент.

**Винайя** /’dul ba/ - одна из трех **Питак** /букв. “корзин”/, в которой излагаются, в общем виде, все поучения о монашеских правилах поведения и этики.

**Випаши** /rnam par gzigs/ - будда, приходивший в мир в течение этой калпы; предшественник **Шакьюни Будды**.

**Вирупа** - один из восьмидесяти четырех индийских **махасиддхов**. Являет собой важный источник наставлений в рамках традиции **Сакья**.

**Властелин секретов** /gsang ba’i bdang po/ -эпитет **Ваджрапани**

**Властелин смерти** /’chi bdg/ - Яма.

**Водяная торма** /che gtor/ - подношение воды; совершается в одном исключительном виде практики.

**Возвышенное существо** /skyes bu dam pa/ - «просветленное существо, способное в широком плане действовать во имя блага других» Слов.

**Возлюбленный звезд** /skar ma la dga’ ba/ - имя Бодхисаттвы. Он пример того, кому бескорыстная устремленность помогла скопить заслуги, несмотря на то что он совершил действие, которое обычно считалось бы неблагим.

**Восемь богинь подношения** /mchod pa’i lha mo brgyad/:

Владычица Красоты /sgeg mo ma, skt. Lasya/, Владычица Гирлянд /phreng ba ma, skt Mala /, Владычица Песни /glu ma, skt Gita/, Владычица Танца /gar ma, skt Nrtya/, Владычица Цветов /me tog ma, skt Puspa/, Владычица Благовония /bdug spos ma, skt Dhupa/, Владычица Свечей /snang gsal ma, skt Aloka/ и Владычица Благоуханий /dri chab ma, skt Gandha/. В мандале мирных божеств Самбогакайи они также являются супругами восьми Бодхисаттв (см. **Восемь Великих Ближайших Сыновей**) и символизируют, соответственно, чистоту четырех объектов органов чувств (формы, запаха, звука, вкуса) и четырех аспектов мысли (прошедшего, настоящего, будущего и неопределенного времени).

**Восемь Великих Ближайших Сыновей** /nye ba’i sras chen brgyad/ - главные бодхисаттвы в окружении Будды **Шакья-муни**: Манджушри, Авалокитешвара, Ваджрапани, Майтрея, Кшитигарбха, Сарваниваранашикамбхин и Самантабхадра.

При оказании помощи существам каждый из них выполняет свою особую роль. Символически они представляют чистое состояние восьми видов сознания.

**Восемь Великих Кладбищ** /dur khrod chen pa brgyad/ - устрашающие с виду места, где царят **даки** и **дакини**. В плане внутреннем они представляют восемь видов *сознания* (*rnam shes brgyad*).

**Восемь видов сознания**-это шесть видов сознания (см), а также эмоциональное сознание и **базовое сознание**.

**Восемь знаков, предвещающих благое** /bkra shis rtags brgyad/ - узел вечности, лотос, шляпа, раковина, колесо, победное знамя, бесценный сосуд и позолоченная рыба; все

эти знаки соотносятся с различными частями тела Будды.

**Восемь мирских забот** /'jig rten chos brgyad, skt. astalokadharmah/ - это выгода и потеря, удовольствие и боль, похвала и осуждение, слава и бесчестие.

**Восемь порочных действий** /log pa rgyad/: 1) судить благое, 2) восхвалять неблагое, 3) прерывать накопление заслуги тому, кто исполнен добродетели, 4) смущать сознание того, кто исполнен веры; 5) покинуть своего духовного учителя, 6) покинуть место уединения, 7) покинуть своих ваджра-братьев, 8) осквернить мандалу.

**Восемьдесят сиддхов** - в древней Индии восемьдесят (или восемьдесят четыре) великих сиддхов; их жизнеописания были составлены Абхьядаттой (в англ. переводе см. «Львы Будды», изд-во Дхарма (Dharma), Эмервиль, 1979);

2) в Тибете восемьдесят сиддхов Йерпы - ученики Падма-самбавы, постигшие высшее Прозрение.

**Восприятия** /snang ba/-то, что в зависимости от склонностей и духовного развития каждого индивидуума предстает перед его органами чувств. В Прим. говорится, со ссылкой на Партруля Ринпоче, о трех типах восприятий:

1) ложные восприятия, возникающие в сознании существ шести сфер существования вследствие коренного заблуждения - их именуют ошибочными, нечистыми восприятиями вселенной и существ; 2) восприятия взаимозависимости/rten "brel/: магические иллюзии/sgyu ma/, соответствующие восьми метафорам иллюзии, которые не принимаются как реальные (см. стр. 349) - это восприятия Бодхисаттв десяти уровней в их постмедитативном состоянии /yang dag/;

3) подлинные, безупречно мудрые восприятия - это постижение Высшей Реальности вещей, существ и вселенной как явления **кай** и мудростей.

**Всеведущий повелитель Дхармы**- эпитет Лонгченпы.

**Вселенский монарх** /'khor los sgyur ba'i rgyal po, skt. chakravartin/ - монарх, который правит во всей Вселенной.

В соответствии с буддийской мифологией, термин чакравартин подразумевает властелинов одного из четырех классов. Наиболее могущественный имеет в своем распоряжении золотое колесо, которое вращается вокруг четырех континентов, окружающих гору Меру, подчиняя их таким образом его владычеству. Затем следуют властелины, имеющие серебряные, медные и железные колеса, которые дают им власть над тремя, двумя или одним континентом. Все они правят в течение огромных периодов времени.

**Всепобеждающее знамя** /phyogs las rnam par rgyal ba'i rgyal mtshan/ - один из **восьми знаков, предвещающих благое**. Соответствует телу Будды и символизирует нерушимость его учения.

**Второй Будда** /sangs rgyas gnyis pa/-эпитет **Падмасамбавы**

**Выступ на темени** /gtsug tor, skt. usnisa/ - характерен для всех будд; это один из тринадцати двух больших знаков, отмечающих будду.

**Высшее свершение** /mchog gi dngos grub/ -см. **Свершение**.

**Высшие уровни** -см. **Уровни бодхиваттвы**.

**Г**

**Гампопа** /sgam po pa/ - см. **Дакпо Ринпоче**

**Гандхарва** /dri za, букв. "поедающие запахи"/ - духи, которые питаются запахами. - Так именуют также существа в **промежуточном состоянии**.

**Гараб Дордже** /dga' rab rdo rje/ - больше известный под этим своим тибетским именем, чем под своими именами на санскрите (Прамудаваджра, Прахеваджра, Сурати-ваджра и Пражнябхава). Первый человек, выступавший в роли учителя **Великого Совершенства**.

**Гаруда** /khyung/ - мистическая птица огромной величины, которая, способна летать, едва лишь вылупившись из яйца. Символизирует первозданную мудрость. Пять цветов, которые иногда используют, изображая ее, символизируют **пять мудростей**. Она является врагом **нагов** и обычно изображается со змеей в клюве - как символ того, что она истребляет негативные эмоции.

**Гелонг** /dge slong/ - монах, принявший все монастырские обеты.

**Гелугпа** /dge lugs pa/ - одна из школ **Новой традиции**, основанная Дже Цонгкапой (1357-1419)

**Геше** /dge bshes/ - духовный учитель. Так обычно именуют учителей школы **Кадампа**. В последнее время так называют докторов философии в школе **Гелугпа**.

**Глубокое прозрение** /lhag mthong, skt. vyurashiana/ - «мудрая способность видеть подлинную природу вещей» Слов. См. **мудрость, первозданная мудрость**.

**Гневная Черная Мать** /ma chig khros ma nag mo, skt. krodhakali/ - гневное воплощение Шамантабхадри в самбо-гакайе; один из аспектов Ваджраварахи /rdo rje phag mo/.

**Готсанга (Гонпо Дордже)** (1189-1258) /rgod tshang pa mgon po rdo rje/- наставник из школы Кагью, ученик Цангпа Гьяре, основатель ветви Другпа Кагью и многих монастырей.

**Гьелгонг** /rgyal "gong/ - разряд вредоносных духов

**Гьялпо** /rgyal po/ - разряд мощных и гневных духов

**Гьялсе Ринпоче** /rgyal sras rin po che, букв. "Драгоценный сын Победителей"/ - имя, присвоенное Тхогме Зангпо (1295-1369), который был великим учителем школ ньингма и сакья и автором *Тридцати семи элементов практики Бодхисаттвы*.

**Гуру-йога** /bla ma'i gnal "byog/ - практика, в которой сознание практикующего сливается с сознанием учителя.

**Гуру Ринпоче** /gu ru rin po che/ - имя, которым обычно в Тибете именуют **Подмасамбыву**.

Д

**Дагпо Ринпоче** (1079-1153)/dwags po rin po che / , также известный как Гампопа - самый знаменитый ученик **Мила-репы** и основатель монастырского ордена Кагью.

**Дака** / mkha' "gro букв."перемещающийся в пространстве'; или dro' bo букв.'герой' / - тантрический эквивалент Бодхи-саттвы; аналогичен **дакини**, но в мужском облике.

**Дакини**/mkha' "gro ma, букв."перемещающаяся в пространстве'/ - женское начало, ассоциируемое с мудростью. Так обозначают данное явление на разных уровнях. Существуют ординарные дакини, то есть существа, обладающие некоторой духовной властью, и дакини мудрости, достигшие полного Прозрения. См. **три корня**.

**Дамару** /da ma ru/ - небольшой тамбурин, который можно составить из верхушек двух черепов.

**Дамчен** /dam chen (rdo rje legs pa)/ - один из защитников Дхармы, связавший себя обетом, данным **Падмасамбаве**.

**Даршака** /mthong ldan/ - иное имя Аяташатру, сына Правителя Магадхи Бимбизара и самого значительного покровителя **Шакьямуни Будды**. Он убил своего отца, но потом раскаялся и очистил свои не благие действия, так что даже сумел стать **бодхисаттвой**.

**Два Высочайших** /mchog gnyis/ - по общепринятому мнению, это Гунапрабха /yon tan "od/ и Шакьяпрабха (sha kya "od).

**Два накопления** /tshogs gnyis, skt. sambharadvaya/ - накопление заслуг /bsod nams, skt. puṇya/ и накопление мудрости /ye shes, skt. jnana/.

**Два омрачения** /sgrib gnyis/ - омрачения вследствие негативных эмоций и концептуальные омрачения. См. **омрачения и четыре омрачения**.

**Двадцать один гвеньен** /dge bsnyen nyer gcig/ - группа духов, которые были покорены **Падмасамбавой** и обратились в защитников Дхармы.

**Двадцать пять учеников**/tje “bang nyer lnga/ - наиболее выдающиеся ученики **Падмасамбавы** в Тибете. Все они обрели высшее прозрение. Самыми знаменитыми были **Трисонг Децен**, **Йеше Цогьял** и **Вайроцана**. Многие великие мастера тибетского Буддизма являются эманациями этих двадцати пяти учеников.

**Две истины** /bden pa gnyis/ - абсолютная истина и относительная истина.

**Двенадцать разделов наставлений в Питаках**

/sde snod bcu gnyis, букв. 'в двенадцати корзинах (питаках)'/, также именуются **Двенадцать Ветвей Замечательного Повествования** /gsung rab' yang lag bcu gnyis). Это двенадцать различных наставлений Будды, соотнесенных с двенадцатью типами текстов: тексты сжатые /mdo sde, skt. sutra/, мелодичные /dbyangs bsnyam, skt. geya/, пророческие /lung bstan, skt. vayakarana/, стихотворные /tshigs bcod, skt. gatha/, изложенные с определенной целью /ched brjod, skt. udana/, объяснения /gleng gzhi, srt. nidana/, касающиеся его прошлых жизней /skyes rabs, skt. jatacas/, чудесные /rmad byung, skt. adbhutadharma/, устанавливающие подлинное значение /gtan babs, skt. upadesha/, биографические /rtogs brjod, skt. avadana/, исторические /de ltar byung, skt. itivrittaka/ и с большим количеством деталей /shin tu rgyas pa, skt. vaipulya/.

**Двенадцать качеств полной тренировки** /Byangs pa'i yon tan bcu gnyis, skt. dvadashadhutaguna/ двенадцать аскетических тренировок **шраваков** и **пратьекабудд**, таких как питаться только один раз в день, жить в уединении, иметь только три монашеские одеяния, и т.п.

**Двенадцать раскатов ваджра-смеха** (rdo tje gad mo bcu gnyis)-наставление к учению о **Великом Совершенстве**.

**Дворец Светозарного Лотоса** /padma “od kyi pho brang/ -

дворец **Падмасамбавы** на чистой земле Славной Медной горы.

**Дворец Полной победы** /rnam rgyal pho brang/ - дворец бога **Индры**.

**Двойкая чистота** /dag pa gnyis/ - первозданная чистота, то есть природа Будды /gang bzin ye dag/, заложенная в каждом существе; и обретаемая практикой очищение от всех привнесенных загрязнений (glo bur phral dag). Вторая чистота доступна только будде.

**Двойкая цель** /don gnyis/ - наша собственная цель и

благо /rang don/ и благо других /gzhan don/. Обычно понимается в абсолютном смысле, то есть когда наша собственная цель достигается через осознание пустоты, **Дхармакайи**, а благо других проявляется через сострадание как **рупакая**.

**Девадата** /lha byin/-двоюродный брат Будды, который вследствие зависти не смог извлечь из учения никакого блага.

**Девять колесниц** - колесницы **шраваков**, **пратьека-будд** и **бодхисаттв**; колесницы внешних тантр: **Крийя**, **Упайога** и **Йога**; и три колесницы внутренних тантр: **Махайога**, **Ануйога** и **Атийога**. Эта классификация принята в школе Ньингма. Две из трех первых, колесница **шраваков** и колесница **пратьекабудд**, относятся к тому, что, по этой классификации, называется **Основной колесницей**. Третья, колесница **бодхисаттв**, это **Великая колесница** или Махаяна. Остальные шесть, внешние и внутренние тантры, составляют **Ваджраяну** или **Секретную ман-траяну**. **Ваджраяна**, в сущности, это раздел **Великой колесницы**. См. также **Колесница**.

**Девять просторов** /klong dgu/ - секции в разделе Простор /klong sde/ в учении о **Великом Совершенстве**.

**Демон** /bdud/ - используется для обозначения злонамеренной или устрашающей энергии. Однако «то, что мы называем демоном - это не существо с разверстым ртом и выпученными глазами. Это то, что вызывает все страдания сансары и препятствует освобождению за пределами страданий. Это, короче говоря, то, что разрушает тело и нано-

сит ущерб сознанию» Прим. См. также **Четыре демона**.

**Дерево, исполняющее желания** /dpag bsam gyi shing/ - волшебное дерево, корни которого находятся в сфере **асуров**, а плоды произрастают в сфере **Тридцати Трех Богов**.

**Дерево Прозрения** /byang chub kyi shing/ - дерево, под которым Будда **Шакьямуни** обрел Прозрение.

**Десять направлений** /phyogs bcu/ -четыре стороны света, четыре промежуточных направления, зенит и надир.

**Джамбудвипа** /'dzam bu gling/ - южный континент; в соответствии с древнеиндийской космологией, один из четырех главных континентов - тот, в котором мы живем. В некоторых контекстах это наименование относится к Южной Азии, а в других к миру в целом.

**Джамгон Конгтрул (Великий), Лодро Тхайе** (1813-1899) /'jam mgon long sprul blo gros mtha' yas/ - великий учитель несек-тантского движения (рима). Вместе с Джамьянгом Кхентсе Вангпо составил ряд замечательных сборников наставлений и вариантов практики, взятых из всех традиций Буддизма. Наиболее значительным из них является *Сокровище вновь открытых наставлений* (rin chen gter mdzod).

**Джетсун Мила** (1040-1123) /tje brtsun mi la/ - один из величайших тибетских йогов и поэтов. Его биография и духовные песни числятся среди лучших произведений тибетского Буддизма. Он был одним из наиболее выдающихся учеников Марпы и одним из самых значительных учителей, стоявших у истоков школы Кагью.

**Джигме Лингпа** (1729-1798) /'jigs med gling pa/- см. в одновременно **Вималамитры**, правителя **Трисонга Децена** и Гьялсе Лхардже. Многие считают Патруля Ринпоче эмманацией речи Джигме Лингпы.

**Джово** /jo bo, букв. "властелин"/ - этим именем обычно тибетцы величают индийского пандита **Атишу**

**Джово Ринпоче** /jo bo rin po che/ - статуя, изображающая Будду в двенадцатилетнем возрасте. Находится в храме Джогханг в Лхасе.

**Джово и Шакья** /jo bo nam gnyis/ - Джово Микьо Дордже и Джово **Шакьямуни**, две статуи Будды, принесенные в Тибет соответственно наследницей правителя Непала и дочерью китайского императора, на которых женился правитель **Сонгцен Гампо** (VII век).

**Джунпо** (byung po) - разновидность злокозненных духов.

**Дзо** /mdzo / - животное, полученное от скрещения яка и быка.

**Дипамкара** - имя **Атиши** после принятия монашества.

**Доха** - песня, в которой *сиддхи* (как, например, **Сараха** или **Вирупа**) воспевают свое Прозрение.

**Драгоценная гора** /rin po che ri bo/ - гора в восточной части континента Видеха.

**Драгоценное посвящение в слово** /tshig dbang rin po che/ - четвертое посвящение, которое очищает омрачения тела, речи, сознания и привычных склонностей, способствует медитации о первозданном Великом Совершенстве и сеет зерна обретения ваджрамудрости и свабхавикакаи». Слов.

**Драгоценность, исполняющая желания** yid bzhin nor bu,

skt. cintamani/ - волшебная драгоценность, найденная в сфере богов или в сфере нагов, которая исполняет все желания. Она соответствует гортани Будды и символизирует учение, исполняющее все желания.

**Драгоценный навес** /rin po che'i gdugs/ - один из **восьми знаков, предвещающих благое**; соотносится с головой Будды и символизирует защиту от негативных эмоций.

**Драгоценный Мастер из Уддияны** /o gyan rin oi che/ - одно из имен **Падмасамбавы**.

**Дрикунг Кьобпа** (1143-1217) /'bri gung skyob pa/ - основатель монастыря Дрикунг и школы Дрикунг Кагью.

**Дром Тонпа** (1005-1064) /'brom ston pa, также именуемый 'brom ston rgyal ba'i "byung gnas / -главный тибетский ученик **Атиши**, один из первых учителей школы **Кадампа** и основатель монастыря Радренг /rva sgrenq/ (часто произносится как "Ретинг").

**Друк Пема Карпо** (XVI век) /'brug padma dkar po / - третий Друкчен Ринпоче, великий учитель и писатель школы Друкпа Кагью и основатель монастыря Сангак Чолинг.

**Дуалистический** /gnyis "dzin, букв. "ухватившись, цепляясь за два" / -соотносимый с понятием "я" и "не-я".

**Дух-хозяин места** /gzhi bdag или sa bdag/ - дух, живущий в данном месте и считающий его своим.

**Духовное сокровище** /gter ma/ - наставления, а также статуи и разные предметы, скрытые **Падмасамбавой**, **Йеше Цогьял** и другими в земле, скалах, озерах, деревьях или же в более изолированных местах, как, например, простран-ство, сознание. Эти сокровища были скрыты ради блага будущих поколений, а затем вновь открыты перевоплощениями учеников Падмасамбавы - **открывателями сокровищ** /gter ston/.

**Духовные братья** /ches gtogs/ - ученики одного и того же учителя или те, с кем были одновременно получены наставления. Считается, особенно в **Ваджраяне**, что существенно важно сохранять с этими людьми гармоничные отношения.

См. **ваджра-братья**.

**Духовный друг** /dge ba'i gshes gnyen, skt. kalyanamitra/ - то же, что духовный учитель.

**Дхарани** /gzungs/ - мантра, получившая благословение будды или бодхисаттвы и имеющая власть помогать существам. Такие мантры нередко встречаются в **сутрах** и подчас бывают довольно длинными.

**Дхарма** /chos/ - это санскритское слово имеет целый ряд различных значений. В своем наиболее широком значении обозначает все, что может быть познано. Применительно к наставлениям Будды термин не переводится и пишется с заглавной буквы. Дхарма имеет два аспекта: Дхарма передачи знания /lung gi chos/ , то есть преподаваемые наставления; и Дхарма постижения /rtogs pa'i chos/ , то есть степень мудрости и пр., что было обретено в ходе практики на основе этих наставлений.»Обычным эпитетом к Дхарме является "возвышенная" /dam pa/, ибо она освобождает существа от страдания» (Дюджом Ринпоче). Когда слово dharma /chos/ обозначает просто явление, т.е. любую вещь, которая может быть познана, оно переводится как "явление", "вещь". Исключение составляет перевод фразы /'jig rten chos brgyad/, как "восемь мирских *забот*".

**Дхармакайя** /chos sct, букв. 'тело Дхармы' / - аспект пустоты буддовости. Может переводиться как "Абсолютный простор", "истинное Тело" .

**Дхармата** /chos nyid,/ - «природа пустоты» Слов

**Дхармодхата** /chos "phags/ "Возвышенная Дхарма" -

Бодхисаттва, от которого **Садапранудита** получил учение о трансцендентальной мудрости.

## Ж

**Жженые подношения** /gsur/ - подношение запаха еды, подожженной на углях. Такое подношение делается буддам,

защитникам, вообще всем существам, но, в особенности, блуждающим духам и тем, с кем нас связывают кармические долги. gsur приготавливается из **трех белых продуктов** и

**трех сладких продуктов**. Красный gsur готовится с мясом.

**Желтый свиток** /shog ser/ - кусок бумаги, не непременно желтого цвета, на котором записано духовное сокровище.

**Желчь** /mkhris pa/ - один из трех настроев тела, нарушение равновесия которых вызывает различного рода заболевания. Три настроя соотносятся с тремя негативными эмоциями (ядами). Желчь соответствует гневу. См. также **ветер** и **мокрота**.

### З

**Заслуга** /bsod nams, skt. punya/ - благая карма; положительная энергия, порожденная позитивными действиями в плане тела, речи и сознания.

**Затухание явлений в дхармате** /chos nyid zad pa/ - четвертое из **четырёх видений** или переживаний в практике тхогал. «Все явления очищаются в мандале Великой единой сущности; все, порожденное сознанием, затухает в **Дхармате**. Не остается даже цепляния за **Дхармату**.» Слов.

**Защитник Дхармы** /chos skyong, skt. dharmapala/. Защитники Дхармы защищают учение от фальсификаций и передачу учения от искажений. Защитниками Дхармы могут быть эманации будд или бодхисаттв, а также духи, боги и демоны, покоренные великим духовным учителем и связанные обетом защищать Дхарму.

**Защитники трех семейств** /rigs gsum mgon po/ - бодхисаттвы **Манджушри**, **Авалоки-тешвара** и **Ваджрапани**. Три семейства это, соответственно, тело, речь и сознание Будды - три аспекта буддовости.

**Значение**, см. **Опосредствованное значение**, **Подобающее (Уместное) значение** и **Истинное значение**.

**Злобные красные духи** /dmar gdon/ - мощные вредоносные духи, которых привлекает кровь и плоть, отчего они всегда жаждут нанести существам ущерб.

### И

**Извлечение эссенций** /bcud len/ - метод, позволяющий употреблять взамен обычной еды лишь некоторые вещества и элементы в крайне малых количествах.

**Изначальная мудрость** /ye shes, skt. jnana/ - знание /shes pa/ , что первоначальное сознание, ясность-пустота пребывала в потоке сознания всех существ всегда, изначально /ye nas/,» Слов. Говорят о наличии пяти мудростей, которые служат для различения пяти основных аспектов этой первоначальной мудрости. См. **пять мудростей**; ср. **изначально**.

**Изначально** - используется при переводе выражений /ye nas , “с самого начала”; ye dag , “чистый с начала”/. Не следует, однако, понимать это как ссылку на некий момент зарождения или творения в далеком прошлом, но как указание на тот факт, что чистая природа всегда была и остается присущей всем явлениям. См. **мзначальная мудрость**

**Изначальный (-состояние)** /ma bcos pa, skt. naisargika/- в своем первоначальном состоянии, без манипуляций и умствований.

**Изучение (Дхармы)** /thos pa, букв. “слушание”/. Традиционно в Тибете слушание наставлений было основным способом изучения Буддизма, ибо большинство практикующих Дхарму не умели читать и книги им были недоступны. Кроме того, было и продолжает оставаться важной прямой устной передачей знания от учителя к ученику. Поэтому “изучение”,

“изучать (Дхарму)” следует понимать не просто как “читать текст(ы)”, а в более

широком смысле.

**Индра** /brgya byin/ - повелитель сферы **Тридцати Трех Богов** в Мире Желания.

**Истинное значение** /nges don, skt. nitartha/ - прямое выражение абсолютной истины с позиции просветленных существ.

**АП: абсолютное значение.** Ср. **Подобающее значение.**

**Источник блага** /dge ba'i rtsa ba, skt. kusalamula/ - позитивные действия, которые являются как бы корнями /rtsa ba/ заслуг или блага /dge ba/.

## Й

**Йеше Цогьял** /ye shes mtsho ggyak/ - мистическая супруга **Падмасамбавы** и его лучшая ученица. Безукоризненно служила ему и помогала распространять его учение, скрывая, в частности, **духовные сокровища** чтобы они были вновь открыты впоследствии на благо будущим ученикам Будды.

**Йидам** /yi dam, skt. devata, ishtadevata/ - один из трех корней. *Йидам*, или божество-покровитель, представляет Прозрение. Практикующий медитирует об этом божестве (в мирном или гневном облике), сидящем в центре мандалы и в окружении других божеств. Символизм каждого *йидама* объясняется в связанной с ним практике. См. **Три корня**.

**Йога** /gnal "byog/ - «метод для слияния /'byog/ с истинным состоянием /gnal ma/ сознания» Слов.

**Йоги** и **йогини** /gnal "byog pa и gnal "byog ma/ - те, кто практикуются в йоге.

## К

**Кагьюпа** /bka' brgyud pa/ - одна из школ Новой Традиции тибетского Буддизма, следовавшей учению, принесенному в Тибет в XI веке из Индии **Марпой** Переводчиком, которое затем было передано **Миларепе**. Школа Кагью имеет ряд ответвлений.

**Кадампа** /bka' gdams pa/ - первая из школ Новой традиции, следовавшая учению **Атиши** (982-1054). В этой школе упор делался на сострадания, занятиях и дисциплине. Наставления, характерные для этой школы, были переняты в других школах Новой традиции и, в особенности, в школе **Гелугпа**, которую именуют Новой Кадампой.

**Кайя** /sku/ - см. **три кайи, четыре кайи, пять кай**.

**Кальпа** /bskal pa/ - в чередующемся процессе формирования и разрушения Вселенной, период между началом ее формирования, ее разрушением и началом следующего ее формирования называется *махакальпа* или "большая кальпа". Большая кальпа делится на восемьдесят средних кальп. Средняя кальпа состоит из одной малой кальпы, в которой продолжительность жизни м др. увеличивается, и другой, малой кальпы, в которой она уменьшается.

**Канал** /rtsa, skt. nadi/ - тончайший проводник, по которому циркулирует невидимая **энергия** /rlung, skt. prana/. Главными каналами являются центральный, правый и левый. Правый и левый главные каналы идут от ноздрей и сливаются с **центральным каналом** несколько ниже области пупа. См. также **упражнения с каналами и энергиями**.

**Капала** /thod phog/ - санскритский термин, буквально означающий "черпная чаша". Это сосуд, сделанный из верхней по-ловины черепа, который используется в ряде ритуалов. Некоторые **йоги** поызуются им как чашей для подаяния. Со-

суд символизирует бессущность (отсутствие самосущего бытия) существ. См.

### **Черпная чаша**

**Карма** /las/ - букв. означает "действие", но обычно имеется в виду "действие и вызывающая его ментальная энергия", "действие и его следствие", "**принцип причины и**



следствия”.

**Карма Чагме** (XVI век) /kar ma chags med/ - знаменитый лама школы **Кагью**, который соединил учение своей школы с учением школы **Ньингма** и был воспитателем открывателя сокровищ **Намчо Мингьюра Дордже**.

**Кармапа** /kar ma pa/ - имя ряда великих лам в школе **Кагью**, у которых родословная перерождений восходит к Дусум Кхьенпе (1110-1193). Кармапы были в Тибете первыми признанными **тулку**.

**Кармическая энергия** /las kyī rlung/ - энергия, определяемая нашей кармой, в противоположность /ye shes kyī rlung/ - энергии, проистекающей из мудрости.

**Кармические омрачения** /las kyī sgrib pa, skt. karmavarana/ - омрачения, являющиеся следствием неблагих действий.

**Катьяяна**-индийский **архат**, бывший учеником Будды и написавший один из разделов **Абхидхармы**.

**Кашьяпа** /’od srung/ - третий из тысячи будд этой **кальпы**.

Был предшественником **Шакьямуни**.

**Кхатванга** - трезубец, украшенный множеством символических орнаментов. См. стр. 429

**Кила** /phug ba/ - гневное божество, аспект деятельности всех Будд, одна из манифестаций **Ваджрасаттвы**. Практика, связанная с этим божеством, строится на четырех аспектах Килы: ритуальные объекты, сострадание, бодхичитта и нераздельность первоначального сознания и мудрости.

**Колесница** /theg pa, skt. yana/ - система наставлений, ведущих по пути к Прозрению.

**Колесо Дхармы** /chos kyī “khor lo, skt. dharmachakra/ - символ учения Будды. Повернуть колесо Дхармы означает учить Дхарме. Будда провел при жизни три серии наставлений, которые принято называть “первый, второй и третий *повороты* колеса Дхармы”

**Колокол** /dril bu, skt. ghanta/ - см. **ваджра**.

**Концептуальное соотнесение** /dmigs pa/ - всякое соотнесение с представлением о субъекте, объекте и действии.

**Концептуальные омрачения** /shes bya’i sgrib pa, skt. jneyavarana / -

«Соотнесение с концептуальными представлениями о субъекте, объекте и действии - это то, что препятствует обретению всеведения» Слов. См. **омрачения**.

**Коренной учитель** /rtsa ba’i bla ma/ - 1) основной или первый духовный учитель, от которого получили посвящения, комментарии к учению и все существенные указания; 2) учитель, который ввел нас в природу сознания.

**Кооролевская поза** - см. **Поза королевская**.

**Крийя (йога)** /bya rgyud/ - по классификации школы **ньинг-ма**, первая из трех внешних тантр и четвертая из

**девяти колесниц**. В практике этого рода главный упор делается на корректном внешнем поведении и на личной опрятности.

**Кришначарья** /nag po sruod pa/ - один из восьмидесяти четырех индийских **махасидхов**.

**Кхампа Лунгпа** (1025-1115) /kham pa lung pa/ - лама школы **Кадампа**, один из главных учеников **Дрома Тонпы**.

**Кхарак Гомчунг (геше)**(XI век) /kha rag sgom chung/ - ученик **Потовы**. Его имя означает «Маленький медитатор из Кхарака». Он знаменит тем, что упорно и неукоснительно следовал наставлениям. Говорят, что он получил учение о **Великом Совершенстве** и обрел радужное тело.

**Кху, Нгок и Дром** - три главных ученика **Атиши**. Их полные имена Кхутон Цондру Юнндрунг, Нгок Лекхе Шераб

и Дрон Гьялве Юнгне (**Дрон Томпа**).

**Кшатрия** /rgyal rigs/ - одна из четырех каст в древне-индийском обществе, каста повелителей и воинов.

**Куша** /ku sha/ - эта трава, как считается, предвещает благое, ибо в тот момент, когда Будда обрел Прозрение, он сидел на подстилке, сделанной из этой травы.

## Л

**Лакхе** /gla khe/ - разновидность дерева с мягкой корой.

**Лама** /bla ma, skt. guru/. 1) духовный учитель; сокращенная форма от /bla na med pa “ничего выше”/; 2) часто используется неточно для обозначения всех вообще монахов и буддийских йогов.

**Лангри Тхангпа (1054-1123) (Геше)** /glang ri thang pa/ - геше школы **Кадампа**; ученик геше **Потова** - автора *Тренировки сознания в восьми стихах* и основателя монастыря Лангтханг.

**Линге Репа (1128-1188)** /gling rje ras pa/ - основатель школы Друкпа Кагью.

**Линия прямой передачи знания Победителей** /rgyal ba dgongs brgyud/ - традиция передачи наставлений от сознания к сознанию.

**Линия символической передачи знания Видьядхар**

/rig “dzin brda yi brgyud/ - традиция передачи наставлений при помощи жестов и символов.

**Линия устной передачи знания обыкновенным существам** /gang zag snyam brgyud/ - традиция передачи наставлений, при которой необходимо, чтобы учитель пользовался устной речью, а ученик его слушал.

**Ложное видение** /log lta, skt. mithyadristi/. АП: ложные воззрения. Имеются, главным образом, в виду такого рода воззрения, которые ведут к действиям, усугубляющим страдания.

**Лонгченпа (1308-1363)**/klong chen rab “bhyams pa (именуемый также Всеведущий Властелин или Повелитель Дхармы)-один из самых выдающихся духовных учителей и блестящих умов школы **ньингма**. Он написал 250 трактатов, которые охватывают почти всю теорию и практику Буддизма вплоть до **Великого Совершенства**, одним из величайших толкователей которого он был. Среди его произведений, которые существуют еще и поныне, числятся знаменитые *Семь сокровищ* /mdzod bdun/, *Ньинтиг Ябши* /snying thig ya bzhi/, *Трилогия о покое* /ngal gso skor gsum/, *Трилогия о естественном освобождении* /rang grol skor gsum/, *Трилогия о Рассеянии Мрака* /mun sel skor gsum/ и *Сочинения на различные сюжеты* /gsung thor bu/.

## М

**Мадхьямика** /dbu ma'i lam/, см. **Срединный Путь**.

**Майтрея** /byams pa/ -будущий Будда, пятый в этой **кальпе**.

Он также один из **Восьми великих ближайших сыновей**.

**Майтрийоги** /byams pa'i rnal “byor pa/ - один из трех главных учителей **Атиши**.

**Мала** /phreng ba/ - разновидность четок, которые используются при чтении мантр чтобы вести им счет.

**Малый черепной тамбурин** /thod pa'i da ma ru / - небольшой двухсторонний барабан, сделанный из верхушек двух черепов, соприкасающихся верхней частью См. также **дамару**.

**Мамо** /ma mo, skt. matrika/ - 1) разряд гневных дакини,

2) разряд злокозненных и хищных духов.

**Манда́ла** /dkyil “khor, букв. “центр и окружность”/-

1) вселенная с дворцом божества в центре, как в визуализации в ходе практики **этапа порождения**;

2) идеальная Вселенная, воображаемая как подношение.

**Манда́ла в семь элементов** /mandal so bdun ma/ -поднесение мандалы, которая включает в себя гору **Меру**, четыре континента, солнце и луну.

**Мандарава** - дакини, дочь правителя Индии Сахоры. Одна из пяти основных учениц и супруг **Падмасамбавы** и одна из главных держателей его учения.

**Манджушри** /’jam dpal dbyangs/ - бодхисаттва десятого уровня; воплощает знание и мудрость всех будд.

**Манджушримитра** /’jam dpal bshes gnyen / - второй учитель в человеческом облике в традиции **Высшего Совершенства**; ученик **Гораба Дордже**.

**Мандхатри** /nga las nu/ - одно из предыдущих воплощений Будды. Он стал весьма могущественным благодаря накоплению заслуг в прошлом, но потерял свою власть вследствие ряда негативных мыслей.

**Мани** - мантра **Авалокитешвары** (Ченрези) “ом-мани- падме-хум”.

**Мантра** /sngags/ - проявление высшего Прозрения в звуковой форме. Совокупность слогов, которые при выполнении садхан **Секретной Мантраяны** защищают сознание практикующего от обыденных **восприятий** и взывают к **божествам** мудрости.

**Мара** /bdud/ - демон, создающий препятствия к духовной практике и к достижению Прозрения. См. прим. 231.

**Марпа** (1012-1097) /lho brag mar pa/ - великий тибетский учитель и переводчик; ученик Дрогми, **Наропы**, Майтрипы и других великих сиддхов. Он принес из Индии в Тибет многие тантры и перевел их. Эти наставления перешли к **Миларепе** и его другим ученикам и составляют основу учения в традиции **Кагью**.

**Маудгальяна** /mo’u “gal gyi bu/ - один из двух основных учеников Шакьямуни Будды среди **шраваков**. Его считали обладателем непревзойденных чудодейственных сил.

**Маха (йога)** - в соответствии с классификацией школы **ньингма**, первая из трех внутренних йог и седьмая из **девяти колесниц**. В этой йоге особый упор делается на **этапе порождения** /bskyed rim/.

**Махакашьяпа** / “od srung chen po/ - один из главных учеников Шакьямуны Будды среди **шраваков** и самый выдающийся из первых составителей **Абхидхармы**. После того как Будда покинул этот мир, Махакашьяпа стал первым патриархом **Дхармы**, которому была доверена ответственность за сохранение учения и поддержание **Сангхи**.

**Махамудра** /phyag rgya chen po, букв. “Великая печать”/. “Великая печать” означает, что на всем лежит *печать* первоизданной природы и все явления являются элементами мандалы муд-рости. Этот термин используется, когда говорят о процессе обучения, о практике медитации и о Высшем постижении.

**Махасиддха** /grub chen/ - йог, обретший высшее прозрение.

**Махаяна** /theg pa chen po/ , см. **Великая Колесница**.

**Майтрейя** /byams pa/ -будущий Будда, пятый в этой **кальпе**.

Один из **Восьми великих ближайших сыновей**.

**Майтрийоги** /byams pa’i rnal “byor pa/ - один из трех главных учителей **Атиши**.

**Мачик Лабдрон**(1031- 1129) /ma cig lab sgron/ - ученица **Падампы Сангье**. Получила его наставления к практике **Чо** и стала держательницей этого учения.

**Медитировать, медитация** /sgom pa/ - состояние, когда сознание покоится на объекте созерцания; или когда непрерывно удерживаешь в сознании истинное **Видение**.

**Мелонг Дордже** (1243-1303) /me long rdo gje/ - тибетский **махасиддха**, учитель **Кумарадзы**, который, в свою очередь, был учителем **Лонгченпы**.

**Меру (гора)** / ri rgyal po ri rab/ - согласно древнеиндийской космологии огромная, расширяющаяся к вершине гора в цен-тре мира, вокруг которой расположены четыре континента.

**Миларепа** см. **Джетсун Мила**.

**Мир Брахмы** /tsang pa'i "jig rten, skt. brahmaloka/ - все в целом сферы богов как в Мире Формы, так и в Мире Не-Форм.

**Мокрота** /bad kan/ - в соответствии с тибетской медициной, один из трех настроев тела. См. также **ветер, желчь**.

**Монах-новичок** /dge tshul. srt. sramanera/ - новый монах, принявший меньше обетов, чем полностью посвященный монах /dge slong. srt. bhikshu/.

**Мудра угрозы** /sdigs mdzubs, skt. tarjani mudra/ - жест угрозы с указующими двумя пальцами, указательным и мизинцем.

**Мудрость** /shes rab, skt. prajna/ - способность проникнуть в смысл явления, обычно понимаемую как способность постичь пустоту. АП: мудрость постижения, мудрость прозрения. См. **первозданная мудрость**.

**Муни** /thub pa, букв. "могущественный"/ -эпитет Будды.

**Мысль** /rnam rtoḡ, skt. vicalpana/ - вообще говоря, все, что возникает в сознании в дуалистическом плане.

## Н

**Нага** /klu/ - змеевидное существо, живущее в водных глубинах или под землей. Хотя наги обладают чудодейственной властью, их относят к миру животных. См. **три мира**.

**Нагарджуна** (I-II века) /klu sgrub/ - индийский мастер, один из **Шести Украшений**. Изложил учение о **Срединном пути**

и написал ряд философских и медицинских трактатов.

**Нада** /chos nyid kyi rang sgra/ - определяется как спонтанное звучание **дхарматы**.

**Наланда** - место неподалеку от Раджагрихи, где родился ученик Будды Шарипутра. Впоследствии, начиная со времени правителей Гупта (V век), здесь возник один из основных центров обучения индийскому Буддизму. Был разрушен около 1200 года до н.э.

**Намчо Мингьюр Дордже** (XVI век) /gnam shos mi "gyur rdo rje/ - знаменитый **открыватель духовных сокровищ**.

**Нанда** /dga' bo/- двоюродный брат Будды, ставший одним из его самых преданных учеников.

**Направляющая мудрость** /dpe'i ye shes/ - мудрость, приобретаемая в ходе духовной практики и ведущая к обретению истинной **первозданной мудрости**.

**Наропа** (1016-1100)/na ro pa/ -индийский пандит и сидх, ученик **Тилопы** и учитель **Марпы** -переводчика.

**Небесные сферы (сферы богов и асуров)**, см. **Шесть миров**.

**Неблагое действие** /sdig pa или mi dge ba , skt. ashubha/ - «то, что вызывает страдание» (Дюджом Ринпоче). «То, что вызывает нежелательный результат» Слов. АП: вредоносное действие.

**Невозмутимое спокойствие** /zhi gnas,skt. shamatha/ - основа всякой сосредоточенности.»Будучи сосредоточенным /gnas/, сознание не устремляется более /zhi/ на внешние предметы и таким образом не отвлекается от избранного объекта» Слов.

**Не-действие** - действие, производимое без концептуальной активности, то есть с позиции осознания, что деятель, действие и объект действия лишены самосущего бытия.

**Неделимая Вселенная** /mi “byed “jig rten/ - наш мир, поле деятельности Шакьямуни.

**Нектар** - см. Амброзия.

**Неотъемлемый** (~ мудрость, ~ радость ...) /lhan skyes,

skt. sahaḥa, букв. “родиться или появиться совместно”/. Это означает, что, вообще говоря, хотя мы проявляем неве-жество, испытываем страдания и живем в сансаре, но латентно в нас существуют мудрость, радость и нирвана. Эти два аспекта одной вещи «возникают совместно», но сознанием, не постигшим первоначальное бытие, воспринимаются как различные.

**Неочищенный** (~ действие) /zag bcas/ - действие, совершаемое в рамках **трех концептов**, то есть соотнесенное с понятиями субъекта, объекта и действия.АП:действие, пропитанное неблагоприятными эмоциями.

**Неподатливый практикующий**/cos dred, букв. “медведь Дхармы”/ - тот, кого Дхарма не обуздала; он знает Дхарму теоретически, но не практикуется в ней, и оттого его сознание стало неподатливым...» Слов. Тот, кто считает, что ему все о Дхарме известно, хотя у него есть лишь интеллектуальное понимание Дхармы и нет никакого истинно дхармического опыта.

**Непрямое значение** /ldem dzongs/ - значение употребляемого слова не соответствует тому, которое оно имеет по видимости. См. прим. 18.

**Несектантское движение**/gis med, букв. «без пристрастия»/ - зародившееся в XIX веке духовное движение, которое характеризуется признанием и почитанием всех буддийских школ и учений. Самыми видными представителями этого движения были великий лама Джемьянг Кхентсе Вангпо и также Джемгон Контрул Лодро Тхае, Лама Мипам, Чогур Лингпа и Патруль Ринпоче. См. Риме

**Нигилизм** /chad par lta ba, skt. vibhava dristi/ - материализм; воззрение, отрицающее прошлые и будущие жизни, принцип причины и следствия и т.п. Ввиду крайности философских взглядов, нигилизм относится к экстремистским философским направлениям.

**Низшие сферы существования** /ngan song/-**ады**, мир голодных духов и мир животных.

**Нирвана** /mya ngan las “das pa/ - состояние за пределами страдания. Концепция нирваны имеет различия в **Шравакаяне, Махаяне и Ваджраяне**.

**Нирвана нестабильная** /mi gnas pa’i myang “das/ - полное просветление за пределами как сансары, так и нирваны, то есть «нет стабильности» ни в одном из этих двух состояний.

**Нирманакайя** /sprul sku/ - проявленное тело; аспект Буддовости, который проявляется из сострадания к обыкновенным существам чтобы иметь возможность оказывать им помощь.

**Новая традиция (переводов)** /gsar ma pa/ - последователи тех тантр, которые были переведены и распространялись начиная со времени **Ринчена Сангпо**(958-1055). Эта традиция включает все школы тибетского Буддизма за исключением ньингмы или **Старой традиции** (переводов).

**Новые переводы** - см **Новая традиция (переводов)**.

**Ньингмапа** - см. **Старая традиция (переводов)**.

О

**Обуславливающее следствие** /dbang gi “bras bu/ - следствие из действий, обуславливающее то окружение, в котором предстоит жить в будущей жизни.

**Обусловленное (действие)** / “dus byas, skt. samskrita/ - действие, вызванное /byas/ со-

четанием /”dus/ причин и условий. «Обусловленными позитивными действиями являются все действия, осуществляемые без осознания пустоты,» ДКР

**Общие свершения** /thun mong gi dngos grub/ - порождаемые медитацией сверхъестественные силы, которые могут развить в себе как практикующие Буддизм, так и адепты других направлений. См. **свершения**

**Омрачения** /sgrib pa, skt. avarana/ - все, что заслоняет природу Будды. См. также **два омрачения, четыре омрачения.**

**Омрачения как следствие привычных тенденций** /bag chags kyī sgrib pa, skt. vasanavarana/ - привычные тенденции, по мере накопления, оставляют отпечатки в **базовом слое сознания** /kun gzhi/. См. **Омрачения.**

**Омрачения кармические** - см. **Кармические омрачения.**

**Омрачения как следствие отрицательных эмоций** /nyon mongs kyī sgrib pa, skt. kleshavarana/ - «мысли(о ненависти, привязанности и т.п), которые препятствуют достижению освобождения.» Слов. См. **Омрачения**

**Омрачения концептуальные, см. Концептуальные омрачения**

**Опосредствованное значение** (ldem dgongs) - значение, связанное с наставлениями, цель которых изложить смысл, не соотносимый прямо со словами, его выражающими.

**Освобождение** /thar pa, skt. moksa/ -1) освобождение от сансары **архата** либо **будды**;2) иногда со значением /bsgral las byed pa/ - «осуществлять акт освобождения», т.е. проводить практику с целью освободить сознание злонамеренного существа и привести его в лоно Будды(см.также прим. 75).

**Основная Колесница** /skt. hinayana/ - буквально означает «малая колесница», но обычно избегают этого перевода по причине возможных негативно-оценочных коннотаций. Основная Колесница берет за основу отвращение от сансары и стремление достигнуть личного освобождения, положив тем самым конец собственным страданиям. В состав этой колесницы входят колесница **шраваков** и колесница **пратье-кабудд.**

**Открыватель сокровищ** /gter ston/. См. **духовное сокровище.**

**Открытие Браммы** /tshang pa'i bu ga, skt. brahmarandra/ - место на темени, где кончается **центральный канал.**

**Относительная истина** /kun rdzob bden pa, skt. samvriti satya/ - видимая истина, которая воспринимается и трактуется искаженным сознанием как подлинная истина.

**Отрицательные эмоции** /nyon mongs pa, skt. flesha/ - «зарождающиеся в сознании явления, которые поражают тело и сознание, побуждая к неблагим действиям и причиняя душевные муки.» Слов. АП: навязчивые эмоции, страсти. Синоним: **яд** /dug/. См. **пять ядов.**

**Отсутствие «умствований»** /sems ma bcos pa/ - перевозданное состояние сознания, свободного от каких-либо движений

(концептуализации, рассуждений). См. **первозданный, перевозданное сознание.**

## П

**Падампа Сангье**(XI-XII века) /pha dam pa sangs rgyas/ - индийский сиддха; ввел учение школы Шиджепа /zhi byed pa/. Был учителем **Мачик Лабдрон**, которой он передал учение **Чо**. Несколько раз посещал Тибет.

**Падма** /букв. “лотос” / - имя, которым именовал себя **Падмасамбава.**

**Падма Тхотренг** /padma thod phreng rtsal, букв. ‘Падма, украшенный черепами’ / - одно их имен **Падмасамбавы.**

**Падмасамбава из Уддияны** /o rgyan padma “byung gnas/ - рожденный в лотосе Мастер из Уддияны, обычно именуемый **Гуру Ринпоче**. Во времена правителя **Трисонга Децена**

Великий Мастер покорил злые силы, препятствовавшие распространению в Тибете Буддизма и расширению там знания о буддийском учении **Ваджраяны**, и скрыл для блага будущих поколений бесчисленные **духовные сокровища**. Он почитается как Второй Будда, чей приход во имя преподнесения особых наставлений о **Ваджраяне** был предсказан первым Буддой - **Буддой Шакьямуни**.

**Пальмо (монахиня)** /dge slong ma dpal mo / - знаменитая индийская монахиня, которая ввела в широкую практику Ньунгне (день голода с обетом молчания) и обрела высшее свершение, тренируясь в практике **Авалокитешвары**.

**Пальюль (монастырь~)** /dpal yul/ - один из шести больших монастырей школы **Ньингма**.

**Пандит** - ученый, обладающий глубокими знаниями в пяти традиционных науках (см. **пять наук**). Так обычно называют индийских ученых.

**Первозданная чистота** /ka dag/ - природа Будды, заложенная во всех существах; чистота, неподвластная осквернению. См **природа Будды**

**Первозданное сознание** /rig pa/ - естественное, от века данное состояние незамутненного, безграничного, светозарного, свободного от мыслей сознания.

**Первозданное состояние** /gnas lugs, skt. pracriti, букв. "способ пребывания"/ - «природа или естественное состояние всего сущего». Слов.

**Переживания (медитативные)** /nyams/ - **блаженство, ясность, отсутствие мыслей («безмыслие»)**. Не следует ни быть привязанным к такого рода переживаниям, ни смешивать их с конечной целью.

**Перенос** /pho ba/ - 1) переселение, перемещение с одного места на другое (после смерти), 2) практика направления сознания в момент смерти (перенос сознания).

**Периферийный край** /mtha' "khob/ - территория, где учение Буддизма неизвестно

**Пир подношения** / tshogs kyi "khor lo, skt. ganacsra/ - ритуал, включающий благословение и подношение еды и напитков, а затем потребление этой еды и напитков как нектара мудрости.

**Питака** /букв. "корзина"/, см. **Трипитака**.

**Победитель** /rgyak ba, skt. jina/ - синоним Будды.

**Подготовительная часть, основная часть и посвящение (практики)**, см. **Три высших метода**.

**Подобающее (уместное) значение** /drang don, skt. neyartha/ . Подобного рода значение используется в наставлениях, даваемых обычно-венным существам, которым еще не открылась Абсолютная истина. Имеется в виду подвести их таким образом к пониманию **подлинного значения** этой истины. АП: относительное значение, приемлемое значение, очевидное значение.

**Подход и постижение** /bsnyen sgrub/ - две стадии в практике **этапа порождения** / bskyed rim/, предполагающие чтение **мантры**. На первой стадии практикующие «*подходят*» к воображаемому божеству, читая мантру этого божества. На второй стадии они уже достаточно знакомы с божеством и могут идентифицировать себя с ним.

**Пожиная плоды творений других** /gzhan "phrul dbang byed, skt. paranirmitavasavartin/ - шестой и высший уровень богов в Мире Желания, где боги пожинаят плоды того, что чудо-действенно сотворили другие боги. См. **три мира**.

**Поза "важра"** /rdo rje dkyil krung, skt. vajrasana/ - поза при медитации: ноги скрещены, правая поверх левой, а ступни лежат на бедрах.

**Поза королевская** /rgyal po'i rol stabs/ - ср. сидеть в королевской позе: правая нога наполовину вытянута вперед, левая полностью согнута вовнутрь.

**Поза семи точек Вай рочаны** /rnam snang chos bdun, skt. saptadharmavairocana/ - идеальная поза при медитации, определяемая по семи точкам: ноги скрещены в **позе**

“**ваджра**”, спина прямая, руки в положении медитации, взгляд глаз устремлен на кончик носа, подбородок слегка опущен, плечи расправлены «как крылья ястреба» и кончик языка касается неба.

**Позитивное действие** /dge ba , skt. kushala/- «То, что вызывает счастье» (Дюджом Ринпоче). «То, что ведет к благим результатам» Слов. АП: добродетельное/благое действие, добродетель, благотворное действие.

**Поле заслуг** /tshogs zhing/ - те, к кому или к чему обращены подношения, почитание, молитвы, простирания и т.п.; и в силу чьего содействия осуществляется необходимое накопление заслуг и мудрости.»Поле заслуг» часто предполагает визуализацию того, на ком или на чем сосредоточена практика: например, визуализацию ассамблеи прибежища, учителя в Гуру-йоге и т.п. Тот факт, что наша практика и позитивные действия устремлены к воплощению Будды, к Дхарме и Санге придает им существенно большую силу.

**Полное прозрение** /rdzogs pa'i byang chub, skt. sambodhi/ - полная, совершенная Буддовость. В соответствии с Великой колесницей Буддовость, которую постигают **шраваки** и **притьекабудды**, не является совершенной; и хотя они вырываются из сансары, но им, в конечном счете, еще предстоит пройти путь Великой колесницы и обрести полную Буддовость.

**Полностью чистое действие** /zag med, skt. anasravana/ - действие, не ориентированное на понятия субъект, объект, действие. АП: действие, не омраченное негативными эмоциями. См. прим.260.

**Полный эффект** /rnam smin gyi “bras bu, skt. vipalaphala/ - тот пункт, в котором действие оказывает максимальное воздействие, например, имеет следствием перерождение в аду.

**Положение как при ходьбе** /mnyam pa'i “dor stabs/ - положение стоя, ноги вместе, но правая нога несколько выдвинута вперед, что символизирует стремление оказывать помощь другим существам.

**Посвящение** /dbang bskur, skt. abhiseka, букв.перенос власти/ - разрешение слушать и изучать учение Ваджраяны, а также практиковаться в нем. Посвящение проводится во время церемонии, которая может быть и весьма изощренной, и крайне простой. См. **четыре посвящения**.

**Посвящение в мудрость** /shes rab kyī dbang/ - третье посвящение,»которое очищает омрачения сознания, способствует медитации на этапе завершения и сеет семена для обретения ваджра-сознания и постижения **дхармакайи**» Слов.

**Посвящение в плод** /’bras bu’i dbang/ - это посвящение имеет место в момент обретения полного прозрения.

**Посвящение в слово** - см. **Драгоценное посвящение в слово**.

**Посвящение в сосуд** /bum dbang/ - первое посвящение, «которое очищает омрачения тела, позволяет медитировать на этапе **порождения** и сеет семена для обретения ваджра-тела и **нирманакайи**».Слов

**Послушник** /dge tshul, skt. shramanera/ - монах-новичок, принявший меньшее число обетов, чем монах, получивший полное посвящение /dge slong, skt. bhikshu/.

**Постижение** см. **Подход и постижение**

**Потова (Геше)(1031-1105)** /po to ba/ - один из **Трех Братьев**, то есть трех главных учеников **Дрома Томпы**.

**Правитель, подданный и подруга** /tje “bangs grogs gsum/ - правитель **Трисонг Децен**, великий переводчик **Вайроца-на** и дакини **Йеше Цогьял**.

**Практикующий в миру** /dge bsnyen, skt. upasaka/ - мирянин, принявший прибежище и, вероятно, также один или более из следующих пяти обетов : не убивать, не лгать, не воровать, не совершать сексуальные проступки и не употреблять спиртное. В ряде слу-



чаев взамен обета о соблюдении правил сексуального поведения можно принять обет целомудрия. Эти обеты являются частью восьми обетов **пратимокши**.

**Пратимокша** /so sor tha pa, букв. “личное освобождение”/. Обеты личного освобождения составляют восемь разрядов обетов (начиная с обета на один день и кончая обетами монахов, принявших полное посвящение), которые изучаются в **Винайе**. См. **три обета**.

**Пратьекабудда** /rang sangs rgyas/ - «тот, кто преодолел сансару без помощи духовного учителя. Изучая природу взаимозависимого порождения, он осознает бессущность «я» (эго) и, до известной степени, также бессущность явлений (всех вещей).» Слов.

**Предварительные упражнения** / sngon “gro/ -обычно относится к пяти традиционным предварительным упражнениям: принятие прибежища, порождение бодхичитты, практика Ваджрасаттвы, поднесение мандалы и Гуру-йога, каждое из которых выполняется по сто тысяч раз.

**Предмет самайи** / dam tshig gi rdzas/ -предмет или ингредиент, который используется в Ваджраяне в некоторых аспектах пракики; судя по тантрам, содействует либо устранению прорывов в самайе либо ее укреплению.

**Прета** /yi dvags/ - один из шести типов существ. АП: голодные духи.

**Прибежище** 1)/skyabs yul/ - тот объект, в котором принимаешь прибежище;2) /skyabs “gro/ - практика принятия прибежища.

**Привидение** / “dre/ - дух умершего или, обобщенно, любой вредоносный дух.

**Привычные склонности** /bag chags, skt. vasana/ - привычный строй мыслей и речи, а также привычные модели поведения, вытекающие из прошлого жизненного опыта. А-П: привычки; привычные тенденции/склонности.

**Привязанность** / “dzin pa, букв. “ухватиться, держаться, цепляться, привязаться”/. Может означать “иметь веру (во что-либо)”. Таким образом, “привязанность к «я», цепляние за «я» “ может быть интерпретировано как “вера в «я», “вера в самосущее бытие «я» “.

**Призывая учителя издалека** /bla ma rgyang “bod/ - тип молитвы, в которой выражается тоска по духовному учителю.

**Принцип причины и следствия** /las rgyu “bras, букв. “действие, причина и плод”/ - процесс, при котором каждое действие создает соответствующее следствие. См. **карма**.

**Природа Будды** /de gshegs snying po, skt. tathagatagarbha/ - заложенная в каждом потенциальная возможность достичь Буддовости. См. **первозданная чистота**

**Природа (всего сущего), естественное выражение, сострадание** /ngl bo, rang bzhin, thugs rje/ . В **Видении Великого Совершенства**, природа сознания и вещей это пустота; выражение этой природы - ясность;ее сострадание многообразно и пронизывает все сущее.

**Природное состояние** /gnas lugs,skt, prakriti ,

букв. ‘форма существования’/ -»природа, состояние всех вещей» Слов. Истинное бытие всех явлений. **АТ: первозданное состояние**.

**Провинность** /ltung ba/ -»проступок вследствие нарушения монастырского или какого-либо иного правила» Слов.

**Провозглашающий Дхарму неизменно-мелодичным голосом** /sgra dbyangs mi zad pa sgrogs pa/ - имя одного Будды.

**Прозрение** /byang chub, skt. bodhi/ - очищение /byang/ от всех омрачений и осознание /chub/ всех (высоких) качеств.

**Промежуточное состояние** /bar do, skt. antarabhava/ - этот термин обычно обозначает переживания в различных состояниях между смертью и следующим рождением. При этом

имеется в виду максимально широкая перспектива, при которой учитываются все состояния сознания в течение жизни. Различаются четыре или шесть «бардо» (промежуточных состояний): 1) естественное промежуточное состояние жизни /rang bzhin skyes gnas bar do/, 2) промежуточное состояние момента смерти /'chi rha'i bar fo/, 3) промежуточное состояние абсолютной реальности chos nyid bar do/, 4) промежуточное состояние становления /srid pa'i bar do/ ; или, если добавить два более частных состояния в рамках первого бардо, тогда еще: 5) промежуточное состояние сновидения /rmi lam bar do/ и 6) промежуточное состояние медитативной концентрации /bsam gran bar do/ .

**Промежуточное состояние Абсолютной Реальности** /chos nyid bar do/ - промежуточное состояние, в течение которого Абсолютная Реальность проявляется как чистые формы, предстающие, в зависимости от личных склонностей каждого, в их мирном либо гневном аспекте.

**Промежуточное состояние становления** /srid pa'i bar do/ -

промежуточное состояние, в течение которого сила **кармы** толкает существо к следующему перерождению в сансаре.

**Простирание** /phyag "tshal ba/ - преклонение, при котором, как знак почитания, лоб, ладони рук и колени касаются земли,

**Проявленная радость** / mnong par dga' ba, skt. Abhirati / - название кальпы и чистой земли Будды **Акшобьи**.

**Пурнакашьяпа** / "od srung rdzogs byed/ - ведущий учитель **тиртиков** во времена Будды.

**Пустота** /stong pa nyid, skt. shunyata/ - бессущность всех явлений, т.е. отсутствие у всех явлений самосущего бытия.

**Путь Видения** /mthong lam, skt. darshanamarga/ - в соответствии с Великой колесницей, третий из **пяти путей**, ведущих к полному Прозрению. Название пути объясняется тем, что

именно здесь воистину открываются оба вида бессущности: бессущность эго («я») и бессущность явлений, то есть открывается Абсолютная Реальность.

**Путь Накопления** /tshogs lam, skt. sambharamarga/ - в соответствии с Великой колесницей, первый из **пяти путей** к полному Прозрению. На этом пути происходит накопление данных, которые сделают возможным дальнейшее продвижение к Прозрению.

**Путь Соединения** /sbyor lam, skt. prayogamarga/ - в соответствии с Великой колесницей, второй из **пяти путей** к полному Прозрению. На этом пути готовятся различать два вида бессущности - отсутствие самосущего бытия эго («я») и отсутствие самосущего бытия явлений.

**Пучунгва (Геше)** /phu cung ba/ - один из **Трех Братьев**.

**Пять кай** /sku lnga, skt. panchakaya/ - **три кайи**, к которым добавляются Неизменяемое Алмазное Тело (Ваджра кайя /mi "gyur rdo rje"i sku, skt. vajrakaya/ ) и кайя Совершенного Просветления /mngon par byang chub pa'i sku, skt. abhisambodhikaya/. Это выражение может также относиться к пяти аспектам Буддовости: тело, речь, сознание, качества и деятельность.

**Пять мудростей** /ye shes lnga) - пять аспектов первоначальной мудрости, проявляющиеся после достижения Буддовости: мудрость абсолютного пространства /chos dbying kyi ye shes, skt. dharmadhatu-jnana/, мудрость зерцалоподобия /me long gi ye shes, skt. adarshajnana/ , мудрость ровности /mnyam nyid kyi ye shes, skt. samatajnana/ , мудрость распознавания /so sor rtog pa'i ye shes, skt. pratyavekshanajnana/ и всеобъемлющая мудрость /bya ba grub pa'i ye shes, skt. krityanushthnajnana/. См. **Пять Семейств**.

**Пять наук** /rig gnas lnga, skt. panchavydya/ - пять отраслей знания, которыми должен овладеть пандит: 1) как делаются вещи,

2) медицина, 3) филология, 4) логика и 5) философия.

**Пять преступлений с немедленным возмездием** /mtshams

med lnga. skt. pancanantariya/ - это 1)убить отца, 2)убить мать, 3) убить **архата**, 4)создать раскол в **Сангхе**, 5)злонамеренно вызвать у будды кровотечение. Каждый, кто совершил одно из этих действий, сразу же после смерти, не проходя промежуточное состояние, возродится в аду **Максимальных мучений**.

**Пять почти столь же тяжких преступлений, (как**

**преступления с немедленным возмездием)**/nye ba'i mtshams med lnga/ - это 1) совершить нецеломудренный акт по отношению к женщине-архату;2)убить **Бодхисаттву**;3)-убить того, кто проводит тренировки для достижения высшего уровня;

4) украсть провиант у **Сангхи**; 5)разрушить **ступу**.

**Пять путей** /lam lnga, skt. punchamarga/ - это пять последовательных этапов на пути к Прозрению:**Накопление** /tshogs lam/, **Соединение** /sbyor lam/,**Видение** /mthong lam/, **Медитация** /sgom lam/ и **за пределами ученичества** /mi slob pa'i lam/.

**Пять самай для удовольствия** /dang du slang ba'i dam tshig lnga/ - пять второстепенных **самай**. Речь идет об удовольствии от пяти видов мяса и пяти нектаров, которые употребляют практикующие тантру, хотя обычно эти продукты считаются нечистыми субстанциями. См. прим. 132

**Пять Семейств**/rigs lnga, skt. pancakula/ - семейства Будды, Ваджры, Драгоценности, Лотоса и Действия представляют подлинную природу всего сущего. Например, пять **Победи-телей** являют суть истинной природы пяти агрегатов, их **Супруги** - истинную природу пяти элементов, пять **мудростей** - истинную природу **пяти ядов** и т.д.

**Пять совершенств** /plum sum tshogs pa lnga/ -это совершенный учитель, совершенные ученики, совершенное учение, совершенное место учения и совершенное время.

**Пять ущербностей** /snyigs ma lnga/ относятся к следующему: 1) прожорительность жизни (убывает) 2) негативные эмоции (растут пяти ядов),3) существа (испытывают трудности и помочь невозможно), 4) времена (множатся войны, царит голод), 5) воззрения (распространяются ложные верования).

**Пять энергий**, см. **энергия**.

**Пять ядов** /dug lnga/ -пять отрицательных эмоций:1) невежество (неведение) /gti mug, skt. moha/,2)желание / "dod chags, skt. raga/ , 3)ненависть /rge sdang, skt. dvesha/, 4) зависть /phra dog, skt. irsya/ и 5)гордыня /nga rgyal, skt. mana/.

**Пятьсот тысяч предварительных упражнений** /bum lnga/ -

пять традиционных предварительных упражнений, каждое из которых выполняются по сто тысяч раз. См. **Предварительные упражнения**.

## Р

**Равенство (высшее ~)** /mnysm pa nyid, skt. samata/ - все существа и явления в равной мере имеют природу пустоты.

**Радостная магия** /'phrul dga', skt. Nirmanarata / - сфера богов в Мире Желания (пятый уровень **Богов Желания**), где боги способны магически создавать все, что им требуется.

См. **три мира**.

**Различение, ясное решение и самоосвобождение** /shan

"byed, la bzla, rang grol/ - три существенно важных пункта в практике Трекчо. Обычно пояснения здесь даются квалифицированным учителем в процессе передачи учения о **Великом Совершенстве**.

**Разрушитель сансары** /'khor ba "jig/ - будда Кракукчанда, первый из тысячи будд этой **Благодной калпы**.

**Ракшаса** /srin po/ - вид вредоносных духов, которые питаются человеческой плотью.

**Распад (процесс ~)** /thim rim/ - последовательность явлений, как они предстают в момент смерти: распад элементов и три переживания, именуемые ясность, рост и обретение.

**Ратнасамбава** /rin chen "byung gnas/ - будда из семейства Драгоценности. См. **Пять семейств**.

**Репа Шива О** /ras pa zhi ba "od/ - один из основных учеников

**Миларепы**.

**Решимость достичь освобождения** /nges "buyng, skt. nihsharana/ - определяется как «сознание, которое стремится освободиться от **сансары**». Этот термин часто переводится как «отречение» (то есть отречение от сансары).

**Риме**, см. Несектантское движение.

**Ринчен Пел (Оргьемпа)** (1230-1309) /o rgyen rin chen dral/ - великий сиддх традиции Друкпа Кагью, ученик **Готсанги**. Много петушествовал, посетил **Уддияну**, Бодхгаю, Китай. Его учениками были Кармапа Ранджунг Дордже, Кхарчупа и Дава Сангье.

**Ринчен Сангпо** (958-1055) /rin chen bzahg po/ - самый знаменитый переводчик времени второго распространения Буддизма в Тибете, был зачинателем **Новой традиции**.

**Риши** /drang srong/ - 1) мудрец, затворник, святой; в особенности по отношению к знаменитым мудрецам индийских мифов, которые отличались невероятным долгожительством и обладали магическими силами; 2) название созвездия.

**Рожденный в лотосе** /padma "byung nas/ - см. **Падмасамбхава**.

**Рупакайя** /gzugs sku/ - тело **Формы**, включающее **Самбогхакайю** и **Нирманакайю** взятые вместе.

## С

**Садапрудита** /rtag tu ngu/ - Бодхисаттва, чье имя обозначает «вечно плачущий», это оттого, что он пролил огромное количество слез, вымаливая учение о трансцендентальной мудрости.

**Сакьяпа** /sa skya pa/ одна из школ **Новой традиции**, основанная Кхоном Кончком Гьялпо (1034-1102).

**Самаяя** /dam tshig, букв. 'обещание' / - священные узы между учителем и учеником, а в **Ваджраяне** также и между учениками. На санскрите «самаяя может означать «соглашение», «договор», «заповедь», «ограничение» и т.п. Существует множество подробно описанных обязательств в этом плане, однако самой существенной самойей является восприятие тела, речи и сознания учителя как чистых.

**Самантабхадра** /kun tu hzang po/ - 1) первоизданный Будда (Адибудда), Дхармакайя Будда, никогда не впадавший в заблуждение. Изображается в виде обнаженной фигуры глубокого небесно-синего цвета в соитии с Самантабхадри, что является символом первоизданного сознания и пустоты - Абсолютной природы, чистой, неизменной и пребывающей постоянно. Является первоначалом традиции передачи тантры в школе ньингма. 2) Бодхисаттва Самантабхадра - один из восьми **Великих ближайших сыновей**, знаменитый тем, что смог силой сосредоточения чудодейственно умножить свое даяние.

**Самбогхакайя** /longs spyod rdzogs pa'i sku/ - тело совершенной радости, спонтанно озаренный аспект Буддовости, различимый лишь существами, достигшими высокого постижения.

**Самье** /bsam yas/ - первый в Тибете монастырь, построенный в долине Цангпо к юго-востоку от Лхасы во времена правителя **Трисонга Децена**. Название монастыря означает «непостижимый».

**Самье Чимпу** /bsam yas mshims phu/ - название группы уеди-ненных приютов, расположенных в горах над монастырем **Са-мье**, где многие буддийские мастера обрели постижение.

**Самварасара** /bde mchog shying po/ - одно из имен Манджушри.

**Сангха** /dge “dun/ - в широком смысле это относится ко всем практикующим учение Буддизма; но в некоторых контекстах может иметь более узкое значение и относиться к Архатам, **Бодхисаттвам**, принявшим обет монахам и т.п.

**Сансара** /’khor ba/- бесконечная круговерть обусловленных, полных страдания и обманутых надежд существований, в процессе которой существа перебрасываются кармической силой своих действий и негативными эмоциями из одного перерождения в другое.

**Сараха** /sa ra ha/ - индийский **махасиддх**, автор трех циклов дох.

**Сарваниваранавишкамбхин** /sgrib pa rnam sel/ - один из **Восьми великих ближайших сыновей** Будды **Шакьямуни**.

**Саттваваджра** /sems dpa’ rdo rje/ - одно из имен **Ваджрапани**.

**Свабхавикакая** /ngo bo nyid kyi sku/ - сущностное тело или Природа как она есть, то есть аспект нераздельности **дхармакайи**, **самбхогакайи** и **нирманакайи**.

**Свершение** /dngos grub, skt. *Siddhi*/ - «тот плод, к которому стремишься и который обретаешь, практикуясь в учении» Слов. Общие свершения заключаются в обладании некоторыми сверхестественными силами; высшим свершением является Прозрение. См. также **общие свершения**.

**Свободная от Борьбы** /thab bral, skt. *Yama*/ - название сферы богов в Мире Желания. Называется так потому, что расположена достаточно высоко и богам не приходится вести борьбу с асурами.

**Секретная Мантраяна** /gsang ngags kyi theg pa/ - раздел **Великой Колесницы**, в которой используется техника **тантр** и преследуется цель в кратчайший срок привести существа к Прозрению. Синоним: **Ваджраяна**.

**Семичастная мандала** /mandal so bdun ma/ - подношение мандалы, включающей семь элементов: гору Меру, четыре континента, солнце и луну.

**Семь атрибутов монаршей власти** /rgyal srid sna bdun, skt. *saptaratna*/ - семь знаков власти **Универсального монарха**, каждый из которых имеет символическое значение: это драгоценное золотое колесо; драгоценный камень, исполняющий все желания; драгоценная императрица; драгоценный министр; драгоценный слон; драгоценный конь и драгоценный генерал.

**Семь ветвей** yan lag bdun, skt. *saptanga*/ - молитва в семи частях, состоящая из простирания, подношения, исповеди, выражения радости от благих действий, просьбы к учителям неизменно вращать колесо Дхармы, моления чтобы они не уходили в нирвану и посвящения заслуг.

**Семь высших богатств** / “phags pa”i nor bdun, skt. *shaptadhanam* / - это вера, дисциплина, щедрость, знания, совесть/ngo tsha/, стыдливость /khrel yod/ и мудрость. - Совесть /ngo tsha / и стыдливость /khrel yod/ обозначают два вида стыда, которые удерживают нас от совершения неблагих действий: /ngo tsha/ - стыд совершать неблагие действия, ибо это нас недостоит (т.е. стыд перед собой, что переведено здесь как “совестливость”); /khrel yod/ -стыд совершать неблагие действия, ибо другие считают это непристойным или же будут в нас разочарованы (т.е.стыд перед другими, что переведено здесь как “стыдливость”)

**Сиддх** /grub thag, букв. 'тот, кто обрел сиддхи' / - всякий, кто, практикуясь в **Тайной Мантраяне**, обрел плод.

**Сиддхи** /dngos grub/ - см. **свершение**

**Славная Медная гора** /zangs mdog dpal ri/ - **чистая земля**, явленная **Падмасамбавой**, куда от отбыл, покинув Тибет, и где, идет молва, находится и сейчас. См. **Чамара**.

**Смритиджнана** (X-XI века) - известный индийский мастер и **пандит**, сотрудничавший в переводах на тибетский язык и в исправлении ряда тантр и комментариев. С его смертью заканчивается период **Старых переводов**.

**Со, Сур и Нуб** /so zur gnubs/ - имена трех великих мастеров, которые были первыми держателями традиции Кама Ньингма-па - традиции длительной передачи наставлений от учителя к ученику в отличие от краткой передачи терм (**Духовных Сокровищ**), скрытых и вновь открытых позднее, подчас многое время спустя. Их полные имена были Со Йеше Вангчук, Сур Шакья Джунгне и Нуб Чен Сангье Йеше.

**Сонгцен Гампо** (617-698) /srong btsan sgam po/ - тридцать третий правитель Тибета и один из трех великих религиозных тибетских правителей. Во время его правления были построены первые буддийские храмы.

**Сосредоточенность** /bsam gtan, skt. dhyana/ - медитативное поглощение; полная сосредоточенность сознания без каких-либо отвлечений. Это состояние важно при медитации на всех уровнях буддийского пути, однако одного этого недостаточно. Сосредоточенность следует подкрепить необходимой мотивацией и должным воззрением (Видением).

**Сосредоточенность на мирском** - сосредоточенность, которая ведет не к Пробуждению, но лишь к перерождению в сферах богов. См. **Четыре вида сосредоточенности**

**Срединный путь** /dbu ma'i lam, skt. madhyamika) - учение о пустоте, впервые систематизированное **Нагарджуной**. Это учение считается основой наставлений **Секретной Мантраяны**. «Срединный» указывает на то, что это учение не ограничено такими экстремистскими (крайними) философскими воззрениями как **нигилизм** и **этернализм**.

**Средства** "thabs" - см. **Умелые средства**

**Становление** /srid pa/ - процесс существования в сансаре. Это ибетское слово часто употребляется в значении «возможность» и обозначает все те представления, которые мы проецируем на действительность и которые становятся воспринимаемым нами иллюзорным миром. Это слово обычно используется как синоним **сансары** в противовес /zhi ba/ - покой **нарваны**.

**Старая традиция** /nyuibng ma pa/ - последователи первых наставлений о секретной Мантраяне, распространяемых в VIII веке в Тибете Великим Мастером **Падмасамбавой**. Патруль Ринпоче принадлежал к этой школе.

**Сто семейств** /rigs brgya/ - семейства сорока двух мирных и пятидесяти восьми гневных божеств.

**Стослоговая мантра** /yig brgya/ - мантра Ваджрасаттвы, представляющая сущность **Ста семейств**.

**Ступа** /mchod rten, букв. "поддержка подношения" / - символическое представление сознания Будды. В ступы обычно закладываются мощи просветленных существ. Размеры ступы могут варьироваться от небольшого глиняного макета до огромных сооружений, таких как Борободур в Индонезии или Бодха в Непале.

**Суварнадвипа (Благословенный~)** /gser gling pa ,произносится "Серлингпа"/ - буддийский мастер Дхармакирти, который жил на острове Суматра в Индонезии в X веке. **Атиша** считал его самым важным из своих учителей, потому что от него он получил наставления о **Бодхичитте**.

**Сугата** /bde bar gshegs pa, букв. 'ушедший к счастью' / - Будда;

«тот, кто, идя благословенным путем колесницы Бодхи-саттв, обретает плод счастья-совершенную Буддовость» Слов.

**Сунакшатра** /legs pa'i skar ma/ - кузен Будды. Он в течение двадцати пяти лет прислуживал Будде и знал наизусть все его наставления, но так и не смог оценить его высокие качества. Умер вскоре после того, как покинул Будду, и переродился как прета (голодный дух).

**Супруга 1)** /yum/ - божество в женском обличи, представ-ляемое в соитии с божеством в мужском обличи /yab/. Симво-

лизирует *мудрость*, неотделимую от *умелых средств*, которые символически представляет божество в мужском обличи; также символизирует простор пустоты, нераздельный с первоначальным сознанием. 2) /gsang yum, букв.»тайная мать»/

- супруга возвышенного ламы.

**Сутра** /mdo/ - сжатый текст, передающий устные наставления Будды. Одна из Трех Питак отведена сутрам. См. **Трипи-така**.

**Сушностные наставления** /man ngag, skt. upadesa/ -наставления, в которых даются, для дальнейшего использования на практике, сжатые и ясные объяснения к наиболее глубоким и существенным аспектам учения.

**Сфера Ликования**, см. **Тушита (земля богов~)**

**Сферы существования**-см. **Шесть сфер существования**.

## Т

**Тайное посвящение** /gsang dbang/ - второе посвящение, «которое очищает омрачения речи, помогает медитировать на **тончайших (невидимых) каналах и энергиях**, помогает читать мантры и сеет семена для обретению ваджра-речи и **самбогхакайи**» Слов.

**Таковость** /de bzhin nyid, skt. tathata/ -»природа вещей, пустота» ДКР.

**Тангка** /thang ka/ - тибетское живописное произведение в форме свитка на ткани, бумаге или пергаменте.

**Тангтон Гвиалпа** (1385-1509) /thang stong rgyal po/ - знаменитый тибетский **сиддх**, много путешествовавший по Китаю,

Тибету и другим восточным странам. Построил множество храмов и металлических мостов, а также основал монастыри в Дерге и в других местах.

**Тантра** /rgyud/ - текст, исходящий из представления о первоначальной чистоте природы сознания. Плодом практики, построенной на основе тантр, представляется постижение этой природы. Тантры являются коренными текстами для наставлений в рамках **Ваджраяны**.

**Тантрический** - связанный с тантрами, с **Ваджраяной**.

**Тара** /sgrol ma/ - **бодхисаттва** в женском обличи; рождена из слезы **Авалокитешвары** и являет великое сострадание в женском обличи.

**Татхагата** /bde bzhin gshegs pa/ - тот, кто постиг истинную природу; синоним будды.

**Творческое начало первоначального сознания** /rig pa'i rtsal/ - неотъемлемая и спонтанная способность первоначального сознания демонстрировать явления.

**Тело, речь, сознание, высокие качества и деятель-ность** /sku, gsung, thugs, yon tan, phrin las/ - пять аспектов Буддовости. Иногда говорят о пяти кайях См. **пять семейств**.

**Тенма** rten ma bcu gnyis/ - двенадцать местных богов в женском обличи, которые в присутствии **Падмасамбавы** дали обет защищать Дхарму.

**Тепло (признак ~)** /drod rtags/ - знак, указывающий на то, что практика начинает приносить результаты. Ср.если разжигаешь костер и появляется признак тепла,это означает, что огонь разгорается. Это здесь не имеет, впрочем, отношения к физическому

ощущению тепла.

**Терма** - см. **Духовные сокровища**.

**Тилопа** - один из восьмидесяти четырех индийских **махасиддхов**. Учитель **Наропы**.

**Тингдзинг Зангпо (Ньянг)** (IX век) /myang ting "dzin bzang po/ -

тибетский **махасиддха**, ученик **Вималамитры**, от которого он получил все наставления к *Сердечной Сущности*, и **Падмасамбавы**. Говорят, что он был первым тибетцем, который обрел радужное тело великого переноса ("ja" lu "pho ba chen po/ - величайшее постижение **Великого Совершенства**.

**Тиртхика** /mu stegs pa , букв. ' те, кто пребывают на берегах' ; так назывались, потому что многие аскеты-хиндуисты, разделяющие крайние системы взглядов, жили на берегах священных рек или совершали туда частые паломничества. Этот термин используется для обозначения последовательных школ религиозной и философской мысли, стоящих на крайних позициях нигилизма или этернализма, несовместимых с Буддизмом.

**Томпа (геше)** (1005-1064) - другое имя **Дрома Томпы**.

**Тончайший (невидимый) канал** /rtsa, skt. nadi/ - тончайший проток, по которому циркулирует невидимая **энергия** (rlung, skt prana). Основными каналами являются центральный, левый и правый. Последние два начинаются в носовой полости

и кончаются чуть ниже области пупа, где они соединяются с **центральным каналом**.

**Тончайшие каналы и невидимые энергии**(упражнения с) /rtsa rlung gi "phrul khor/ - упражнения, сочетающие визуализацию, сосредоточенность и физические движения, при которых регулируется и направляется по тончайшим каналам ток невидимой энергии. К этим упражнениям следует приступать лишь после посвящения в эту практику и при наличии опытного руководителя, а также после завершения **предварительных упражнений** и достижения известной стабильности **на этапе порождения**.

**Торма** /gtor ma/ - ритуальное подношение, обычно изготовленное из муки и масла; может служить символом божества, мандалы, подношения, а иногда также мыслиться как оружие для борьбы с негативными силами.

**Тракпа Гьялтсен** (1147-1216) /grags pa rgyal mtsham/ - один из пяти великих эрудитов в школе Сакьяпа, известных как Сакья Гонгма.

**Трансцендентальное совершенство** /pha rol tu phyin pa, skt. paramita/ - шесть методов тренировки по вовлечению бодхичитты. Называются трансцендентальными, потому что предполагают постижение мудрости пустоты. См. **Шесть трансцендентальных совершенств**.

**Три белых продукта** /dkar gsum/ - молоко, масло и творог, которые традиционно считаются в высшей степени чистыми продуктами.

**Три Брата** /sku mched gsum/ - три главных ученика **Дрома Томпы**: **Потова, Ченгава и Пучунгва**.

**Три времени** /dus gsum, skt. trikala/ - прошедшее, настоящее и будущее.

**Три высших метода** /dam pa gsum/ - три метода, которые следует применять в любой практике: 1) *подготовительная часть*: начать с порождения бодхичитты; 2) *основная часть*: провести практику без концептов (см. прим.1); 3) *посвящение*: завершить практику, посвятив заслуги просветлению всех существ.

**Три Драгоценности** /dkon mchog gsum, skt. triratna/ - **Будда, Дхарма и Сангха**.

**Три кайи** /sku gsum, skt. trikaya, букв. 'три тела' / - три аспекта Буддовости: **дхарма-кайя, самбхогакайя и нирманакайя**.

**Три Колесницы**: **Основная Колесница** /skt. hinayana/, **Великая Колесница** /skt. mahayana/ и **Алмазная Колесница** /skt. vajrayana/. См. **колесница** и **девять колесниц**.

**Три концепта** / "khor gsum/ - представление о субъекте, объекте и действии как имеющих самосущность (истинное самосущее бытие).



**Три Корня** /rtsa gsum/ : лама - исток благословений; йидам - исток постижений; да-кни (и защитники) - исток деятельности.

**Три мандалы** /dkuil "khor gsum/ - мандалы тела, речи и сознания

как явление первозданной природы: форма как явленное божество, звуки как явленные мантры и мысли как явленная мудрость.

**Три мира:** 1) /khams gsum/ - мир желаний, мир форм и мир не-форм; первый включает все существа в адах, претов, жи-вотных, людей, асуров и некоторых богов; другие два - это сферы богов, где вследствие исключительных видов интенсивной концентрации боги испытывают особые переживания; 2) иногда используется как перевод /sa gsum, skt. tribhavana, букв. 'три уровня' - над землей /sa bla/, на земле /sa steng/ и под землей /sa "og/, что соответствует миру богов, миру людей и миру нагов.

**Три обета** /sdom pa gsum, skt. trisamvara/ - обеты личного освобождения или Прати-мокши, заповеди бодхисаттв и **самая Секретной Мантраяны**.

**Три сладких продукта** /mngar gsum/ - сахар, патока и мед. **Три яда** /dug gsum/ - три отрицательные эмоции: невежество, желание и отвращение. См. также **пять ядов**.

**Тридцать пять будд** /sang s rgyas so lnga или bde gshegs so lnga/ - Тридцать Пять Истинносушущих Будд; представляют вездесущность будд, намерение которых очистить от омрачений все существа во всех направлениях в пространстве: в четырех основных направлениях и в четырех промежуточных, далее в восьми и в шестнадцати дополнительных направлениях, в центре, в зените и в надире.

**Тридцать три** /gsun cu rtsa gsum, skt. Trayastrimsha/ - одна из сфер богов на втором уровне Мира Желаний, где находится рай **Индры** и других высших богов. См. **три мира**.

**Трипитака** /sde snod gsum/ - три сборника наставлений Будды: **Винайя** - дисциплина; **Сутры** - наставления Будды; **Абхидхарма** - метафизика. Иногда говорят, что четвертой питакой является учение о **Ваджраяне**. Трипитака буквально означает "три корзины". Это название связано с тем, что первоначально наставления записывались на пальмовых листьях, которые собирались и хранились в корзинах.

**Трисонг Децен** (790—844) /khri srong sde'u btsan/ - тридцать восьмой правитель Тибета и второй из трех великих обратившихся к вере правителей. Его усилиям мы обязаны тем, что из Индии в Тибет пришли великие учителя и в Тибете прочно укоренился Буддизм.

**Тройная тренировка** /bslab pa gsum, skt. tsishiksa/: дисциплина /tshul khriims, skt. sila/, **сосредоточенность** /ting nges "dzin, skt. citta/, и **мудрость** /shes rab, skt. prajna/.

**Тса-тса** /tsa tsa/ - небольшая ступа, фигура будды или иная фигура, вылепленная из глины в форме.

**Тсен** /btsan/ - разновидность злокозненных и гневных духов.

**Тулку** /sprul sku/ - тибетский перевод санскритского термина nirmanakaya (нирманакая). Используется также как почетный титул и общее наименование для признанных перерождений лам, которых находят и обучают с раннего детства, с тем чтобы они могли наследовать традицию и, в ряде случаев, также и монастыри, учрежденные их предшественниками.

**Тушита (чистая земля ~)** /dga' ldan/ - небесная сфера на четвертом уровне богов в Мирах Желаний, где **Шакьямуни** получил свое последнее перерождение перед тем как явиться в этот мир. В этой небесной сфере пребывает в настоящее время будущий будда **Майтрейя**, где он обучает Махаяне. См. **три мира**.

**Тхеуранг** /the'u rang/ - разновидность духов, которые выглядят как одноногие карлики.

У

**Уддияна** /o rgyan/ - земля дакини. Некоторые полагают, что она находится между современным Афганистаном и Кашмиром. Там родился **Падмасамбхава** и также **Гораб Дордже**. «Уддияна» обычно сочетается с такими титулами как «Великий Гуру», «Второй Будда», «Великий Мастер», и все они исключительно относятся к **Падмасамбхаве**.

**Умелые средства** /thabs, skt. uraya/ - спонтанные альтруистические действия, рожденные мудростью.

**Уровни Бодхисаттвы** /“phags pa”i sa, skt. bhumi, букв.высшие уровни/. Десять уровней осознания, которых достигают бодхисаттвы на пути Видения /mthong lam/ и Медитации /bsgom lam/. В Ваджраяне прибавляются дополнительные уровни. «Эти уровни являются Высшими, ибо они существенно превосходят то, что доступно обыкновенным существам.»

**Уровень соединения** /zung “jug gi go “phang/ - уровень **Ваджра-дхары**. Имеется в виду соединение **дхармакайи** и **рупакайи**.

**Ушниша** /gtsug tor/ - см. **выступ на темени**.

**Ущербные времена** /snyings dus,skt kaliyuga/ - одна из **пяти ущербностей**.

## Х

**Хождение посолонь** /skor ba/ - акт почитания; заключается в том, чтобы сосредоточенно и осознанно обходить по часовой стрелке некоторый священный объект: храм, ступу, священную гору, дом духовного учителя или даже самого учителя.

**Хозяин земли** /sa bdag, skt. bhuimipati/ - дух, населяющий данное место.

## Ц

**Цампа** /tsam pa/ - мука из поджаренного ячменя или других зерен. Это основная еда в Тибете.

**Центральный канал** /rtsa dbu ma, skt. avadhuti/ - центральная ось в невидимом теле. Его описание варьируется применительно к частностям практики. Центральный канал символизирует не-дуалистическую мудрость.

**Цепляние** (за что-л.) /’dzin pa,/ - букв. ‘держаться за что-л.’

“быть привязанным к чему-л.” или же “верить во что-л.” Стало быть, “цепляние за это” можно интерпретировать как привязанность к «я» или как веру в «я».

## Ч

**Чагме Ринпоче...** - см. **Карма Чагме**.

**Чакра** /’khor lo, букв. «колесо»/ - средоточие энергии. Чакры расположены в разных точках на **центральном канале**, от которого радиально ответвляются тончайшие каналы, расходящиеся по всему телу. Обычно полагают, что существует четыре или пять чакр.

**Чакшингва** /lcags shing ba) - геше из школы Кадампа, ученик **Лангри Тхангпы**.

**Чамара** (или **Чамарадвипа**) /rnga yab gling/ - в соответствии в древнеиндийской космологии, один из восьми субконтинентов к западу от **Джамбужвипы**. Это юго-западный континент, известный как чистая земля **Славной Медной горы**.

**Чекава Йеше Дордже** (1101-1175) /’chad kha ba ye shes rdo rje/ -

знаменитый геше из школы Кадампа. Систематизировал учение о Семеричной тренировке сознания и тем сделал его более доступным. (См. Дилго Кхентсе, «Отвага Прозрения», Изд-во «Нартханг», С.-Петербург, 2000).

**Ченгава (геше)** (1038-1103) /sryan snga ba/ - ученик **Дром Томпы**, зачинатель традиции передачи устных наставлений школы Кадампа.

**Ченрези** /sryan ras grigs/ - тибетское имя **Авалокитешвары**.

**Черепная чаша** /thod phor/ - верхушка черепа, которая используется в ряде ритуалов, а йогам часто служит чашей для подаяния. Является символом непривязанности к эго.

См. **Капала**.

«**Черные приношения**» /dkor nag po/ - так именуются приношения верующих, сделанные Будде, Дхарме и Сангхе, которые присваивает себе с нечистыми намерениями тот, кто не имеет надлежащей предварительной подготовки. Имея в виду те серьезные последствия, к которым ведет такого рода незаконное присвоение, их также иногда называют «опасными приношениями».

**Четвертая питака** /sde snod bzhi pa/ - питака **Секретной Мантраяны**. См. **Трипитака**.

**Четыре безграничных качества** /tshad med bzhi, skt. chaturapraveya/ - безграничная любовь “byams pa, skt. maitri/, безграничное сострадание /snying rje, skt. karuna/, безграничность разделенной радости /dga” ba, skt. mudita/ и безграничная ровность /btang snyoms, skt. upeksha/.

**Четыре Великих повелителя** /rgyal chen rigs bzhi, skt. caturmaharajakayika/ -четыре бога, которые традиционно считаются защитниками четырех направлений. Они пребывают в первой из шести сфер богов в **Мире Желания**. см. **Три мира**.

**Четыре вида деятельности** /phrin las bzhi/ - деятельность, осуществляемая просветленными существами с целью оказать помощь другим существам путем устранения неблагоприятных обстоятельств: 1) **умиротворение** /zhi ba/ - содействие уменьшению болезней, голода, конфликтов, эмоций, негативных сил и т.п.; 2) **возрастание** /sgyas pa/ - содействие росту продолжительности жизни, накопления заслуг, благосостояния, духовного постижения, и т.п.; 3) **контроль** /dbang/ - регулирование внешних обстоятельств и внутренних энергий; и

4) насильственное **подавление** /drag po/ негативных сил.

**Четыре видения** /snang ba bzhi/ - в **Великом Совершенстве** четыре последовательных этапа в практике тхогал:

1) прямое распознавание **Дхарматы** /chos nyid mngon sum/,  
2) возрастание постижений и видений /nyams snang gong “phel/,  
3) кульминация постижения первозданного сознания /rig pa tshad phebs/, 4) растворение явлений за пределами сознания /chos zad blo “das/; это последнее иногда формулируется как «растворение явлений в **Дхармате**» /chos nyid zad pa/.

**Четыре вида сосредоточенности** /bsam gtan bzhi, skt. caturdhyana/ -четыре вида медитативного поглощения, плодом которого является перерождение в четырех различных сферах богов в Мире формы. Они могут, однако, также использоваться как вехи в Просветлению.

**Четыре демона** /bdud bzhi/- см. **демон** и прим. 231

**Четыре кайи** /sku bzhi/, три кайи и свабхавикакая /ngo bo nyid kyi sku/, то есть кайя бытия оно есть, представляющая аспект нераздельности первых трех кайи.,

**Четыре основных источника страдания** /sdug sngal gyi chu bo chen po bzhi/ - рождение, болезнь, старость и смерть.

**Четыре омрачения** /sgrib bzhi/ - 1) омрачения как следствие отрицательных эмоций, 2) кармические омрачения, 3) концептуальные омрачения и 4) омрачения как следствие привычных склонностей. См. **омрачения**.

**Четыре посвящения** /dbang bzhi/ - посвящение в сосуд, тайное посвящение, посвящение в мудрость и драгоценное посвящение в слово.

**Четыре радости** /dga' ba bzhi, skt. caturananda/- четыре возраста-ющих по степени утонченности переживания блаженства, недоступные ординарному сознанию; связаны с практикой третьего посвящения или посвящения в мудрость.

**Четыре раздела/шесть разделов тантр** /rgyud sde bzhi или drug/ - подразделение **тантр** на четыре раздела (**Крийя**, Карья {или Упа}, Йога и Анутарайога) в соответствии с классификацией, принятой в **Новой школе** переводов; или на шесть разделов (Крийя, Упайога, Йога, Махайога, Ануйога и Атийога) в соответствии с классификацией, принятой в **Старой школе** переводов и обычно соблюдаемой в школе ньингма.

**Четыре соображения** /'du shes bzhi/ - считать 1) себя больным, 2) своего духовного учителя - целителем, 3) Дхарму - лекарством и 4) практику наставлений учителя - средством исцелиться.

**Четыре вида сосредоточенности** /bsam gtan bzhi, skt. chaturdhyana/ - четыре уровня медитативного поглощения, плодом которых является перерождение в одной из четырех сфер богов в Мире Формы. Они могут быть также использованы как путь к Прозрению.

**Четыре состояния без формы** /gzugs med bzhi/ - четыре вида сосредоточенности, именуемые безграничное пространство, безграничное сознание, совершенное ничто и ни бытие/ни отсутствие бытия; четыре сферы богов в Мире Не-форм, соответствующие этим четырем видам сосредоточенности. См. **Три мира**.

**Четыре способа привлекать существа** /bsdu ba'i ngos po bzhi. skt. catuhsamgrahavastu/ - четыре средства, с помощью которых **бодхисаттва** привлекает учеников: 1) выказывает щедрость

/sbyuin pa, skt. dana/, 2) разговаривает в приятной манере /snyam par smra ba, skt. ptiyavadita/, 3) обучает каждого ученика в соответствии с его потребностями /don mthun pa, skt. samanarthata/ и 4) действует сообразно тому, чему он обучает /don spyod pa, skt. arthacarya/.

**Четыре элемента** /'byung ba bzhi, skt. chaturbhuta/ : земля, вода, огонь и ветер (или воздух), являющие принципы твердости, жидкости, теплоты и движения.

**Чистая земля** /dag pai zhing/ - место или область, явленная буддой или великим бодхасаттвой; здесь процесс прод-вижения существ к прозрению не прерывается возможным ввержением в низшие сферы существования в сансаре. Чистая земля - это также любое место, воспринимаемое как чистое явление спонтанной мудрости.

**Чистая Земля Блаженства** /bde0 ba can, skt. Sukhavati/ - Земля будды Амитабхи на западе.

**Чистые восприятия** /dag snang/ - «восприятие мира и всего, что в нем есть, как чистого поля будды, как проявления кай и мудростей». Слов.

**Чистые уровни (три~ )** /dag pa sa gsum/ - восьмой, девятый и десятый **уровни Бодхасаттвы**; называются чистыми потому, что на этих уровнях бодхиваттвы совершенно свободны от

омрачений вследствие негативных эмоций /nyon sgrib/.

**Чо** /gsod, букв. «резать»разрушать/. Метод медитации, при котором приносится в жертву свое тело с целью уничтожить **четыре** внутренних демона. **Мачик Лабдрон**, получившая учение Чо от индийского мастера **Падампы Сангье** и от ламы **Кьотама Сонома**, затем распространила его в Тибете.

**Чогьял Пакпа** (1235-1280) /chos rgyal "phags pa/ - один из пяти великих ученых в школе **Сакья**, известный как **Сакья Гонгма**. Он был наставником монгольского императора **Кублай Кхана** и регентом Тибета.

### Ш

**Шаварипа** /sha ba ri pa или ri khod dbang phyug/ - один из восьми-десяти четырех индийских **махасиддхов**. Был охотником из племени, жившего на холмах Бенгалии. Вместе со своими женами стал учеником **Нагарджуны**.

**Шакьямуни** /sha kua thub pa/ - Будда нашего времени, жил около V века до н.э.

**Шанг Ринпоче**(1121-1193)/bla ma zhabg rin po che (brtson “grus grags pa) - знаменитый лама школы **кагью**, основатель ветви Цалпа Кагью.

**Шанкара** /bde byed/ - сильные страсти и ненависть привели его к убийству собственной матери; однако впоследствии он раскаялся и, очистившись от своих неблагих действий, возродился в одной из небесных сфер.

**Шантаракшита** /zhi ba mtsho/ ,известный также как Аббат Бодхисаттва - великий индийский **пандит из** школы **Махаяна**. Был аббатом буддийского университета **Наланда** и автором многочисленных философских комментариев, таких как *Украшение срединного пути* /dbu ma rgyan, skt. *Madhyamikalamkara-kirika*/. Правитель **Трисонг Детсен** пригласил его освятить то место в **Самье**, где предполагалось постоить первый тибетский монастырь и произвести там первых тибетцев в монашеский сан.

**Шантидева** (VII век)./zhi ba lha/ - великий индийский поэт и **махасиддха**, поразивший монахов монастыря **Наланда**

своей знаменитой поэмой Бодхичарьяаватара /spyod “jug/ («Путь Бодхисаттвы»), посвященной практике бодхичитты.

**Шапкью** /zhabs kyu, букв. «ножной крючок»/ - знак в форме крючка, который ставится под согласными чтобы обозначить следующий за ними тибетский звук «у».

**Шарава** (1070-1141)/sha ra ba (yon tan grags) - имя геше из школы **Кадампа**, ученика геше **Потова**.

**Шарипутра** /sha ri'i bu/ -один из двух главных учеников - **шраваков** будды **Шакьямуни**.

**Шастра** /bstan bcos/ - комментарий к учению Будды.

**Шесть видов сознания** /gnam shes tshogs drug, skt. sadvijnanakaya, букв. “шесть совокупностей сознания”:имеется в виду сово-купность чувственного объекта, чувственного органа и соответствующего сознания/ - зрение, слух, обоняние, вкус, осязание и ментальное сознание.

**Шесть типов существ, см. шесть сфер существования.**

**Шесть сфер существования** /'gro drug, skt. shadgati/ -шесть видов существования, вызванных к жизни и подвластных одному из отравляющих сознание ядов: в адских сферах (см. **ады**) - это гнев, среди **претов** - жадность, в мире **животных** - невежество, в мире **людей** - желания, среди **асуров** - зависть и среди **богов** - гордость. Каждая сфера соотносится с ошибочными, вызванными кармой существ восприятиями, которые воспринимаются как истинные. Иногда говорят о пяти сферах существования / “gro lnga, skt. pancagati/ . В этом случае боги и асуры относятся к одной сфере.

**Шесть трансцендентальных совершенств** /pha rol tu phyin pa drug, skt. shad paramitaa/ - трансцендентальная щедрость sbyin pa'i pha rol tu phyin pa, skt. dana-paramita/, трансцендентальная дисциплина /tshul khirms gyi pha rol tu phyin pa, skt. shila-paramita/, трансцендентальное терпение /bzod pa'i pha rol tu phyin pa, skt. kshanti-paramita/, трансцендентальное усердие / brtson “grus kyi pha rol tu phyin pa, skt. virya-paramita/, трансцен-

ден-

тальное сосредоточение / bsam gtan gyl pha rol tu phyin pa, skt. dhyana-paramita/, и трансцендентальная мудрость / shes rab kyi pha rol tu phyin pa, skt. prajna-paramita/.

**Шесть украшений** /ggyan drug/ -шесть великих комментаторов

учения Будды: **Нагарджуна, Арьядева, Асанга, Васубан-дху, Дигнага** и **Дхармакирти**.

**Шравака** /nyan thos/ - последователь Основной колесницы Буддизма, цель которой обрести освобождение от страданий сансары, достигнув уровня **архата**. В отличие от последователей **Великой колесницы** шраваки не стремятся к освобождению во имя блага всех существ.

**Шравакаяна** /nyan thos kyi theg pa/ - колесница **шраваков**. См. также **Три колесницы**.

**Шри Симха** (IV век) /dpal gyi seng ge/ - третий в человеческом облике учитель в традиции передачи учения о **Великом Совершенстве**; ученик **Манджушрамитры**.

**Шрона (Шронаджат)** /gro byin skyes/ - музыкант, игравший на **вине**. Был учеником Будды и обрел способность посещать другие сферы, в частности, сферу претов (голодных духов).

**Шубу Пелги Сенге** /shud bu dpal gyi seng ge/ - один из двадцати пяти учеников **Падмасамбавы**.

## Щ

**Щедрость** /sbyin pa, skt. dana,/ - букв. даяние

## Э

**Эмоции** - см. **отрицательные эмоции**.

**Энергия (тончайшая, невидимая ~)** /rlung, skt. prana, букв.

“ветер”/ - характеризуется как «легкая и подвижная». Сознание описывается как скачущее на rlung словно всадник на коне. Пять различных видов rlung регулируют все функции тела: 1) восходящая энергия /gyen rgyu/, 2) энергия опорожнения /thur sel/, 3) горячая энергия /me nyam/, 4) всепроникающая энергия /khyab byed/, 5) жизненная энергия /srog “dzin”).

**Этап завершения** /rdzogs rim, skt. sampannakrama/: 1) «с характеристиками» /mtshan bcas/ - медитация на **каналах** и **энергиях** тела, которое представляется как ваджра - тело; 2) «без характеристик» /mtshan med/ - этап медитации, при котором формы в ходе визуализации этапа порождения растворяются, оставляя ощущение пустоты.

**Этап порождения** /bakyed rim, skt. utpattikrama/- «йога, в которой при посредстве медитации осуществляется очищение от привычного **цепляния за четыре** типа рождения и объектом медитации являются формы, звуки и мысли, как имеющие природу божеств, мантр и мудрости.» Слов.

**Этернализм** /rtag par lta ba, skt. atmadrsti, satkayadrsti/ - вера в вечное бытие некой сущности, например, души. Этернализм считается экстремальным философским воззрением. Ср. **нигилизм**.

## Я

**Явления** /snang ba/ - см. **восприятия**.

**Якша** /gnod sbyin/ - разряд духов.

**Яма** /gshin rje / - Повелитель смерти.

**Ямантака** /gshin rje bshed/ - гневная форма Манджушри.

**Ясность (переживание ~)** /gsal nyams/ - одно из трех переживаний при медитации. См. переживание.

**Ясность, рост и обретение** /snang mched thob/ - три последовательно разворачивающиеся переживания в момент смерти.

**Ясный свет** /'od gsal, skt. prabhasvara/-спонтанный и светозарный (или всеведущий) аспект природы сознания. См.первоз-данное сознание.

**Ясный свет (боги ~)** /'od gsal gyi lha, skt. Abhasvara) - самый высокий уровень богов второй концентрации в Мире Формы.

**Ясный свет момента первозданной основы** /gzhi dus kyī 'od gsal/ - «природа сознания всех существ, неизменно чистая и спонтанно светозарная; базовый континуум первозданного сознания, потенциальная основа Буддовости» Слов. Может быть «открыт» с помощью просветленного учителя, но затем это «открытие» следует укрепить и развить посредством глубоких тренировок в рамках **Великого Совершенства**. Обыкновенные существа воспринимают этот свет лишь мгновенно в момент смерти.

## БИБЛИОГРАФИЯ

### ТЕКСТЫ, ЦИТИРОВАННЫЕ ПАТРУЛЕМ РИНПОЧЕ

**Внедрение стебля травы-** 'pho ba "jag "dzugs ma, молитва Ньи Да Сангье, которая читается при выполнении практики переноса сознания.

**Восемь великих непревзойденных стихов** - ngo tshar

*ba'i tshig chen bryad*, восемь восклицаний с помощью которых в Тантрах Великого Совершенства выражается конечная природа великого всепроникающего Совершенства.

**Восемь стихов Лангри Тханги** *glang thang pa'i tshig bryad ma*, восемь стансов о практике Бодхичитты в рамках тренировки сознания.

**Гирлянда драгоценностей** - *rin chen phreng ba*, sct. *Ratnavali*; шастра, написанная Нарджуной.

**Джатаки** - *skyes rabs*, раздел учения Будды, в котором он рассказывал истории из своих прошлых жизней.

**Дохи (Сарахи, Вирупы)** - *do ha mdzod*, sct. *Dohakosha*, песни просветления. Синоним: песни-ваджра.

**Драгоценный Высший путь** -lam mchog rin po che, текст Гампопы.

**Дхармическая практика, спонтанно освобождающая от цепляния за привычное-** chos spyod bag chags rang grol,

раздел zhi khro Кармы Лингпы.

**Исповедь промахов** (*ltung gshags*) - другое название для **Трехчастной сутры**

**Могущественная тайна** (*gnyan po gsang ba*) - первое название, данное сутре, которую, как говорят, Правитель

Лха Тотхори Ньентсен обнаружил на крыше дворца (433 год). Позднее получила название *Сутра ста призываний и простираний*. Помимо этого, так в общем виде обозначают сам факт появления различных предметов, среди которых находилась и данная сутра, который ознаменовал введение буддизма в Тибете.

**Молитва Медной горы** (*zangs bdog dpal ri'i smon lam*) - молитва о возрождении в Чистой земле будды Падмасамбавы.

**Молитва о благих деяниях** (*bzang spyod smon lam*, sct. Bhadracharyapranidhana) - молитва, прочитанная Буддой в сутре *Аватамсака* (*phal po che*); ее обычно читают в конце ритуалов.

**Молитва Сукхавати** (*bde ba can gyi smon lam*) - молитва о возрождении в Чистой земле будды Амитабхи. Самой знаменитой является та, что была написана Кармой Чагме.

**Насыщенная Трансцендентальная Мудрость** (*phar phyin bsdus pa*, sct. Prajnaparamita) - шастра Арьяшуры (Васубандху)

**Незапятнанная сутра** (*dri ma med pa'i mdo*)

**Обеты пяти семейств** (*rigs lnga'i sdom pa*, тантра).

**Облако драгоценностей** (*mdo sde dkon mchog sprin*, sct. Ratnamegha-sutra) - сутра, переведенная Тхонми Самбхотой; считается, что это была первая сутра, переведенная на тибетский язык.

**Обретение покоя в иллюзии** (*sgyu ma ngaL gso*), сочинение Лонгченпы, где он показывает, что все явления соотносятся с восемью подобиями иллюзии. Это третий том его **Трилогии о покое** (*ngal gso skor gsum*).

**Обретение покоя в природе сознания** (*sems nyid ngal gso*).

Сочинение Лонгченпы. Это первый том его **Трилогии о покое** (*ngal gso skor gsum*).

**Подробный комментарий свода значений** (*dgongs "dus rnam bshad*) - комментарий Джигмы Лингпы на цикл практических упражнений под названием *bla ma dgongs "dus, составленный Сангье Лингпой*.

**Путь Бодхисаттвы** (*byang chub sems dpa'i spyod pa la "jug pa*, sct.. Bodhicharyaavatara) - знаменитый трактат Шантидевы, в котором он описывает путь бодхисаттвы.

**Пять наставлений Майтрейи** (*byams chos sde lnga\_* - пять текстов, которым будда



Майтрейя обучал Асангу в небесной сфере Тушита: *Abhisamaya-alamkara (mngon rtogs rgyan)*, *Mahayana-sutra-alamkara (mdo sde rgyan)*, *Madhyanta-vibhanga (dbus mtha' rnam "byed)*, *Dharma-darmata-vibhanga (chos dang chos nyid rnam "byed)* и *Uttara-tantra-shastra (rgyud bla ma)*.

**Пять трактатов о срединном пути** (*dbu ma rig pa'i tshogs*) - пять трактатов Нагарджуны о философии срединного пути (мадьямика): *Prajna-mula-madhyamika-karika (dbus ma rtsa ba shes rab)*, *Yukti-shastika-karika (rags pa drug cu pa)*, *Vaidalya-sutra (zhib mo rnam "thag)*, *shunyata-saptati-karika (stonh nyid bdun cu pa)*, *Vigraha-vyavartani-karika (rtsod pa bzlog pa*

**Семистрочная молитва** (*tchig bdun gsol "debs,*) - самая знаменитая молитва для призвания Падмасамбавы. Говорят, была впервые пропета дхакини при его рождении. Молитва имеет несколько уровней значения и содержит в себе все наставления.

**Семь сокровищ** (*mdzod bdun*) - собрание сочинений Лонгченпы: 1) Драгоценное Сокровище Абсолютного Простора, *chos dbyings rin po che'i mdzod*; 2) Драгоценное Сокровище, исполняющее желаний: комментарий

на основные указания к Великой Колеснице, *theg pa chen po'i man ngag gi bstan bcos yid bzhin rin po che'i mdzod*; 3) Драгоценное Сокровище Высшей Колесницы, *theg pa'i mchog rin po che'i mdzod*;

4) Драгоценное Сокровище основных наставлений, *man ngag*

*rin po che'i mdzod*; 5) Драгоценное Сокровище слов и значение, озаряющее три обители потаенной Озаренной Несравненной Алмазной Сущности, *gsang ba bla na med pa "od gsal rdo rje snying po"i gnas gsum gsal bar byed pa'i tshig don rin po che'i mdzod*; 6) Драгоценное Сокровище философских доктрин, Освещающих Значение Всех Колесниц, *theg pa mtha' dag gi don gsal bar byed pa grub pa'i mtha' rin po che'i mdzod*; 7) Драгоценное Сокровище Перводанного Состояния, *gnas lugs rin po che'i mdzod*.

**Семьдесят строф о прибежище** (*skyabs "gro bdun bcu p)a*).

**Сердечная сущность** (*snying thig.*) - квинтэссенция учения из раздела коренных наставлений (*man ngag sde*) в составе Великого Совершенства. Ее две основные линии передачи - передача Вималамитры и передача Падмасамбавы. Наиболее известные разности «сердечной сущности» это *bi ma snying thig*, *mkha' "gro snying thig u klong chen snting thig*.

**Сердечная сущность обширного простора** (*klong chen snying gi thig l*) - духовное сокровище, открытое Джигме Лингпой; одно из наиболее знаменитых учений о Сердечной сущности. Было издано Ламой Нгодрупом для Его Святейшества Дилго Кхентсе Ринпоче (Паро, Бхутан, 1922, в 4-х томах).

**Собрание преднамеренных наставлений** (*ched du brjod pa'i tshoms, sct. Udanavarga*). В Махаяне является эквивалентом Дхаммапады Пали; содержит наставления, спонтанно данные Буддой в интересах сохранения учения, а не в ответ на вопросы.

**Совет правителю Сурабхибхадре** (*rgyal po bde spyod la gdam pa,*) - альтернативное название «Письма другу» (*bshes sbring, sct. Suhrllekha*) Нагарджуны.

**Сокровище, исполняющее желаний** (*yid bzhin mdzod,*) - сокращенное название второ-

го из Семи Сокровищ (*mdzod bdun*), написанных Лонгченпой (см. Семь Соеровищ).

**Сокровище драгоценных духовных качеств** (*yon tan po che'i mdzod*) - знаменитый трактат Джигме Лингпа, в котором он описывает весь буддийский путь, от обучения Шравакаяне до Великого Совершенства.

**Соображения о бодхичитте, писанные золотом на камне** (*byang sems rdo la gser zhun*, видимо) - тантра под названием *rdo la gser zhun* из раздела Сознание (*sems sde*) в рамках Великого Совершенства, из собрания Ньингмапа Тантр (*rnying ma rgyud "bum*)

**Сутра, безусловно суммирующая Дзарму** (*dhos uanf dag par sdud pa'i mdo*, sct. Dharmasangiti-sutra)

**Сутра в форме дерева** (*sdong po bkod pa*, sct. *Gandhavyuha-sutra*) - раздел сутры Аватамсака (*phal po che*).

**Сутра Великого освобождения** (*thar pa chen po'i mdo*)

**Сутра глубокого содержания** (*mdo dgongs pa "dus p*) - одна из четырех коренных тантр Ануйоги.

**Сутра, испрошенная Сагарамати** (*blo gros rguā mtshos zhūs pa'i mdo*, sct. *Sagaramati-pariprecha-sutra*).

**Сутра лампы луны** (*zla ba sgron me'i mdo*, sct. *Chandrapradipa-sutra*) - другое название для **Сутры Повелителя концен-трацмии** (*ting "dzin rgyal po*, sct. *Samadjiradja-sutra*).

**Сутра мудреца и безумца** (*mdzangs blun gyi mdo*, sct. *Dharnasabgiti-sutra*).

**Сутра наставлений правителю** (*rgyal po la gdams pa*, sct. *Rajavavadaka-sutra*.)

**Сутра нирваны** (*nya ngan las "das pa"i mdo*, sct. *Mahaparinirvana-sutra*.)

**Сутра привлечения внимания** (*dran pa nye bar bzhag pa'i mdo*, sct. *Saddharma-smrityu-pasthana-sutra*)

**Сутра ркжущего алмаза** (*rdo rje gcod pa*, sct. *Vajracchedika-sutra*.)

**Сутра сердца солнца** (*nyi ma'i snying po'i mdo*)

**Сутра ста действий** (*mdo sde las brgya pa*, sct. *Karmashataka-sutra*.)

**Сутра ста призываний и простирааний** (*spang skong phyag brgya pa*, sct. *Saksi-purana-sudrakanama-sutra*). - название сутры в **Кангьюре**. Это было, по-видимому, первое буддийское сочинение, появившееся в Тибете (в середине V века на крыше дворца правителя Лха Тотхори Ньентсена). Сутра эта также известна как **Могущественная тайна** (см.). Была переведена на тибетский язык Тхонми Самбхотой

**Сущностное украшение** (*snying po'i rgyan*) -тантра.

**Тантра безупречного откровения** (*dri med gshags pa'i rgyud.*)

**Тантра глубокого постижения наставлений к дхармической практике** (*chos spyod thams cad kyi man ngag mngon par rtpgs pa'i rgyug.*)

**Тантра единения солнца и луны** - *nyi zla kha sbyor.*

**Тантра обзора Ати** (*a ti bhod pa.*)

**Тантра обзора самай** (*dam tshig bkod pa'i rgyud.,, sct. Samaya-viuh.*), Эта тантра является общей для Махайоги и Ануйоги

**Тантра секретной сущности** (*rgyud gsang ba'i snying po*), также известна как (*dpal gsang ba'i rgyud (sct. Guhyagarbha tantra)* ). Это коренная тантра Махайоги.

**Тантра Хеваджры** (*rgyud brtags gnyis, sct. Hevajra-tantra-raj.*)

**Трансцендентная мудрость в восьми тысячах стихов** (*shes rab kyi pha rol tu phyin pa brgyad stong pa, sct. Ashtasahasrika-prajna-paramita.*)

**Трехчастная сутра** (*phung po gsum, sct. Triskandha-sutra.*)

**Утешительное письмо** (*mya ngan bsal ba'i springs yig, sct. Shokavinodana.*), шастра Ашвагоши.

**Факел трех методов** (*tshul gsum sgron me, sct. Nayatra-pradipa*) -, шастра, составленная Трипитакамалой.

**Хорошо изложенные доводы** (*rnam bshad rig pa, sct. Vyakhya-yukti* ),- шастра Васубандху.

## **2 СПРАВОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ ССЫЛОК В ПРИМЕЧАНИЯХ И В ГЛОССАРИИ**

rdzogs pa chen po klong chen snying thih gi sgnon “gro”i khrid yig kun bzang la ma’i shal lung gi zin bris (Примечания к «Словам моего несравненного учителя») - это собрание объяснительных заметок к некоторым важным пунктам из «Слов моего несравненного учителя». Заметки были написаны Нгавангом Пелзангом (Ngawang Pelzang /nang dbang dral zang/) , иначе говоря, Кхенпо Нгагчунгой, который был главным учеником Ньюшула Лунгрока Тенпай Ньимы, бывшего в свою очередь выдающимся учеником Патруля Ринпоче. Заметки были изданы Тхубтеном Ньима, Алаком Зенкаром Ринпоче, в изд-ве Этниас-де-Сичуан, ёёёёЧенгду (Etnias de Sichuan. Chengdu ), Китай (1988). Этот текст был переведен на английский язык под руководством Алака Зенкара Ринпоче при участии членов переводческой группы Падмакара, и будет напечатан в изд. Шамбала, США.

### 3. Произведения Патруля Ринпоче

**Полное собрание сочинений: d’Pal sprul Orgyan “Jigs med Chos kyi dBang po. (d’Pal sprud gsung bum)** Два шеститомных издания, опубликованы: 1) Сономом Кази (Sonam Kazi) с использованием ксилографий Его Святейшества Дюджона Ринпоче, Гангрок (Сикким), 1971; 2) Алаком Занкаром Ринпоче с использованием новых рукописей, Управление Кангюра и Тангюра, Ченгду (Китай), 1988.

**rdzogs pa chen po klong chen snying thig gi sngon “gro”i khrid yig kun bzang bla ma’i zhal lung** Это изначальный текст данной книги. Наиболее свежим и доступным изданием является карманное издание Алака Зенкара Ринпоче, изд. Этниас-де-Сичуан, Ченгду / см.выше/ (Китай), 1988.

**Kun -Zang La-May Zhal Lung** (3 volumes) , tr Sonam Kazi, Upper Montclair (New Jersey), Diamond Lotus Publishing, 1989-1993, 3 volumes

Перевод книги Патруля Ринпоче на английский язык выполнен Сономом Кази, т-рехтомное издание.

**Tatric Practice in Nying-ma** , Khetsun Sangpo Rinpoche; translated Jeffrey Hopkins , Ithaca, Gabriel/Snow Lion. 1982.

(Тантрическая практика в школе Ньингма).

Издание подготовлено на основе устного обучения по книге «Слова моего несравненного учителя» (Kunzang Lamai Shelung)

**Propitious Speech from the Beginning, Middle and End** (thog mtha’ bar gsum dge ba’i gnam lta sgom spyod gsum mnyams len dam pa’i snying nor) Patrul Rinpoche (translated Tinley Norbu), Jewel Publishing House, 1984. (Патруль Ринпоче. Надлежащие речи в начале, в середине и в конце).

Перевод книги выполнен Тинли Норбу.

**Heart Treasure of the Enlightened Ones** (thog mtha’ bar gsum dge ba’i gnam lta sgom spyod gsum mnyams len dam pa’i snying nor), Patrul Rinpoche. commented by Dilgo Khyentse (translated by Padmakara Translation Group), Boston, Shambhala, 1992.

(Патруль Ринпоче. Сердечное сокровище просветленных). Эта книга Патруля Ринпоче с комментариями Дилго Кхентсе Ринпоче была переведена Переводческой группой Падмакара. В книге имеется краткая биография Патруля Ринпоче.

### 4. БИОГРАФИИ ПАТРУЛЯ РИНПОЧЕ

**Хвала Патрулю Ринпоче** (rgual-ba’i myu-gu chod-kyi dbang-po rjes-su dran-pa’i ngag-gi “phreng-ba bkra-shis bil-ba”i ljong bzang kun tu dga’-ba’i tshal), Джемьян Кхентсе Вангпо (“jams-dbyangs mkhyen -brtse”i dbang-po). Включено в Собрание сочинений, т.6, с.245-250.

**Росаяная капля амриты** (mtshungs bral rgyal-ba’i myu-gu o-rgyan jigs-med chos-kyi dbang-po’i rtogs-brjod tsam gleng-ba bdud rtsi’i zil thig), Третий Додруп Чен, Тенпай Нима (mdo-grub bstan-pa’i nyi-ma), Собрание сочинений, т.4., с.101-136, издано Dodrup Sangye, Gangtok, Sikkim, 1972.

**Эликсир веры** (o-rgyan “jigs-med chos-kyi dbang-po”i rnam-thar dad-pa’i gros smam bdud rtsi’i bum bcud). В сочинениях:

m’Khan-chen Kung-bzang dPal -ldan , с. 353-484. Издано: Н.Н., Dilgo Khentse Rinpoche, Bhutan, 1986.

Издательство Падмакара готовит перевод этого сочинения на английский и французский языки под названием :»Жизнь и учение Патруля Рипоче».

### **Вторичные источники**

Этот список, содержащий лишь сочинения, цитированные в примечаниях и в Глоссарии, отнюдь не представляет собой исчерпывающую библиографию работ, связанных с темой.

**Dzogchen Innermost Essence Preliminary Practice**, Jigme Lingpa (translated Tulku Thondrup). Dharmasala, Library of Tibetan Works and Archives, 1982.

(Дхигме Лингпа. Глубокая сущностная предварительная практика Дзогчена).

Книга переведена на английский язык Тулку Трудупом.

**Enlightened Courage**, Dilgo Khyuntse, Peyzac -le-Moustier (France}, Editoins Padmakara, 1992

Английский перевод книги Дилго Кхентсе Ринпоче выполнен Переводческой Группой Падмакара. На русский язык книга переведена под названием «Отвага прозрения», пер. Р.Заубер,»Нартанг», С.-Петеобург, 2000.

**Great Path of Awakening**, Jamgon Kongtrul (translated by K.McLeod), Boston, Shambhala, 1987.

(Джемгон Конгтрул «Великий путь пробуждения»). Книга переведена на английский язык МкЛеодом.

## ПРИМЕЧАНИЯ

<sup>1</sup> «Порождение бодхичитты» это единственный возможный перевод *sen bskyed*. Слово *bskyed* означает порождать, производить, но также приводить к росту, развивать. Слово *sem*, кьялоле является соращением от *byang chub kyi sems* (скт. Бодхичитта) «сознание просветления (просветленное сознание)» имеет несколько уровней значения. Для начинающих это просто намерение освободить все существа. Однако, в более глубоком плане, бодхичитта синоним Природы Будды (скт. *Tathagata-garbha*) и изначальной осознанности (*rig pa*). На этом уровне нет ничего, что можно было бы породить, чего там не было раньше, потому что это фундаментальная природа нашего сознания, которая всегда у нас была и которую лишь нужно вновь открыть. Мы выбрали «порождать», стремясь до известной степени передать оба аспекта значения.

<sup>2</sup> Для ясности мы добавили здесь заглавие, которого нет в оригинале.

<sup>3</sup> Хотя это подношение является более ординарным чем то, которое за ним следует, оно, тем не менее, представляет собой подношение идеальной вселенной, как ее воспринимали в чистом видении высоко развитые существа, а не полный страданий мир - плод каждодневного восприятия ординарных, потеряных в заблуждениях существ.

<sup>4</sup> Лонгченпа

<sup>1</sup> Для начинающих это означает избегать амбициозного и материалистического подхода к практике. В сущности, только просветленные практикующие в состоянии практиковаться поистине без концептов. Однако, по мере совершенствования практики привязанность к концептам постепенно ослабевает. Другая возможная интерпретация: практиковаться в высшей степени концентрации, без отвлечений.

<sup>2</sup> Положительная энергия, возникающая в процессе практики, может быть направлена не на достижение просветления, а на другие цели. В Прим. упоминаются четыре обстоятельства, которые зачеркивают заслуги (*dge risa*): 1. тот факт, что действие не посвящается достижению полной Буддовости ради блага всех существ; 2. гнев: как говорят, одно мгновение в гневе может разрушить целые кальпы позитивных действий; 3. сожаление, даже и частичное, о совершенных благих действиях; 4. хвастовство своими позитивными действиями перед другими.

<sup>3</sup> Когда капля воды вливается в океан, она продолжает существовать, пока существует океан; когда вы полностью посвящаете действие «конечной цели, то есть вливаете его в океан Всеведения», оно сохранится до тех пор, пока вы не достигнете полной Буддовости (Прим.).

<sup>4</sup> Объект видения (*lta yul*) в Сутрах и Тантрах один и тот же - абсолютное пространство (*chos kyi dbyings*, скт. *dharmadhatu*). Однако, говоря о видении как таковом, можно делать различие между «ясным» и «недискретным» видением. Колесница Характеристик (сутры) помещает сущность, абсолютную истину, великую пустоту за пределами восьми концептуальных крайностей, но не ведет к осознанию того, что ее природа - неразделимое единство пространства и перводанной мудрости (*dbyings ye zung "jug*). Что касается явлений относительной реальности, Колесница Характеристик устанавливает их взаимозависимость и их подобие магической иллюзии. Но она не идет дальше недискретного показа этой магической игры и не подходит к определению кай и мудростей. В Колеснице Секретных Мантр, с другой стороны, совокупность кай и мудростей, являющих изначальное

единство абсолютного пространства и первоначальной мудрости, определяется как великая Высшая дхармакайя, неразделимость двух истин (Прим)

<sup>5</sup> В Колеснице характеристик не говорится, что можно достичь Прозрения, не отказавшись от пяти объектов желая («*dod pa'i yon tan lnga*). Но здесь, в Колеснице Секретных Мантр, мы быстро и помех работаем с сознанием, помещая его на путь, где не отбрасываются эти пять объектов и где можно достичь уровня Единства рупакайи и дхармакайи, уровня Видьядхары в течение одной жизни, в одном воплощении». (Прим.)

<sup>6</sup> «Существами, одаренными острым восприятием, являются те, кто «достаточно разумны, чтобы быть в состоянии осознать глубину видения в Алмазной Колеснице Секретных мантр и кто обладает достаточной уверенностью в себе, чтобы не бояться широких и мощных действий.» (Прим.)

<sup>7</sup> В соответствии с Секретной Мантраяной, следуя по пути, ничего не создаешь и ничего не развиваешь. Просто выявляешь, делаешь видимым то, что уже имеется в наличии - свою природу Будды.

<sup>9</sup> *gsal btab* pa означает не только «визуализировать», но также вызывать в памяти, восстановить в памяти. «Представлять себе таким образом не означает убеждать себя, - что осел - это лошадь или что этот кусок угля - это золото; это означает иметь в своем сознании ясное представление о том, что видимости и существа выныривают из первоначальной основы, то есть из природы Будды, и что это было так всегда, с самого начала.» (Прим.)

<sup>10</sup> «В течение этой кальпы придут на землю тысяча Будд. Мы, однако, не видели тех Будд, которые уже приходили; или, если и видели их, они не смогли привести нас к освобождению. Что касается Будд будущего, нам еще не пришло время встретить их. Так что, если бы не наши духовные учителя, у нас не было бы никакой помощи. (ДКР)

<sup>5</sup> То есть, тщательно, не отвлекаясь.

<sup>6</sup> Немой может чувствовать вкус, но не может описать этот вкус, аромат и запах, которые он ощущает. Точно так же и вкус подлинной медитации лежит за пределами любого описания или концептов.

<sup>11</sup> Первые три описываются на стр.338 (см.ч. II, гл.1). Иногда добавляют четвертый тип веры, необратимую веру, чтобы обозначить высшую ее степень, когда вера становится неотъемлемой частью существа.

<sup>12</sup> В Прим. говорится: «Получили ли мы посвящение в Дхарму или нет, но, если у нас нет к ней никакого интереса, мы уподобимся лошади, которой дают кость, или собаке, которую потчуют травой.» *Don gnyug* «интерес» также означает «усилие», то есть не только интеллектуальный интерес, но и активную вовлеченность.

<sup>13</sup> Эти примеры из рассказов о предыдущей жизни Будды иллюстрируют степень его верности своим обязательствам;

их не следует воспринимать как рекомендацию придерживаться крайних форм аскетизма.

<sup>14</sup> Шестым чувством является ум, поскольку одни и те же психологические реакции имеют место как под влиянием объектов, лишь возникающих в сознании, так и при воздействии объектов, воспринимаемых пятью органами

чувств.

<sup>15</sup> Это относится к ординарным тибетцам, которые, как правило, верят в Дхарму и читают хорошо известную мантру *Om mani padme hum*, но по большей части не отличаются сколько-нибудь глубоким знанием учения Будды. Здесь чтобы расшевелить своих слушателей Гьялси Ринпоче говорит в несколько уничижительном тоне.

16 *grims byis sgrim la lhad eyis glod* «Это значит не отвлекаться, но в то же время не быть в напряжении.» ДКР Кроме того, сначала необходимо усмирить дикие мысли чтобы достичь состояния ровного спокойствия (*zhi gnas*), а затем следует привести сознание в расслабленное состояние, чтобы сделать его открытым для глубоких прозрений (*lhag mthong*).

<sup>17</sup> «То, как формулируются наставления, это всего лишь слова, а поэтому ими можно пренебречь», вот что говорят те, кто мнят себя великими медитаторами ньяингмапы. Они полагают, что могут уловить значение в чистом виде, не заботясь о словах. Они прижимают руки к седцу и говорят, что эти объяснения всего лишь не существенные слова и что необходимо понимать лишь сущность сознания. (Прим.)

<sup>18</sup> Истинное значение формулирует истину с точки зрения просветленных существ. Подобающее значение относится к наставлениям, цель которых направить к конечной истине не просветленные существа, которые были бы неспособны принять и понять учение, если бы оно было изложено по-другому.

Опосредствованное значение относится к наставлениям, имеющим целью изложить значение, не соотносимое прямо со словами, его выражающими. См. также Глоссарий.

<sup>19</sup> «Это равносильно тому, как не понимать значение, воображая, например, что с той минуты как получаешь наставления к Секретной Мантраяне, можешь предаваться радостям секса, наслаждаться алкоголем и проводить практику соединения и освобождения.

Чтобы избежать этой ошибки, мы должны соразмерять свое поведение с данным временем, то есть, с тем уровнем духовной эволюции, которого мы реально достигли в данный момент.

<sup>20</sup> Альтернативный перевод: «вдохновение, которое остается благим или неблагим навсегда.» Здесь мы следовали указаниям ДКР.

<sup>21</sup> Это относится к практике очищения, проводимой для умерших, в которой покойный представляется карточкой с его именем.

<sup>22</sup> Выражение *thod pa bog chog ma* буквально означает «избавиться от черепа», то есть избавиться от тела в смысле «избежать будущих перерождений» ДКР.

<sup>23</sup> “*du shes med pa* Альтерн. перевод «без восприятия». В соответствии с объяснением ДКР «Боги без восприятия создали в своем сознании некую пустотность и ничего не воспринимают, словно в состоянии глубокого сна без сновидений».

<sup>8</sup> Тиртхика(*ma rtags pa*) - приаверженец одной из не-буддийских религиозных или философских традиций, которые исповедуют ложные системы взглядов, описанные на стр. 163

<sup>24</sup> *klo kha khga* относится к большой, населенной племенами территории к югу от Центрального и Восточного Тибета,.

Она включает нынешний Аруначал Прадеш,

Нагаланд и части Ассама в северо-восточной Индии, а также части северо-запад-



<sup>25</sup> Тибетцы обычно называют Бодх -гайю rdo rje ldan, Ваджра Трон, имея в виду то место, где сидел Будда, когда он обрел Просветление. Это место считается центром мира.

<sup>10</sup> Авалокитешвара, Бодхисаттва сострадания.

<sup>11</sup> См. примечание 295 (?)

<sup>12</sup> Такие храмы строились в определенных точках с целью подавить в Тибете негативные силы. В центре этой группы был Раса Трулнанг (первоначальное название Дхокханга) -

<sup>13</sup> В соответствии с Примеч. (см.), Падмасамбхава имеет в виду, что только в эти три периода Секретная Мантрана раскрывается в полном объеме.

<sup>14</sup> Букв. «годы», но это относится не к определенному отрезку времени, а к периодам подъема и спада, вызванных различными причинами такими как появление святых существ или, напротив, вредоносное влияние злонамеренных существ.

<sup>15</sup> В этот период, следующий непосредственно за распространением учения, плоды учения приходят к практикующимся в нем немедленно.

<sup>16</sup> В период практики есть люди, которые практикуются в Дхарме, но их меньше и результаты приходят медленнее.

<sup>17</sup> Три главных ученика Атиши (см. Глоссарий)

<sup>18</sup> Как объясняется в Прим., эти привнесенные обстоятельства могут возникнуть неожиданно, между двумя периодами, когда практикуешься, или во время практики, и поглотить одну или несколько из восемнадцати свобод и преимуществ, - словно волк, вторгающийся в овечий загон и уносящий оттуда одну или две из восемнадцати овец. (Прим.)

<sup>19</sup> «Они являются препятствием на пути нашего сознания к освобождению и всеведению. Проявление одной из этих склонностей засушивает ростки прозрения и разрывает связи практикующего с сообществом тех, кто устремляется к освобождению». (Прим.)

<sup>20</sup> Заслон от солнца, который во время торжественных церемоний несут перед высокопоставленным ламой как символ уважения.

<sup>21</sup> «Океан символизирует глубины и просторы трех низших сфер перерождения и нескончаемые в них страдания. Слепая черепаха символизирует существа в этих трех мирах, лишенные глаз, вследствие чего они не могут принимать то, что для них благотворно, и отвергать то, что для них вредоносно. Тот факт, что черепаха всплывает на поверхность только один раз в сто лет, символизирует трудность вырваться из этих состояний. Одно отверстие в яре символизирует редкость существования в облике человека или бога. Ветер, который подталкивает, символизирует зависимость от благоприятных обстоятельств.»

<sup>22</sup> Мы выбрали Сурабхибхадру как одну из возможных реконструкций тибетского bde spyod bzang po - имени правителя, которому Нагарджуна посвятил своей текст. Большинство свидетельств сходятся на том, что это был близкий друг и покровитель Нагарджуны, однако этот правитель все еще не идентифицирован исторически. Он, вероятно, был из родв Сатаваханов, правящих в Андхре; одни ученые идентифицируют его с Гаутамипутрой Сатакврни, который правил в начале второго века до н.э.; а другие называют Удияану или Удай, или же идентифицируют его как одного из двух правителей -

Яджнашри или Викрамадитья.

<sup>23</sup> Речь идет о тибетском пиве, для приготовления которого перебродившие зерна заливают горячей водой.

<sup>24</sup>

<sup>25</sup> ;Все эти разрушения присходят в течение одной кальпы; но даже боги-долгожители успевают состариться между первым и седьмым разрушением огнем, после чего их сфера - часть второй концентрации-уничтожается огнем.

<sup>26</sup> Конгец эры - это период упадка, когда жизнь становится уязвимой и менее долговечной.

<sup>27</sup> Падмасамбаву часто именуют втопым Буддой нашего времени, продолжающим работу Шакьямуни Будды.

<sup>28</sup> Считается, что такие существа находятся за пределами жизни смерти. Но, тем не менее, подобно Шакьямуни Будде они добровольно принимают смерть, чтобы напомнить существам о презодеянности.

<sup>29</sup> «Половина относится к правлению Муне Тсенпо, который умер через год и девять месяцев после начала своего правления.

<sup>30</sup> В данном случае, по-видимому, имеются в виду Южная Азия, Монголия и Китай.

<sup>31</sup> Масло не прилипает к волосам, так что в масле остается только (пустой) след от волос.

<sup>32</sup> То есть, накопление заслуг. Это понятие объясняется в главе 4 первой части.

<sup>33</sup> То есть умереть в одиночестве и отдаленном месте, где нет никаких отвлечений.

<sup>34</sup> Мудрость, позволяющую видеть пустоту «Я» (эго) и пестоту явлений.

<sup>35</sup> Он мог контроллировать свое сознание в том смысле, что он умел концентрироваться; но он не преодолел негативные эмоции и не постиг природу сознания. С точки зрения Дхармы, медитация без надлежащей направленности бессмысленна.

<sup>40</sup> lam du “khyer ba: букв. отнести на путь. Это значит использовать все ситуации повседневной жизни как часть своей практики. Если бы

Гелонг Тхангпа поместил свои негативные мысли на путь, используя, к примеру, любовь как противоядие против агрессии, или же подумал о пустой природе мысли, как только она зародилась, то мысль эта не причинила бы ему никакого вреда.

<sup>41</sup> rkyen: обстоятельства; дополнительная причина, которая позволяет основной причине (rgyu) осущетвить свое действие.

Например, если кто-нибудь погибнет от несчастного случая, сам несчастный случай, обстоятельства смерти - это rkyen, а rgyu - это глубокая причина; неблагоприятное действие, совершенное в прошлом, кармическим результатом которого является смерть.

<sup>42</sup> gyur dug - в тибетской медицине это выражение используется для обозначения пищи, которая сама по себе является здоровой, но становится токсичной или неусвояемой в сочетании с некоторыми другими продуктами питания.

<sup>43</sup> sha sgren обозначает очень старое, но не непременно испорченное мясо. В Тибете

те, вследствие особых климатических условий, продукты питания могут храниться очень долгое время.

<sup>36</sup> Для тибетца перевернутая чаша для подаяния является знаком, что человек умер.

<sup>44</sup> Если суметь во сне сконцентрироваться на ясном свете, который является естественным проявлением изначальной осознанности, тогда все, с чем имеет дело сознание, смешавшись с этой осознанностью, не будет воспринято в искаженном виде

<sup>37</sup> phags pa'i nor bdun: вера, дисциплина, знание, щедрость, осознание, скромность и мудрость.

<sup>45</sup> За смертью не последует автоматически обыкновенное перерождение, вызванное прошлыми действиями.

<sup>38</sup> То есть те, кто безусловно способны правильно воспринять учение и сделать его полезным для себя.

<sup>46</sup> Существует три типа усердия, которые подробно описаны на стр. 339-342. Пема Вангьял Ринпоче (ниже ПВР) добавляет:

Если у вас железное усердие, ничто не может остановить вас начать практиковаться. Если у вас усердие в действии, ничто не может заставить вас прекратить то, что вы делаете. Если у вас неудержимое усердие, ничто не может помешать вам достигнуть своей цели.

<sup>47</sup> Тибетский термин chod dred , букв. значит «Дхарма гонит, несет». В «Большом тибетско-русском словаре» (ниже Слов) / см. Библиография/ читаем: тот, кто не был покорен Дхармой.

Он знает Дхарму; но, поскольку он не практиковался в ней, его сознание одеревянело...» Если подойти к Дхарме с ошибочным к ней отношением, то может возникнуть ложная самоуверенность, которая сделает вас невосприимчивыми к учению и к наставлениям учителя.

<sup>39</sup> Традиционно принято считать, что эти небесные тела являются местом пребывания некоторых небесных существ, невидимых для обычных людей.

<sup>40</sup> Древняя мера зерна, нахванная по имени индийского города Кошала (недалеко от современной Айодхайи)

<sup>41</sup> dkoḡ za ba обычно означает использовать не по назначению фонды, составленные из пожертвований верующих. Иногда имеется в виду злоупотребление коллективной собственностью, такой как национальное богатство, со стороны тех, кто стоит у власти.

<sup>42</sup> Здесь речь (ngang) относится к глубокой силе слова. Оно инструмент для переноса звуков мантр, и оно имеет силу исцелять, умиротворять, покорять и т.п., если им пользуется тот, кто либо натренирован духовно, либо имеет особого рода карму.

<sup>43</sup> Слог P'et , в частности, используется в практике переноса сознания с целью «выстрелить» сознание вверх (см. Часть 3)

<sup>44</sup> Это объясняется в следующей главе.

<sup>45</sup> Различные категории духов, для которых нет названий в русском языке.

<sup>46</sup> Заклинатели швыряют в них различные символические метательные снаряды такие как тормы, горчичное семя, ММММ разные порошки, которые голодные духи (преты) воспринимают как оружие, разрушающее их тела.

<sup>47</sup> Наги - категория существ, живущих под землей и имеющих чудодейственную власть. Хотя они подобны духам, но вследствие змеевидной формы их относят к животным. См. гаруда (Глоссврий)

<sup>53</sup> Выражение “du byed kyī sdug sngal”, которое мы перевели как «страдание от всего составного», объясняется следующим образом: rgyu rkyen “du byed nas sdug sngal” “byunmg «когда причина и обстоятельства сходятся вместе, возникает страдание». Это считается источником двух других основных видов страдания в сансаре и описывается как khyab pa всепроникающее страдание или страдание от всего составного.

<sup>48</sup> Чай и цампа (поджаренный ячмень мелкого помола) - два продукта, которые повсеместно и широко используются в Тибете. Тибетский чай приготавливается с молоком и маслом и его часто пьют в течение всего дня. Цампу смешивают с чаум - и еда готова.

<sup>54</sup> Главные другие виды рождения, которые имеют место в шести сферах существования, - это рождение из яйца, зарождение жизни в тепле и влаге и чудотворное рождение

<sup>55</sup> Это приблизительный перевод технических терминов, используемых в тибетской медицине для обозначения этапов эмбрионального развития в первые пять недель

<sup>56</sup> las kyī glung - сила предыдущих действий, которая движет весь процесс сансары.

<sup>57</sup> Плита для изготовления проволоки, в которой пробита дыра чтобы протаскивать через нее металл.

<sup>58</sup> В Тибете втирают масло в родничок новорожденного младенца чтобы ускорить зарастание отверстия. Хотя, как считают, это благотворно влияет на здоровье младенца, но новорожденный

столь чувствителен, что это возбуждает тонкую энергию его тела

<sup>59</sup> Для тибетцев, как во многих восточных культурах, переступить через чью-нибудь голову (а также тело) считается в высшей степени оскорбительным и порождающим омрачение. Для практикующего тантру - это отсутствие уважения к мандале тела, которое является священным. Однако для йога, постигшего конечную чистоту всех явлений на абсолютном уровне, все аспекты опыта имеют одинаковый вкус чистоты.

<sup>49</sup> Это вольный перевод ja “khor - меры, которая соответствует чутырем брикетам пресованного чая.

<sup>50</sup> В соответствии со сложившейся в Азии традицией, невеста со своим приданым переселяется в семью мужа. Если брак разваливается, она возвращается в дом своих родителей.

<sup>51</sup> Лонгченпа

<sup>52</sup> Тибетские авторы часто говорят о себе в таких тонах, то есть с исключительной скромностью.

<sup>60</sup> las kyī sa pa место, где карма имеет большую власть и ее следствия ощущаются сильнее, а в некоторых случаях раньше.

Из четырех континентов вселенной в традиционной космологии, в Джамбудвипе действия оказывают наиболее сильный эффект и индивидуальные переживания с этим связанные наиболее разнообразны. Жители других континентов, по большей части, ощущают лишь следствия прошлых действий, но не порождают новые причины. Их

переживания и продолжительность жизни более однородны.

<sup>61</sup> Если нас не вводят в заблуждении благоприятные обстоятельства и мы понимаем, что их подлинность не идет дальше того, что мы им приписываем, тогда эти обстоятельства могут способствовать нашим успехам в медитации, а не создавать привязанности.

<sup>62</sup> Наблюдая плохих и хороших учителей, учишься ценить хороших. Наблюдая хороших и плохих практикующих, понимаешь, как действовать самому.

<sup>63</sup> Точно так же как внешние явления появляются из пространства и исчезают в нем, так и ментальные явления возникают из природы сознания (*sem nyid*) и растворяются в нем. Они не имеют самосущего бытия.

<sup>64</sup> Сфера богов характеризуется, в частности, отсутствием гнева и ненависти. Поэтому чтобы быть в состоянии сражаться, богм Небесной сферы Тридцати Трех отправляются в магический лес, который делает их агрессивными.

<sup>65</sup> Мир формы и мир бесформенности (см. Глоссарий, три мира).

<sup>66</sup> Букв. «в пяти сферах» - альтернативная классификация вместо шести сфер, при которой сферы богов и асуров (полубогов) рассматриваются как одна.

<sup>53</sup> Держать на запоре жвери чувств означает избегать воздействия соблазна объектов чувственного восприятия.

<sup>54</sup> Эта диаграмма обычно висит у входа в тибетские храмы.

<sup>55</sup> Здесь подразумевается, - а в других главах говорится открытым текстом, - что речь идет не о пренебрежении своими обязанностями родителей, детей и т.п., но о преобразовании ограниченной, эгоистической привязанности и заботы в истинную любовь, которая распространяется на все существа.

<sup>56</sup> В конечном итоге, все восприятия имеют одну и ту же природу, которая суть пустота.

<sup>67</sup> *las su* “ *char ba* Существуют различные объяснения этого выражения. Оно переводится здесь в соответствии с интерпретацией ДКР как эквивалентное выражению *las su rlung ba*^ сознание изменяемо, может развиваться к лучшему.

<sup>68</sup> Как во время войны сторожевая башня жизненно важна чтобы наблюдать за врагом и одержать победу, так и в Секретной Мантраяне самайя (см. Глоссарий) жизненно необходима чтобы избежать препятствий и достичь Буддовости

<sup>57</sup> Слово карма (санскрит, тиб. *las*), которое теперь употребляется в русском и в ряде других языков со значением «результат прошлых действий», на самом деле означает просто «действие». Тибетцы в обыденной речи часто используют выражение *las* для обозначения всего процесса, или принципа причины и следствия, что является темой данной главы.

<sup>58</sup> Твои действия соответствуют поступательному движению Колесниц (скр. *уана*)

означает, что внешне соблюдаешь дисциплину Шравакаяны, внут-ренне прктикуешь-ся в Мантраяне и секретно практикуешься в Мантраяне, чтобы устранить препятствия и достичь Буддовости.

<sup>59</sup> Два других акта с прямым возмездием - это вызвать раскол в сангхе и пролить кровь Будды.

<sup>60</sup> В то время в большей части тибетского общества есть мясо во время каждой еды считалось признаком богатства и, следовательно, высокого положения. Гостья ведет себя вызывающе, стремится создать впечатление, что у себя дома она привыкла всегда есть мясо.

<sup>61</sup> Одна из пяти тонких энергий (rlung) или «ветров» в теле (см. Глоссарий).

<sup>62</sup> Здесь Патруль Ринпоче делает различие между ясновидением как психи- ческим явлением, которое не является следствием мудрости, и реальной способностью просветленных существ, достигших трех высших уровней Бодхиваттвы, преодолевать время и пространство.

<sup>63</sup> «Тантрическими ритуалами брахманов» называются ритуалы, которые совершаются не ради достижения просветления во имя блага всех существ.

Хотя эти ритуалами и являются религиозными, но они, тем не менее, не ведут к конечному освобождению.

<sup>64</sup> «Черные приношения», тиб. *dkor nag po* (альтернативный перевод «опасные приношения») : поскольку Будда, Дхарма и Сангха являются в высшей степени священными, использование сделанных им приношений неподобающим образом влечет за собой чрезвычайно тяжелые кармические последствия. Здесь имеются в виду, в особенности, те приношения, которые делают верующие, заказывая церемонии для умерших, больных и т.п.

См. **черные подношения** в Глоссарии.

<sup>65</sup> *dhar pa dang grol ba*: мы здесь перевели эти два термина как «осво-бождение» и «свобода». ПВР отмечает различие между этими двумя терминами в данном контексте: «освобождение» (*dhar pa*) от сансары и, в особенности, от низших ее сфер; в то время как свобода (*grol ba*) - это отсутствие каких-либо препятствий на пути к всеединю и просветлению. В других контекстах (ср. в Главе 6). *dhar pa* может иметь оба значения

<sup>66</sup> Это воззрение считается неправильным не потому, что отрицается существование творца, а потому, что отрицается процесс кармической причинности.

<sup>67</sup> Это не означает, что вы не должны задавать вопросы или анализировать наставления. На самом деле, Будда сам поощрял такого рода любознательность. Однако, если ваши суждения закроют этому учению, которое подчас бросает вызов привычным представлениям, доступ в ваше сознание, тогда вы не сможете вступить на путь Будды, ведущий к освобождению.

<sup>68</sup> Наличие духовного руководства стоит в зависимости от прошлых действий существ и, таким образом, учителя и его учеников связывают нерасторжимые узы. Поэтому, если ученики ведут себя неподобающе, следствие от этих действия переносится, в плане относительной действительности, на учителя, отчего сокращается длительность данного его воплощения и возникают препятствия для его деятельности на благо других.

<sup>69</sup> Ложные воззрения сужают взгляд на вещи. Даже эффект от позитивных действий будет ограничен, ибо они совершаются без ориентации на полное просветление по имя блага всех существ. Более того, если не верить в тех, кто передает Дхарму, невозможно

получить *поддержку* для исповеди, которая описана в Третьей главе Второй части.

<sup>70</sup> Тиб. *gnam smin*, букв. полное созревание. Это относится к тому моменту, когда кармическая энергия, порожденная действием, вызывает максимальное следствие, которое может быть замедлено или усколено следствиями других действий.

<sup>71</sup> Несколько другая версия цитаты приводится в издании этого тибетского текста Зенкаром Ринпоче: «Чтобы узнать, где ты был рожден прежде, надо поглядеть, какой ты сейчас. Чтобы узнать, где ты родишься в следующий раз, надо поглядеть, как ты действуешь сейчас.»

<sup>72</sup> Нечистая щедрость - это подаяния, сделанные из эгоистических побуждений или скупое, неохотно, а также если об этом потом сожалеешь. Вследствие такого подаяния будешь богатым, но не сможешь пользоваться этим богатством.

<sup>73</sup> Буддийская секта, которая жила на границе современных Индии и Непала.

<sup>83</sup> Качества Будды - тридцать два главных знака, восемьдесят второстепенных, десять умений и т.п.

<sup>74</sup> См. стр. 183

<sup>84</sup> Это происшествие описано на стр. 184

<sup>85</sup> См. прим. 36

<sup>86</sup> Нам не удалось прояснить смысл этой фразы. *sgog* значит - жизненная сила, которая поддерживает теплоту и сознание или дыхание. По-видимому, Сурабхадра (см. прим. 36) был покровителем Нагарджуны, который снабжал его эликсиром жизни. Если это действительно так, тогда сын, чтобы убить отца, решил сначала убить Нагарджуна, чтобы тот не мог дать отцу свой эликсир.

<sup>87</sup> Согласно легенде, голова Нагарджуны и его тело приняли форму двух лежащих поодаль (в Нагарджунаконда в Южной Индии) огромных камней, которые постепенно, в течение веков сближаются. Когда они соединятся, Нагарджуна вернется к жизни.

<sup>88</sup> В дополнение к негативным действиям общего порядка, существуют действия, на которые Будда наложил запрет для тех, кто принял особые обеты. Здесь монах нарушает обет, по которому полностью посвященным монахам запрещается срезать растительность.

<sup>75</sup> Бодхисаттвы, достигшие уровня, когда они не должны больше возвращаться к существованию в сансаре.

<sup>89</sup> Круглое основание, на которое складываются кучки риса и пр., включается в подношение мандалы. Совершение подношения - это часть процесса очищения. Подношение мандалы подробно описано в четвертой главе второй части этой книги

<sup>90</sup> Пользоваться языком Высшего воззрения для ниспровержения принципа причины и следствия означает использовать учение об абсолютной истине как повод чтобы действовать по своей прихоти, заявляя при этом, что не существует различия между добром и злом, между сансарой и нирваной, между Буддой и обыкновенными существами и т.п..

<sup>76</sup> *dnegos po dang mtshan ma*, букв. материя и ее характеристики; это значит, что никогда не преодолеешь подхода с позиции концептов.

<sup>77</sup> *zhib* означает «тонкого помола» (как мука) и также «педантичный, точный».

<sup>78</sup> См. стр. 49

<sup>91</sup> Имеется в виду всякий, кого соединяет с вами какая-либо связь - позитивная или негативная, либо совершенно эпизодическая. Даже минимальная связь с Бодхисаттвой - увидеть его, услышать, коснуться и т.п. - может принести огромное благо и привести к освобождению.

<sup>79</sup> См. Введение, где дается краткое описание основной практики:

«Хотя тренировки основной части пути в этой книге формально не описываются, они, по существу, в нее включены. Книга является полной, ибо в ней дается объяснение всех существенных сторон пути». ДКР

<sup>1</sup> Намек на искателей приключений в старину, плававших в поисках драгоценностей на далекие острова.

<sup>80</sup> В этой главе Патруль Ринпоче резюмирует в стихах все основные положения, не давая ссылок на источники. Назначение этих стихов - помочь читателю или слушателю запомнить эти положения. Прямая устная передача знания всегда занимала в Буддизме важное место, и тибетцы постоянно выучивают на память целые тома писаний. Эта практика помогает им запоминать устные наставления в деталях. Систематическая структура этого текста, к примеру, предназначена, в частности для того, чтобы помочь практикующим легко запоминать наставления.

<sup>81</sup> Они ведут себя неординарно, нарушая все принятые правила поведения, как если бы их действия исходили из истинной мудрости, лежащей за пределами концептов. Однако же они обманывают только себя самих.

<sup>82</sup> В Прим. приводится нижеследующее уточнение. Для того, чтобы воспринимать учителя как Будду, необходимо чувствовать: 1. что он воплощенный Будда как в абсолютном, так и в относительном планах;

2. что все его действия, - как в духовном, так и в житейском планах - являются действиями Будды; 3. что его доброта к нам превосходит доброту будд; 4. что он воплощает себе величайшее из всех прибежищ; 5. что, если зная это, молишься ему, не возлагая надежд ни на что иное, то это приведет к мудрости постижения.

<sup>83</sup> Букв. «в соответствии с подобающим значением», тиб. drang pa'i don

(Прим. подходящее, относительное, временное значение). Учитель пользуется относительной истиной видимостей для того, чтобы направлять (drang) обыкновенные существа, которые еще не в состоянии понять истинное или абсолютное значение (тиб. nges don). См. Глоссарий.

<sup>84</sup> Дождь обрушивается на все внизу, не делая никакого различия.

<sup>85</sup> Тиб. srid pa( коренное значение - «возможность»): любая вещь, которая может быть трансформирована в другую. Таким образом, это представляет все концепты, которые мы проецируем на действительность и которые становятся воспринимаемым нами иллюзорным миром. Так что это может быть переведено как: становление, существование, сансара, мир.М

<sup>86</sup>

<sup>87</sup> Отличная лошадь - одна из принадлежностей Вселенского монарха. Она угадывает его желания прежде, чем он их выражает. Здесь идеальный ученик знает намерения своего учителя и потому действует как подобает.

<sup>89</sup> В индийской кастовой системе подметальщик занимал очень низкое место и предполагалось, что он со всеми будет держаться почтительно.



<sup>92</sup> Поскольку учитель является воплощением Трех Драгоценностей, он считается Четвертой Драгоценностью. См. Часть 2, глава 1.

<sup>93</sup> Щелкание пальцами это часть ритуала по перенесению сознания другого существа в чистую землю. О практике переноса сознания ("pho ba) см. Часть 3.

<sup>95</sup> Трипитака - буквально три корзины, то есть три раздела (см. Глоссарий, Трипитака)

<sup>96</sup> Поскольку духовный учитель является Буддой, то место, куда ступала его нога, является благословенным.

<sup>97</sup> История Миларепы подробно рассказывается в конце этой главы.

<sup>98</sup> Имя Садрапрадурита означает «беспеременно плачущий». Дхармадхата означает «Возвышенная Дхарма».

<sup>99</sup> Это значит, что Будда не ограничен понятием времени.

<sup>100</sup> thod phor ( Skt. kapala). Черепная чаша: верхняя часть черепа используется некоторыми йогами как чаша. Это символизирует непривязанность к «я».

<sup>101</sup> *nor rdzas* - букв. «материальное богатство». Мы часто переводим этот термин и отдельно *nor* как деньги, хотя он может обозначать все ценное и все драгоценное, не непременно какую-либо валюту.

<sup>102</sup> Один из трех великих монастырских университетов в буддийской Индии. Другие два были Наланда и Одантапури. Пост «Пандита-защитника ворот»

(иначе говоря, факультетов) на одной из четырех сторон света предостав-лялся ученым, которые были более других способны защищать философскую позицию Буддизма в дебатах против мыслителей не-Буддистов, высказавших желание участвовать в такого рода состязании. Организованные по строгой форме горячие дебаты между сторонниками различных философских систем были характерным явлением в Северной Индии того времени с ее высоко развитой цивилизацией.

<sup>103</sup> *gyang rim gsum* «три уровня глинобитной стены» высотой около трех метров. Во многих частях Тибета стены лрмрв строились из глины (*gyang*):

глина набивалась в мокро-м виде между параллельными деревянными формами, установленными вдоль линии стены. Затем давали глине высохнуть, после чего формы поднимали вверх в качестве опоры для глины на следующем уровне (*rim*) стены. Деревянные доски, которые использоались в качестве форм, были обычно шириной около метра.

Ткрмин *gyang* или *gyang rim* часто использовался как приблизительная мера глубины снега.

<sup>104</sup> Возможное объяснение этих трх предложений следующее.: «Ее корень - победное начало» означает, что природа Будды, которая является нашей изначальной природой, не может быть изменена никакими факторами или обстоятельствами.»Ее вершина -победное завершение» означает, что высшее свершение достижимо. «Ее плод - победная йога» означает, что никакая йога не может привести к большим достижениям.

<sup>105</sup> Традиция, основанная на учении, первоначально принесенном в Тибет из Индии в VIII веке, стало известно как Старая ( или Ньингма) Традиция. Традиция, осно-

ванная на новой волне наставлений, принесенная в XI веке и позже, называется Новая (или Сарма) Традиция. Первый учитель Миларепа, Ронгтон Лхяга, принадлежал к школе Ньингма, а Марпа был переводчик и законченный мастер Новой школы наставлений.

<sup>106</sup> Джетсун Мила хотел приподнести котелок, наполненный ячменем. Поднести пустой сосуд считается действием недостойным.

<sup>107</sup> Испытания, через которые Миларепа должен был пройти, прежде чем получил от Марпы учение, было не только очищением от прошлой кармы, накоплением заслуг и психологической подготовкой для него самого, но имело значение также и для будущего его школы (традиции), ибо каждая деталь имела символическое значение, а это в силу принципа взаимозависимости явлений (rten "bral) не могло не оказать воздействие на будущее не только Миларепа, но и его учеников.

<sup>108</sup> Три типа веры (см. объяснение в начале следующей главы).

<sup>109</sup> «Принять прибежище» или «искать прибежища» - это стандартный перевод выражения skyabs su "gro ba. Основное значение здесь - искать защиты от опасности, в данном случае от опасностей существования в сансаре.

<sup>110</sup> «Почему всех путей? Потому что принятие прибежища является неотъемлемой частью каждого из путей в сутрах и тантрах.» (Прим.)

<sup>111</sup> Здесь вера - просто спонтанная реакция. «В этом случае не обязательно отдавать себе отчет в том, почему пришел к этой вере.» (Прим.)

<sup>112</sup> «Данная разновидность веры предполагает понимание, почему пришел к этой вере. Она вытекает из знания, что Три Драгоценности и, в частности, духовный учитель являются надежным прибежищем.» (Прим.)

<sup>113</sup> Это означает, что наша вера в прибежище

будет нам в помощь, когда после смерти мы встретимся с образами промежуточного состояния (бардо).

<sup>114</sup>

Здесь «двери» (sgo) имплицитно обозначает веру, которая открывает доступ к благословениям Будды, Падмасамбавы или своего учителя. ПВР

<sup>115</sup> ring bsrel - круглые предметы, такие как мелкие жемчужины, которые выскакивают из реликвий тех, кто достиг прозрения

<sup>116</sup>

<sup>117</sup> Знаменитая статуя Будды в Лхасе. См. прим.295

<sup>118</sup> Съесть подношения и ставить сапоги перед статуей считается постыдным актом святотатства.

<sup>120</sup> Это прибежище на уровне Великого Совершенства.

<sup>121</sup> tshogs zhing: «поле(то есть объект) накопления заслуг благодаря простираниям, подношениям и молитвам» (Слов.).

Вследствие просветленных качеств Будды, Дхармы и Сангхи эффект всякого направленного к ним позитивного действия имеет огромную силу. См. также «поле заслуг» в Глоссарии.

<sup>122</sup> Лотос символизирует чистоту просветленного сознания. Хотя он растет в грязи,

но уветы его не запачканы грязью.

<sup>123</sup> Число конечностей уточняется, потому что формы учителей и божеств, которые мы себе представляем, подчас имеют больше чем одну голову и больше чем две руки и две ноги, и каждая деталь имеет особое символическое значение.

<sup>124</sup> rgyak po'i stabs : поза царственной непринужденности - правая нога слегка вытянута, левая согнута полностью.

<sup>125</sup> Главными Бодхисаттвами в окружении Шакьямуни Будды являются Манджушри, Авалокитешвара, Ваджрапани, Майтрейя, Акашагарбха, Кшитигарбха, Сарваниваранавискамбхин и Саманабхадра.

<sup>126</sup> Тринадцать украшений самбогхакайи перечислены на стр. 267

<sup>127</sup> Монашеский посох, называемый "khar gsil", букв. «звонящий посох» - это шест из дерева и железа, заверченный двумя ступами. Ниже верхней из них подвешены четыре колеса и двенадцать металлических колесц, позвякивание которых выдает присутствие монаха. Чаша для подаяния обычно металлическая и называется lhung bzed, букв. «принимает то, что падает».

<sup>128</sup> Это были длинные сборники несброшюрованных тибетских книг, обернутые в ткань и с тканными же этикетками, прикрепленными на левом конце.

<sup>129</sup> Защитники Дхармы это иногда эманации будд и бодхи-саттв, а иногда духи, боги и демоны, которых покорил и связал клятвой просветленный духовный Учитель. Защитники первой категории свободны от кармы и действуют из сострадания. Вторые являются защитниками в силу своих кармических связей.

<sup>130</sup> «В тот момент, когда обретаешь прозрение, обладаешь десятью силами и одарен десятью умениями и потому совершенно избавлен от страха. Когда обретаешь способность защищать других, больше нет нужды принимать прибежище.» (Прим.)

<sup>131</sup> «Единственным конечным прибежищем является высшее состояние Буддовости. Дхарма и сангха являются временными прибежищами. Дхарма переходного периода - это то, что необходимо постигнуть. Когда обретаешь истинное постижение, эта Дхарма больше не нужна, - как не нужна лодка, после того как переплываешь реку.. Что касается Дхармы свершения, то по мере продвижения по пути отбрасываешь прошлые свершения, которые являются, по существу, обманчивыми и временными. Что касается сангхи, то шраваки и пратьекабудды не имеют качеств бодхисаттв, достигших высших уровней. А высочайшие бодхисаттвы не имеют качеств будд. Бодхисаттвы, которые являются ординарными существами, все еще испытывают страх перед низшими сферами существования. Стало быть, такие существа не являются конечным прибежищем.» (Прим.)

<sup>132</sup> Здесь прибежище формулируется в соответствии с тремя различными фазами основной практики. См. Введение.

<sup>133</sup> Для того чтобы практиковаться систематически, рекомендуется отводить для этого определенное время и практиковаться

концентрированно и без перерывов. Можно практиковаться один раз в день или, к примеру, во время интенсивных ретритов до четырех раз в день: рано утром, до полудня, после полудня и вечером.

<sup>134</sup> Нести что-либо на голове это знак почитания.

<sup>135</sup> dus drug шесть раз - три раза днем и три раза ночью.

<sup>136</sup> Общие (thun mong) свершения-это чудодейственные умения, которые являются общими для буддистов и других йогических путей. Высшие (mohog) свершения - это полное просветление за пределами самсары.

<sup>137</sup> Ваджра и колокол являются объектами самаи, «священными объектами», необходимыми чтобы практиковаться в Ваджраяне

<sup>138</sup> gso sbyong: ритуал очищения и исправления ошибок в случае несоблюдения различных обетов.

<sup>139</sup> rus pa can , букв. «костяной» в связи с выражением snying rus, букв. «кость в сердце», что означает: иметь решимость и отвагу чтобы никогда не сдаваться.

<sup>140</sup> Основным требованием прежде чем проводить церемонии с целью помочь другим является серьезно практиковаться самому в основной части названной садханы, то есть читать мантру много раз для того чтобы очистить свое собственное сознание.

<sup>141</sup> «Мандала» в эльм когнтексте означает круг божеств, которых мы себе представляем и которых призываем для проведения практики. В истинно буддийской традиции это считается методом, содействующим возрастанию мудрости в сознании. Но здесь это ложно используется как некий вульгарный магический обряд.

<sup>142</sup> Правильным пониманием будет воспринимать эти фигурки как символ ложного представления о реально существующем эго («я»). Здесь, в противовес намерению, священный ритуал используется для некоей внешней демонстрации.

<sup>143</sup> В учении Бён есть элементы мудрости, очень близкие к Буддизму; однако то, что упоминается здесь - это примитивный Бён деревенских колдунов.

<sup>144</sup> Орлиный гнев (zhe sdang rang mtshan pa)- это негативная эмоция, основанная на дуалистическом представлении о «я» и «другой». Его следует отличать от гнева, который выражают божества, лишённые подобного рода представлений. Их действия диктуются исключительно состраданием ко всем существам.

<sup>145</sup> Трисонг Детсен был эманацией Бдхисаттвы Манджушри.

<sup>146</sup> Намек на историю строительства Великой Ступы в Бодханате, неподалеку от Катманду, птичницей и ее сыновьями. Трое из ее сыновей, - в результате тех желаний, которые они высказали в то время, - переродились как мастер Падмасам-бава, правитель Трисонг Детсен и аббат Шантаракшита. Они вместе содействовали прочному утверждению Дхармы в Тибете. Эта великолепная ступа является центром притяжения для верующих тибетцев, именующих ее Джарунг Кхашор.

(Вы найдете всю историю в *Легенде Великой Ступы*, переведенную на англ. яз. Китсем Дауманом /Legend of the Great Stupa, transl. Keith Dowman, Berkeley, Dharma Publishing, 1973/).

Этим правителем был Сонгтсен Гампо, первый буддийский правитель в Тибете, который считается эманацией Авалокитешвары

<sup>149</sup> Более тонкие волосы на брюхе животного, которые используются как шерсть, не выстригаются,

а выдергиваются. Кровь живого яка используется для приготовления колбасы.

<sup>150</sup> В Тибете обычным способом убийства животного является удушение.

<sup>151</sup> Речь идет о кровавой колбасе. Это связано с местным поверием, что смесь крови живого и убитого животных увеличивает живучесть.

<sup>152</sup> По предсказанию бламина астролога после рождения Сиддхартхи, ребенок станет либо Вселенским Монархом, либо Буддой.

<sup>153</sup> a tsa ra - искаженное асага (санскрит) здесь обозначает привидения, которые принимают обличье индийских святых.

<sup>154</sup> Символические божества мандалы.

<sup>155</sup> Различные тантры включают львов или павлинов вместо собак или коров. Эти типы мяса обычно не употреблялись в еду, потому что в соответствии с брахманической системой взглядов в древней Индии они были табу либо как священные, либо как нечистые. Поэтому они считались приемлемыми для упражнений, направленных на разрушение системы концептов.

<sup>156</sup> См. Глоссарий

<sup>157</sup> букв поддержка. Для представления тела Будды используются статуи и живописные изображения; для поддержания речи этому служат священные тексты и другие писания; а для сознания этому служат ступы.

<sup>158</sup> Некоторые явления в нашей жизни, такие как видения, мечты и т.п., могут быть - но отнюдь не обязательно - знаками прогресса в тренировках. Учителя из традиции Патруля Ринпоче настаивают на том, что не следует приходить от них в восторг.

Лучше было бы принять за измерение прогресса рост в сознании почитания, сострадание или свободу от негативных эмоций.

<sup>159</sup> См. стр. 213 и 268

<sup>161</sup> Принято просить просветленного ламу, чтобы он подул на руку; тогда рана заживает.

<sup>162</sup> Десять уровней и пять путей Бодхисаттвы. По-видимому, здесь речь идет о прогрессе на пути в целом.

<sup>163</sup> От более ранних времен осталась традиция, что буддийские монахи подносили первую часть того, что они получали в свой ежедневный обход за подаянием, Трем Драгоценностям; среднюю часть они ели полностью и отдавали последнюю часть бедным.

<sup>164</sup> «Порождение бодхичитты» это единственный возможный перевод *sen bskyed*. Слово *bskyed* означает порождать, производить, но также приводить к росту, развивать. Слово *sem*, кьялоле является сращением от *byang chub kyi sems* (скт. Бодхичитта) «сознание просветления (просветленное сознание)» имеет несколько уровней значения. Для начинающих это просто намерение освободить все существа. Однако, в более глубоком плане, бодхичитта синоним Природы Будды (скт. *Tathagata-garbha*) и изначальной осознанности (*rig pa*). На этом уровне нет ничего, что можно было бы породить, чего там не было раньше, потому что это фундаментальная природа нашего сознания, которая всегда у нас была и которую лишь нужно вновь открыть. Мы выбрали «порождать», стремясь до известной степени передать оба аспекта значения.

<sup>165</sup> Это определено в Прим. как «обещание обрести плод».

<sup>166</sup> В Прим. говорится, что «бодхичитта намерения это желание тренироваться в шести трансцендентальных совершенствах, которые являются либо причиной, либо средства для обретения плода.»

<sup>167</sup> Относительная бодхичитта порождается при поддержке наших мыслей» (Прим.)

<sup>168</sup> «Абсолютная бодхичитта это мудрость, в которой раствори-лись движения мысли» Прим.

<sup>169</sup> Для ясности мы добавили здесь заглавие, которого нет в оригинале.

<sup>170</sup> Отражение луны в воде ясно видно, но оно не имеет истинного, незаисимого существования. То же самое справедливо относительно всего, что мы вочпринимаем органами чувств, ибо явления лишены объективной сущности.

Нас сбивает, однако, с толку убеждение, что эти внешности объективно существуют Это оно, это фундаменотальное заблуждение является источником негативных эмоций, которые вынуждают нас блуждать в сансаре.

<sup>171</sup> Причина, по которой бодхичитта является основой пути к просветлению, в том, что на абсолютном уровне это и есть заложенная во всех существах природа Будды, которая, естственно, характеризуется безграничной любовью и состраданием. Развитике относительной бодхичитты служит тому, чтобы выявить эту природу. Вот что говорится в Прим. об этх двух аспектах: «Первый является глубинным основанием для достижения Буддовости; второй является преходящим основанием для этого»

<sup>172</sup> В Примечании объясняется, что следует сначала породить бодхичитту на одно лишь мгновение, затем на два, на три и т.д.

<sup>173</sup> Обучение в соответствии с опытом (nyams khrid) это метод обучения, при котором учитель вначале дает совсем немного указаний. Студент следует этим указаниям, а затем рассказы-вает учителю, что он при этом испытывал; и на основании этого учитель дает ему либо совет, либо новые указания. И такое взаимодействие мжду учителем и учеником продолжается непрерывно.

<sup>174</sup> Форма Бодхисаттвы Авалокитешвары, кристально белая по цвету.

<sup>175</sup> Скт. usbisa: бугор на макушке голоы это один из физических знаков, отмечающих Будду. У Золотого Гребня был такой знак, хотя он и не был полностью просветленный Будда.

<sup>176</sup> Первые пять совершенств связаны с накоплением заслуг, однако в основе их лежит мудрсть. Именно по этой причине щедрость и т.п. являются «трансцендентальными совершенствами».

<sup>177</sup> dharani это особый вид длинной мантры, которая используется в сутровх см. Глоссарий)

<sup>178</sup> Во время ритуала жженных подношений (см. Глоссарий) «даяние Дхармы» обычно преподносится в форме стихов, суммирующих учение Будды «отриньте деяние зла...» (см.стр 332)

<sup>179</sup> См. стр. 164-165

<sup>180</sup> См. стр. 180

<sup>181</sup> Бодхисаттвы, достигшие высших уровней, постигли пустоту и их устремления являются чистыми и безграничными , что отнюдь не характерно для обыкновенных существ.

<sup>182</sup> Rang don, «собственное благо» (альтернативный перевод «цель») - имеется в виду полное осознание пустоты ( дхармакайи), откуда затем вследствие сострадания выкристаллизовываются самбогхакайя и нирманакайя чтобы свершить gzhan don «благо других».

<sup>183</sup> Тепло - см. Глоссарий.

<sup>184</sup> Целебное дерево символизирует бодхичитту, которая излечивает нгас самих и других от всех страданий.

<sup>185</sup> Объяснения к символическому подношению тела даны в гл. 4, часть 2

<sup>186</sup> См. объяснения на стр. 180-182 (Часть 1, гл. 4, раздел III )

<sup>187</sup> В Прим. поясняется, что таким образом могут быть разрушены только такие действия, которые **порождают заслуги (bsod nams)** , иначе говоря, такие действия, которые были совершены без применения трех высших методов.

<sup>188</sup> «Ценнее соблюдать дисциплину один день, чем проявлять щедрость сто лет. Ценнее проявлять терпение один день, чем соблюдать дисциплину сто лет». (Прим.)

<sup>189</sup> snying rus букв. «кость в сердце»; это значит - смелая решительность и отвага, которые

не отступают ни перед чем

<sup>190</sup> Ртуть используется в тренировке bsud (извлечение сущности). Нейтрализуется токсичность ртути и из нее делаются пилюли. Медитаторы живут на этих пилюлях, не употребляя ника-

кой ординарной еды.

<sup>191</sup> Это может значить, что нет врача, чтобы сделать кровопускание; или просто что в его скудной пище нет мяса.

<sup>192</sup> Предполагается, что это были ученики одной из школ Шравакаяны, в которой признавалось отсутствие истинного существования/самосущего бытия эго(gang zag gi bgad med), но не признавалась полное отсутствие истинно существующих явлений.(chos kyi bdag med).

<sup>193</sup> Только лишь безграничная любовь и сострадание к существам дает возможность сознанию

открыться и осознать необъятность Видения Махаяны.

<sup>194</sup> См. также примечание 46.

<sup>195</sup> «Сущность усердия заключается в том, чтобы испытывать радость, совершая благие деяния»

(Прим.)

<sup>196</sup> Заморозки, уничтожающие урожай фруктоов, символизируют препятствия, которые

не позволяют нам достигнуть своей цели.

<sup>197</sup> Другое имя Атиши

<sup>198</sup> «Избегай впадать в крайности, которые являются источником чрезвычайного истощения; или практиковать неумеренный аскетизм, который подвергает жизнь опасности.

<sup>199</sup> «Испытываешь все большую и большую привязанность к тому, чтобы сделать объектом своих медитаций ощущения. Это ощущение блаженства, когда чувствуешь себя без всякой причины счастливым; ощущение ясности, когда оседает тина мыслей и чувствуешь себя словно в доме, пустом снаружи и внутри; ощущение без-мыслия, когда проверяешь, появились ли какие-либо мысли , и выносишь впечатление, что появляться-то нечему. Но еще цепляешься за реальность «я» (gang zag gi bdag med), думая «мое ощущение» ; и также цепляешься за реальность объекта

<sup>200</sup> Семь точек позы Вайрочаны (rnam snang chos bdun) семь точек идеальной позы для мед: итации: ноги скрещены в положении ваджра, спина прямая, руки в положении для медитации, глаза устремлены к кончику носа, подбородок слегка приподнят, плечи расправлены «как крылья ястреба» и кончик языка касается нёба.

<sup>201</sup> Когда держишь спину прямой, это позволяет тончайшей энергии (rlung) свободно течь по тончайшим каналам (rtsa). Существует тесная связь между тончайшей физической энергией и движениями сознания. Говорят, что сознание ездит на этой энергии, как наездник на лошади.

<sup>202</sup> К обычным шести трансцендентальным совершенствам добавлены умелые средства (thabs), сила (stobs), устремленность (smon lam) и перводанная мудрость (ye shes), образуя таким образом так называемые десять трансцендентальных совершенств.

<sup>203</sup> Три главных ученика Атиши.

<sup>204</sup> Это означает не подавлять мысли и не следовать за ними; не стремиться ни намеренно изменить состояние сознания, ни достичь определенного медитативного состояния. Все

мысли - следствие заблуждений - являются, в известном смысле, деформациями в естественном потоке осознанности.

<sup>205</sup> То есть не иметь ничего постыдного, что надо было бы скрывать от Трех Драгоценностей

<sup>206</sup> Сосредоточенность - это отсутствие отвлечений. Источник отвлечения - принимать видимость за реальность. Медитировать о видимостях как о божествах, то есть как о чистых проявлениях мудрости без какой-либо определенной реальности, - это быть сосредоточенным.

<sup>207</sup> nges shes букв. «определенности»: используется здесь для обозначения крайних взглядов, таких как этернализм и нигилизм, где утверждается, что явления безусловно существуют (этернализм) /безусловно не существуют (нигилизм).

<sup>208</sup> «Здесь stid pa (существование в сансаре) относится ко всему, что мы считаем истинно существующим и к чему привязаны «(ДКР)

<sup>209</sup> Поскольку воззрение - это осознание пустоты, осознающей это, осознаваемое и само осознание признаются лишены самосущего бытия. Они лишь являются как некая иллюзорная магическая демонстрация осознанности, пустой и лучезарной по природе своей.

<sup>210</sup> Единство видимостей и пустоты, осознанности и пустоты, блаженства и пустоты, а также ясности и пустоты.

<sup>211</sup> Это значит действовать без концептуализации; осознавая, что деятель, действие и объект, на который направлено действие, лишены самосущего бытия.

<sup>212</sup> Тиб. drod tags - ощущение тепла (не физического тепла), является сигналом, что практика начинает приносить результаты

<sup>214</sup> Прежде чем приступить к этой тренировке, следует получить посвящение в Ваджрасаттву от квалифицированного держателя традиции. Вообще говоря, начиная с этой тренировки, все последующие, описанные в этом тексте, должны проводиться только под руководством квалифицированного учителя.

<sup>215</sup>

1 Омрачения - негативные эмоции и концептуальные омрачения. «Омрачения» обозначает факторы, которые заслоняют и затемняют природу Будды. (см. Глоссарий)

<sup>217</sup>

2 Привычные модели поведения, то есть модели поведения, сложившиеся вследствие прошлых действий.

<sup>218</sup>

Алая (санскрит)- базовый слой сознания, в котором хранятся кармические отпечатки. (см. Глоссарий)

<sup>219</sup> В тренировках Ваджраяны мы считаем представляемое божество своим собствен-



ным коренным учителем, который представляет всех Будд прошлого, настоящего и будущего. Вадджрасаттва (тиб. rdo rje sems dra) - это особенный Будда, который, будучи Бодхисаттвой, пообещал, что всякий читающий его мантру будет очищен от всех своих негативных действий и помрачений. Его имя - отсылка к нерушимой чистоте природы сознания.

<sup>220</sup> Ангулимала, которому были даны ложные наставления о том, что он может освободиться, если убьет тысячу человек и соберет по пальцу от каждого из них, уже убил девятьсот девяносто девять человек, уже собирался дойти до тысячи, убив свою мать, когда встретил Будду и решил убить его вместо матери. Вследствие могущества Будды, он не смог даже напасть на него. Потом Будда поговорил с ним и обратил его сознание к Дхарме.

<sup>221</sup> Нанда - пример того, кто был крайне привязан к идее освобождения;

Ангулимала - пример исключительного невежества; Даршака (другое имя Аджасаттру) - пример исключительной агрессии; Шанкара - пример того, кто отличался крайней привязанностью и неудержимым гневом. Нанда и Ангулимала стали архатами; Даршака стал Бодхисаттвой, а Шанкара переродился в сфере богов и впоследствии достиг пути видения.

<sup>222</sup> В Прим. это описывается как внешняя поддержка.

<sup>223</sup> В Прим. упоминается принятие прибежища, порождение бодхичитты и, в особенности, сострадание - в качестве внутренней поддержки.

<sup>224</sup> В Прим. говорится о шести вещах, о которых следует размышлять, когда тренируешься в раскаянии: 1) Время - раскаиваться во всех неблагих действиях, совершенных с безначальных времен и до сего времени; а в течение этой жизни в определенный месяц, день, момент и т.п.

2) Мотивация - сожалеть о действиях, совершенных под воздействием желания, отвращения и заблуждения (смятения). 3) Накопление - раскаиваться во всей накопленной негативности в плане тела, речи и сознания. 4) Характер действия - раскаиваться как в действиях, которые сами по себе являются неблагими (такие как десять неблагих действий, пять действий с немедленным возмездием. и т.д.), так и в особых проступках, в нарушении своих обетов и т.п. Объект действия - раскаиваться во всех ложных действиях, направленных как на сансару так и на нирвану. 6) Карма - раскаиваться во всех вредоносных действиях и срывах, которые привели к

короткой жизни, множеству болезней, бедности, страху перед врагами и бесконечному блужданию в низших сферах.

<sup>225</sup> Печатание и распространение священных книг считается мощной практикой для накопления заслуг и очищения помрачений при условии, что

1 Остаться в акрвозданном состоянии сознания означает неизменно осознавать свою истинную природу.

<sup>227</sup> dag pa dran pa . Это тибетское выражение буквально означает «помня чистоту». Оно является напоминанием о том, что каждый элемент визуализации не просто образ; он имеет свое особое значение, и важно осознавать это значение, когда выполняешь тренировку. Точное соотношение между элементами этой тренировки и четырьмя силами объясняется несколько ниже. Хотя здесь мы имеем дело лишь с предварительной практикой, многие положения, указанные в этой главе, полезны для основных тренировок на стадиях порождения и завершения.

<sup>228</sup> В основной практике (см. Введение) мы часто представляем себя в форме бжества. Здесь мы сначала считаем себя орднарными и нечистым существами. но благодаря тренировке мы становимся чистыми. Стало быть,

вначале мы представляем свое тело в его обычной форме.

Тибетский слог HUM показан на стр. 374

<sup>230</sup> ston pa - это обычный эпитет для Будды, букв. «открыватель», который указывает на то, что Будда был первым в этой кальпе и в этом мире, кто учил Дхарме. Ваджрасаттва - первый учитель многих традиций Ваджраяны в той же мере, в какой Будда Шакьямуни был начинателем колесницы характеристик.

<sup>231</sup> Здесь ваджра и колокол символизируют умелые средства и мудрость.

<sup>232</sup> Более короткое из двух ожерелий доходит до груди, более длинной - до середины живота.

<sup>233</sup> Женская фигура символизирует мудрость, а мужская фигура - умелые средства; на другом уровне женская фигура символизирует пустоту, а мужская - видимость; или также они могут символизировать

<sup>234</sup>

Иначе говоря, быть близко, но не смешиваясь друг с другом.

<sup>1235</sup>

Сакра (санскрит)

<sup>236</sup> Это не видимые каналы, а тончайшие протоки, по которым двигаются тончайшие энергетические токи тела. Значение этих каналов становится ясным, когда делаешь в основной тренировке йоговские упражнения на стадии завершения.

<sup>237</sup> Когда нектар заполняет каждую чакру, мы получаем соответствующее благословение, как это упомянуто в каждой из списка четырех в этом параграфе.

<sup>238</sup> Тиб. mi slob zung “jug, букв. «состояние единения за пределами ученичества»; «единение» относится к единению рупакайи и дхармакайи. Из пяти путей бодхисаттвы, путь за пределами ученичества является пятым и обозначает состояние полной Буддовости.

<sup>239</sup> Эти пять цветов представляют пять семейств Будды: каждая из которых представляет определенный аспект мудрости.

<sup>240</sup>

Рупакайя (gzugs sku) - тело формы (см. Глоссарий)

Сколько бы времени скала ни находилась в глубинах моря, вода все равно не сможет проникнуть вовнутрь.

<sup>241</sup>

<sup>242</sup> Здесь слова dag и ma dag могут также интерпретироваться в связи с правильным или неправильным чтением слогов мантры. Но вследствие объяснения в следующем абзаце, они были переведены как «чистота» и «нечистота».

<sup>243</sup> bskyed rim gsal “debs, чтение описания образов, которые являются частью визуализации, и различных процессов визуализации предшествует самому чтению мантры. Такова стандартная структура ритуальных текстов, используемых для садханы (sgrub thabs, букв. свершение) любого божества. Такие тексты используются не только для групповых церемоний различного назначения, но также и в личной тренировке.

<sup>244</sup> Табак загрязняет тончайшие каналы и энергию, которая в них циркулирует и, следовательно, наносит сознанию глубокие раны.

<sup>245</sup> Слова раздела подношений в садхане, которые повторяются после чтения мантры и перед заключительной частью тренировки.

<sup>246</sup> Этот образ является указанием, что использование таких подношений кармически очень опасно и может привести к перерождению в аду.

Это означает, что всякая тренировка, которая проводится с намерением помочь

другому, является благотворной не только для того существа, но также и для того, выполняет тренировку.

<sup>248</sup> Когда получаешь посвящение, сила тренировки должна поддерживаться ежедневными, хотя бы короткими, упражнениями. Здесь ламы совершают такие упражнения во время церемонии, а не в свое личное время.

<sup>249</sup> Три мандалы тела, речи и сознания учителя.

<sup>250</sup> «Выпить из твоего сердца кровь» значит разрушить твою жизненную силу. Секретная Мантраяна приводит нас к непосредственному контакту с нашей истинной природой и нашими основными энергиями. Если мы выполняем обязательства самаи, это позволяет нам быстро прогрессировать. Но если мы не храним свои обеты, мы порождаем мощную саморазрушительную силу. Она называется «ваджра- чудовище».

<sup>251</sup> Полное нарушение коренной самаи значит сознательно нарушить свои основные обеты монашеской дисциплины в ситуации, когда была возможность поступить иначе.

<sup>252</sup> То есть такой, когда одна единственная фигура воплощает все божества. Это полнее объясняется в главе, посвященной Гуру Йоге.

<sup>253</sup> Букв. «Ты осознал состояние неделимого единства».

<sup>254</sup> Двойное совершенство - это, прежде всего, обладать совершенной природой Будды, а затем обрести совершенство благодаря осознанию этого и достижению Буддовости. «Согласно учению в традиции Ньингма,

первозданно чистая природа, которая и есть Буддовость, и высокие качества трех кай полностью в нас заложены, так что нам нет нужды искать их на стороне. Однако эти качества не проявятся, если мы не используем как дополнительные факторы два накопления. Это как с солнцем: хотя его лучи сами по себе освещают небо, но все же необходимо, чтобы ветер разогнал облака, которые его скрывают» Прим.

<sup>255</sup> Это относится к тому уровню осознания, когда возникает уверенность, что в нашем сознании заложена природа Будды.

<sup>256</sup> bsags sbyang rang sar dag kyang, букв. «даже когда накопление и очищение уже чисты на своем месте.»

<sup>257</sup> Это означает, что накопление заслуг через практику позволит проявиться заложенной в нас безупречной мудрости природы Будды.

<sup>258</sup> Нижеследующие указания порой носят очень технический характер; их назначение - дополнить устные объяснения, которые обычно сопровождаются демонстрациями.

<sup>259</sup> Мы делаем подношения перед мандалой свершения, которая используется примерно так, как вы могли бы использовать статую Будды. Она символизирует совершенную Буддовость пяти Будд, представляющих пять мудростей. Поскольку мы стремимся достичь свершения этих пяти мудростей, мандала называется мандалой свершения.

<sup>260</sup> Обычно передняя сторона мандалы считается востоком, задняя сторона - западом, и так далее. В данном случае мандала повернута передней стороной к практикующему, стало быть восток будет сторона, ближайшая к себе.

<sup>261</sup> Другая возможность преставить себе поле заслун, см. стр. 253

<sup>262</sup> Пять подношений это цветы, благовония, лампы, духи и еда.

<sup>263</sup> Драгоценная сущность обширного простора (klong chen snying thig) - одно из ряда

учений о *Драгоценной сущности*. Наиболее важными из них являются *Драгоценная сущность Дакини* (mkha' "dro snying thig) и

*Драгоценная сущность Вималамитры* (bi ma snying thig), которые были переданы нам соответственно Йеше Тсогьял и Вамаламитрой. Оба эти наставления и дальше передавались в рамках традиции Лонгченпы.

<sup>264</sup> Ритуальная смесь, приготовленная из пяти различных субстанций, полученных от коровы.

<sup>265</sup> Готовая «железгая ограда» это кольцо, как правило металлическое, в которое обычно помещают первый уровень подношений к мандале. Оно имитирует - в соответствии с представлением о космосе в древней Индии - кольцо гор, окружающих мир. Затем второе кольцо используется для подношений восьми богиням, третье для солнца и луны, и т.д. Украшение для вершины мандалы, упоянное ниже, - это просто украшение в форме драгоценности, которое помещается в конце поверх всего. Эти аксессуары являются дополнительным украшением к подношению, которое, однако же, вполне правомочно и без них.

<sup>266</sup> Если вы помещаете мандалу так, чтобы восток был с вашей стороны, тогда вы должны повернуть мандалу после ее завершения на сто восемьдесят градусов, чтобы оказаться лицом к мандале свершения в конце, когда вы читаете «я подношу эту мандалу...»

<sup>267</sup> Основной пояснительный текст к этим предварительным упражнениям - это *Объяснение к предварительной тренировке Драгоценной сущности Обширного пространства*, написанное Джигме Лингпой. Каждый элемент мандалы имеет несколько значений на разных уровнях - в зависимости от уровня тренировки.

<sup>268</sup> Хотя это подношение является более ординарным чем то, которое за ним следует, оно, тем не менее, представляет собой подношение идеальной вселенной, как ее воспринимали в чистом видении высоко развитые существа, а не полный страданий мир - плод каждодневного восприятия ординарных, потерянных в заблуждениях существ.

<sup>269</sup> mi mjed "jig rten . В соответствии с объяснением ДКР, которое предполагает другое написание (mi "byed, неделимый), в этом мире эмоции столь сильны, что существа никогда не отстраняются (обособляются) от них.

<sup>270</sup> bkod pa chen po lnga, букв. пять великих расположений. Имеются в виду пять Полей Будд пяти семейств.

<sup>271</sup> Как Миларепа, клыбой жил в отдаленных местах в горах, где никто не мог принести ему еду, так что он питался только лишь крапивой.

<sup>272</sup> В этом упрощенном подношении мандалы используются только семь кучек зерна, которые представляют гору Меру, четыре континента, лице и луну.

<sup>215</sup> <sup>215</sup> zhal zas: почтительное слово для еды. В данном случае это подношение еды, представленное в виде особого типа тормы, нося- шей это название.

<sup>273</sup> Понятия субъект, объект, действие.

<sup>274</sup> Дамчен Дордже Лекпа, санскрит Ваджрасадху - один из главных защитников Дхармы.

<sup>276</sup> Рассказ о Мандхарти см. на стр. 181

<sup>277</sup> Извлекать сущности (bkud len) - метод, который позволяет употреблять лишь некоторые вещества и элементы в небольших количествах, что позволяет избежать употребления ординарной еды. Это основа для утонченных тренировок с целью очистить

тело и поднять сознание на более высокий уровень.

<sup>278</sup> « Восходящий» и «нисходящий» можно употреблять, характеризуя различные кальпы или имея в виду меньшие отрезки времени. Например,

нынешние времена являются дегенерацией по сравнению с временами Шакьямуни Будды.

1. Название практики, которая здесь описывается, gsod (произносится «ЧЁ»). Его основное значение - отсекать. В этой главе оно употребляется в разных значениях: разрушать, резать, искоренять, прорываться сквозь барьеры концептов. Мы переводили его по-разному в зависимости от контекста. Когда это слово обозначало саму практику, оно не переводится. Читатель должен принять во внимание диапазон предполагаемых значений.

<sup>2</sup>Это основная практика Чё

219 Термин, используемый здесь для «тело» - *phung ro* относится также к «агрегатам», то есть взаимосвязанным психо-физическим компонентам, которые составляют то, что, мы полагаем, является нашим «я».

220 Мать (женственность, мудрость, пустота) описывается как мать всех Будд, потому что тот, кто постигает пустоту, становится Буддой.

222 Резко произнесенный слог *р'et* (обычно звучит как «пэй» или «пэт», хотя существует много других вариантов) используется чтобы втолнуться в процесс концептуализации.

223 *a thung*, используемое здесь Патрулем Ринпоче вместо обычного *a shad* (строка А) - это просто вертикальная линия, утолщенная сверху, которая является частью тибетской буквы А. В этой тренировке она перевернута утолщением книзу, что создает видимость огня. Во многих тренировках также перевернута верхом вниз буква *hang*, но это в нашем тексте не упоминается.

224 Слово «нектар», скт *amrita*, букв. «бессмертный», было переведено на тибетский как *bdud rtsi*: нектар (*bdud*) который побеждает демона (*rtsi*) смерти. Это символ мудрости. Безупречный (*zag med*) означает «незапятнанный негативными эмоциями».

225 *dpal mgon bdun cu rtsa lnga* - некоторые из наиболее знаменитых защитников Дхармы в Тибете. Они считаются эманациями Махакали.

226 В этой тренировке языки Будд и Бодхисаттв принимают символическую форму полу-ваджры, что представляет неразрушимое

мудрое тело, которое может простянуться в виде наполненной светом трубки, изображающей их способность принимать подношения.

<sup>3</sup>Таковы символы пяти семей Будды.

<sup>227</sup> Букв «долги за дворцы наверху и поля внизу», то есть наши долги хозяину за его защиту, когда мы были его арендаторами, и наши долги фермерам за урожай, когда они были нашими арендаторами.

<sup>228</sup> Последние четыре относятся к духовным остижениям.

<sup>229</sup> См. стр. 97

<sup>230</sup> *snyems* «надменность», используемое в этой главе в очень специальном значении, а именно со значением веры в существование «я».

<sup>231</sup> «В соответствии с Причинной Колесницей Характеристик, четыре демона это 1) демон агрегатов *phung ro'i bdud* - это относится к тому, что умирает. (Без этих пяти агрегатов не было бы основания или опоры для сострадания в сансаре); 2) демон негативных эмоций *nyon mongs pa'i bdud* - это то, что причиняет смерть. (Эти эмоции, воз-

никающие вследствие веры в «я», порождают негативные действия. Негативные действия порождают карму, и именно вследствие кармы мы безнадежно обречены родиться и умирать). 3) демон Повелителя Смерти, “chi bdag gi bdud, то есть сама смерть. (Это означает смерть как таковую, которая является неизбежным следствием рождения. В более глубоком плане, это естественная преходящность каждого момента, что - по природе своей - мучительно). 4) Демон сыновей бога, lha”i bu yi bdud, - это то что стоит на пути нашего продвижения к состоянию покоя за пределами смерти. (Практически это относится к отвлечению; мыслям, связанным с привязанностью к внешним предметам).

В соответствии с Колесницей Секретных Мантр, четыре демона это

1) Осязаемый демон - это внешние вещи и существа, которые наносят вред телу и сознанию. 2) Неосязаемый демон - это привязанность, отвращение и заблуждение, и 84000 вида негативных эмоций, которые ведут к страданиям в сансаре. 3) Демон эйфории- это та эйфория, которую испытываешь, когда думаешь, что твой учитель и то учение, которое получил; и те тренировки, в которые вовлечен являешься чем-то исключительным; а твои ваджра братья и сестры превосходят всех других людей. В частности, это тот восторг, который тебя охватывает, когда добиваешься, вследствие тренировок, малейшей «теплоты», малейшего прилива энергии. 4) Демон самообмана, который лежит в основе трех других - это вера в «я» и «мое». Вследствие этого самообмана мы воспринимаем пять агрегатов как «я», «меня». Если уничтожить этого демона, все другие внешние демоны сами по себе, без всякого на них воздействия, перестают существовать

<sup>232</sup> «Почитаемая мать» - это Мачик Лабдон, чьи слова приводятся в этом высказывании

<sup>233</sup> Обычно символически, обучая смыслу четырех стихотворных строк, резюмирующих наставления Будды: «Отбросьте негативные действия...» (приводятся на стр. 332).

<sup>234</sup> Гуру Йога - это термин на санскрите; тибетский термин (bla ma’i gnal “byoung - букв. значение «единение с природой сознания учителя». Он также используется со значением «тренировки, которые основываются на учителе» (то есть, на учении учителя).

<sup>235</sup> В буддийской философии пустота вводится на основе логического рассуждения. Это не просто интеллектуальное занятие, но духовное упражнение, в котором используются концепты (понятия) чтобы вырваться за пределы концептов (понятий).

<sup>236</sup> dpe’i ye shes. В Ануйоге, например, работая с каналами и энергиями, переживаешь блаженство-пустоту, что дает почувствовать вкус подлинной первоизданной мудрости, которая всегда пребывает в нас, но мы не в состоянии ее распознать. Это походит на изображение слона, которое даст нам возможность узнать настоящего слона. В Великом Совершенстве природа ума, истинная переизданная мудрость вводится непосредственно.

<sup>237</sup> «Каким образом следует считать его настоящим Буддой? Согласно

Малой Колеснице, нет даже необходимости считать своего учителя особым существом или пратьекабуддой. Достаточно считать его ординарным существом, наделенным некоторыми высокими качествами.

На пяти Бодхисаттвы достаточно считать его существом, достигшим одного из высших уровней, как то быть воплощением Будды в нипманакайе или Бодхисаттвой, вступившим, по крайней мере, на путь накопления (tshogs lam chen po). В традиции Великого Совершенства не подобает считать своего учителя просто ролсвещенным ординарным человекаом, как Архат или Бодхитпттва на одном из высших уровней, или воплощением Будды в нирманакайе или даже в самбогакайе. Его следует считать дхарма-

каией. Тот кто способен молиться ему постоянно и с беспримерной верой, может пробудить в себе мудрость внутреннего постижения, не обращаясь к другим путям.» (Примечание)

<sup>238</sup> Это подробно объясняется в Примечаниях следующим образом:

«У того, кто питает к своему учителю такую преданность, что видит в нем Будду, пробудится мудрость постижения, даже если он не будет тренироваться на стадиях порождения и завершения. Это мнение разделяет также Новая Школа. Несмотря на то, что, в Махайоге и Ануйоге стадии порождения и завершения являются основными тренировками. Если нет конфликтов со своим учителем и духовными братьями и практикуешься, считая, что учитель являет сущность всех божеств, тогда свершения неподалеку и благословения приходят скоро.

<sup>239</sup> sgyu mz ngzk gtso - третье сочинение в *Трилогии Покоя* Лонгченпы (тиб. ngol gso. skot gsum)& Лонгченпа сам объясняет, что заглавие следует понимать не только как «обрести покой от иллюзии», но также как «обрести покой в иллюзии», причем иллюзия в последнем случае понимается как отсылка к тому воззрению, что все - это иллюзорная манифестация явлений, не имеющих самобытного существования.

<sup>240</sup> Полное приятие природы мудрости, воплощенной учителем, открывает возможность установить прямую связь с этой судростью. Не пройдя через стадии приятия, невозможно отринуть цепляние эго. Этот принцип применим ко всем этапам пути, но он становится значительно более императивным и отчетливо выраженным в Гуру Йоге. Эффективность любого пути зависит от того, в какой степени мы следуем этим указаниям.

<sup>241</sup> Под слянием явлений и сознания (snang sems “dres pa) подразумевается постижение того, что все явления порождаются творчеством сознания, но что подлинная природа сознания - пустота. Это приводит к восприятию всего как лежащего за пределами дуализма субъект-объект и характеризуется как полностью «обнаженное» и беспрепятственно «проникающее» (ДКР).

<sup>282</sup> Подробнее об этом см. стр. 229-231

<sup>283</sup>

<sup>284</sup> Медитационная лента - это длинный ремень, который помогает медитирующему в течение долгого времени сохранять правильную позу.

Межитационная опора - это длинная чашевидной формы с одного конца палка, которая поддерживает подбородок.

<sup>242</sup> Это явление, известное как радужное тело (“ja lus) и является результатом тренировки первоначальной чистоты (ka dag), которая объясняется в разделе Пространство учения о Великом Совершенстве.

<sup>243</sup> То, что представляешь себя в облике богини, помогает выйти за ограниченные пределы привычных представлений об учителе и также о себе самом. В Примечании говорится: «Если представляешь себя в обыкновенной форме, то это препятствует получению благословений.»

Кроме того, когда представляешь себя в женской форме в соотношении с мужской формой Гуру Ринпоче, то сочетаются два аспекта мудрости и умелых средств; а думая, что обладаешь природой Еше Цогьял, ближайшей ученицы Гуру Ринпоче, создаешь rten “brel (взаимозависимую связь или благоприятное связующее звено) с исключительным характером их учитель-ученик взаимоотношения.

<sup>244</sup> Тиб. brtul zhugs kyi spyod pa - йоговские упражнения, которые продвигают наиболее продвинутое практикующее как средство подкрепить

свою уверенность в избранном видении. «Выйдя за пределы ординарных действий, они переходят к экстраординарным». (Словарь).

<sup>245</sup> Олень - мирное животное, символизирующее миролюбие, отсутствие агрессивности. Обычно Авалокитешвару изображают с накиннутой на плечи оленьей шкурой. Поля шляпы отделаны по краю кожей молодого оленя.

См. Глоссарий

<sup>286</sup> Особого вида троезубец

<sup>287</sup> Скрит *matrika* - разновидность гневной дакини.

<sup>246</sup> Сильная и интенсивная энергия этих мест провоцирует сильные реакции и это позволяет практикующему встериться лицом к лицу со своими страхами.

<sup>247</sup> Емахо! - восклицание, выражающее удивление и восхищение. «Что же кажется поразительным? Чистота и бесконечность явлений». Прим.

<sup>248</sup> Семистрочная молитва:

Хум! На северо-западном краю Удианы  
Ты в сердце лотоса рожден,  
Волшебным сиддхи наделен,  
Лот(о)сорожденным наречен,  
Иду я вслед твоим путем,  
Молю, приди, благослови.  
Гуру Пема сиддхи хум.

<sup>249</sup> Для того чтобы не оставалось чувства, что мы просто искусственно создаем визуализацию, мы приглашаем из чистой земли Будды, с Медной горы «реального» Падмасамбаву и его свиту. Эти божества мудрости (*ye shes sems dra'*, скт. *jnanasattva*) растворяются в божествах самаи (*dam tshig sems dra, samaysattva*), которые мы представили себе раньше, и их благословляют. То же самое происходит с дворцом и всем остальным в чистой земле ( в этом случае как жества, так и их окружение включены в термин *tam tshig pa*). Как мы видели, Падмасамбава при-

сутствует все время. Эта техника позволяет развить доверие к тому, что вы переживаете.

<sup>250</sup> «Сокровенным» это является потому, что ваджра-мастер обладает потаенной способностью увеличивать заслуги от действий. См. «поле заслуг» в Глоссарии и прим. 113.

<sup>251</sup> «Существует при типа простираций:

Высшее - это «встреча с Видением», простирается с Видением - это знать, что, в терминах концептов, ни субъекта, ни объекта, ни действия.

Среднее - это «тренироваться в медитации». В этом случае мы манифестируем бесчисленное число тел, из каждого из которых

исходит бесчисленное число песнопений восхваления. Можно было бы подумать, что это тренировка стадии зарождения; но это не так, потому что речь идет об эманации бесчисленных ординарных и нечистых тел, поскольку мы не видим себя как озаренное существо.

Обыкновенное - это «простираение как знак почитания»: мы простираемся телом, речь вовлечена в чтение молитвы, в сознании ощущается прилив почитания. Поскольку почитание является самым важным, при простираении следует помнить о высоких качествах бесконечных объектов прибежища.» См. Примеч.

Лучше всего было бы, когда практикуетесь в третьем типе простираций, стремиться сохранять Видение первого типа и визуализацию второго.

<sup>252</sup> Имеются в виду, вообще говоря, молитва прибежища, молитва Бодхичитты, сто-



слоговая мантра, текст поднесения мандалы и Гуру Йога молитва, ибо каждое упражнение повторяется сто тысяч раз. Но есть и другой способ считать пять тренировок, например, включить туда простираания; а, кроме того, к этим пяти часто добавляются дополнительные декламации.

<sup>253</sup> Обычно принято, когда идет счет простирааний, полностью растягиваться на полу.

<sup>288</sup> Коренной учитель Миларепы и также Ламы Нгокпы

<sup>254</sup> Бурдюк, который используют для транспортировки масла. уже пропитан этим маслом; так что, когда он затвердевает, добавление

масла не помогает делу. Точно то же происходит и с того типа практикующими, которые интеллектуально знают наставления, но стали нечувствительны к ним и думают, что уже слышали все наставления раньше; новые наставления их не затронут, но лишь сделают еще более

заносчивыми и нечувствительными.

<sup>255</sup> Букв. «золотое основание вселенной» – соответствует основанию вселенной в традиционной индийской космологии. ДКР предполагает, что в терминах современной космологии, это, возможно, соответствует

недрам земли.

<sup>256</sup> «Подношение должно служить противоводием для привязанности и жадности». (Прим).

<sup>257</sup> Один из Восьми Великих Ближайших Сыновей (см. Глоссарий); не путать с первожденным буддой Самантабхадрой.

<sup>265158</sup> Признание негативных действий это противоводие против отвращения.» Прим.

<sup>289</sup> Белый свет, исходящий из лобного центра, представляет тело; красный свет из горлового центра представляет речь и синий из сердечного центра представляет сознание.

<sup>259</sup> «Те, которые ведут к освобождению» относятся к благим действиям, которые совершаются с применением трех высших методов. Другие позитивные действия ведут лишь к лучшим перерождениям.

<sup>260</sup> Некоторые уточнения из Прим.: «Все заслуги, исходящие из абсолютной истины, не окрашены негативными эмоциями (zag med); все, исходящие из относительной истины, окрашены (zag bcas). Все те, которые достигаются на путях накопления и порождения, окрашены;

те, что достигаются на путях видения и медитации, не окрашены. Всякое накопление заслуг окрашено; всякое накопление мудрости не окрашено.»

<sup>261</sup> «Противодие против неведения» Прим.

<sup>290</sup> Альтернативная интерпретация: которые направляют с целью устранить истоки страдания.

<sup>291</sup> В которых делается упор на **чистоте ритуала** внешнем поведении.

<sup>262</sup> В Прим. объясняется, что это противоводие против ложных воззрений и добавляется, что молиться о долгой жизни своего учителя и своих ваджра-братьев – это очень глубокая тренировка, которая устраняет препятствия, угрожающие собственной жизни.

<sup>263</sup> «Перейти в нирвану» в этом контексте относится к Буддам или Бодхисаттвам, которые завершают свою деятельность в нашем мире. Мы умоляем их остаться и продолжать свою деятельность ради блага существ, как поступил в свое время практикующий из мирян Кунда в случае с Буддой Шакьямуни.

<sup>264</sup> «Противодие против неуверенности», Прим. Если не посвятить совершенные

тобой позитивные действия, то неизвестно, какой эффект они будут иметь.»

<sup>265</sup> Если совершаешь, к примеру, акт благотворительности, но не направляешь свои намерения, посвящая его и выражая свои устремления, это действие описывается как «ненаправленное» (*lung ma bstan*). В таком случае неизвестно, какое из этого благо может проистекать. Однако, если задумываешь желание « пусть, пока практикуюсь в Дхарме, никог-да не переводится все, что необходимо для жизни», то действию приписывается точное направление, которое направит его к желаемой цели.

<sup>266</sup> Можно также посвящать результат положительного действия какому-либо конкретному человеку. Однако для того чтобы этот акт был, поистине, эффективен, след-цет посвящать его всем существам, включая данного человека

<sup>267</sup> Тибетское *gsol ba* “*debs pa* здесь, как и в большинстве других случаев в тексте, означает «молитва» или «моление». Однако это слово следует понимать в более широком и глубоком смысле и по,-видимому, также с несколько иными коннотациями. Буквально этот термин означает «ударять» или «бросать» (“*debs*) «просьбу» (*gsol*), но *gsol* также предполагает полное доверие во что-то непогрешимое, а “*debs* - предпринимать что-либо решительно и напористо. (ПВР) Поэтому речь идет скорее о состоянии сознания (полное доверие и открытость), которое мы должны ощущать, чем о его выражении, как это можно понять в этом разделе, где значение термина включает получение четырех посвящений.

<sup>268</sup> «Четыре ваджры: очищенные тончайшие каналы составляют тело ваджры или нирманакайя; очищенныу энергии - это речь ваджры или самбхогакайя; очищенное сознание - это сознание ваджры или дхармакайя; очищенная природа этих трех - это нераздельность ваджры или свабхавикакайя.» (Прим.)

<sup>269</sup> Термин *херука* обычно обозначает гневные божества, но, в сущности, относится к любой форме, которая представляет нашу конечную природу.

«Не представляет абсолютное пространство (пустоту), ка представ-ляет мудрость и га - соединение того и другого.» (Прим.)Смысл этого пассажа в тексте состоит в том, что в любых упражнениях, которые вы выполняете, главное божество по своей природе - это наш учитель, который всегда является главным объектом нашего почитания и источником благословений.

<sup>270</sup> После соединения в момент зачатия сущностей отца и матери, образуется *чакра* манифестации (это та чакра, которая, когда тело сформировано, расположена в области пупа). От нее отделяются три основных канала, которые потом подразделяются на тысячи других.

См. в Глоссарии «канал» и «чакра».

<sup>271</sup> *shes bya bum* “*jug*, одно из наставлений о йоговском сне в учении о Великом Совершенстве.

<sup>272</sup> На этом уровне принимать восприятия как путь означает испытывать их, сознавая, что ни сознание, которое их воспринимает, ни восприни-маемые явления не имеют самосущего бытия. Шесть восприятий и их люеькы становятся неуловимыми как само пространство. Тогда они больше не порождают приаязанность и, стало быть, страдание. См. также прим. 73.

<sup>273</sup> Посвящения содействуют освобождению благодаря тому, что ведут сознание к созреванию.

<sup>274</sup> **Посвящение в основу состоит в следующем:** Признание того, что природа сознания это наша природа Будды, - «посвящение» в нирвану; непризнание этого - «посвящение» в сансару.

### На пути посвящение состоит в следующем:

1) *Посвящение в основу*: истинный духовный учитель вводит нас в мандалу божества. В этот момент, в лучшем случае, мы постигаем Видение абсолютного посвящения; в среднем варианте, мы испытываем счастье, ясность и отсутствие мыслей; в худшем случае, должно появиться ощущение уверенности, с которой ничто не могло бы сбить наше сознание, что тело, речь и сознание - это три ваджры.

Такого рода посвящение служит, поистине, опорой на пути Ваджраяны. Однако если просить и получать посвящения снова и снова, пока голова не становится плоской (от всех ратуальных предметов, которые помещают не нее), притом что сознание не прогрессирует ни на йоту, - это не может считаться истинным посвящением.

2) *Посвящение в путь*. Как только мы получаем посвящение в основу, все другие посвящения - получаем ли мы их от кого-нибудь или проводим их сами - это посвящения в путь Ваджраяны, функция которых устранять ущерб и очищать.

3) *Посвящение в плод (результат)* - это «посвящение в великий луч света», который с позиции нераздельности основания и ясного света и в силу мудрости абсолютного посвящения разрушает привычные тенденции или тенденции трех восприятий - ясности, роста и обретения - в момент смерти (см. главу о переносе сознания)

**Посвящение в плод (результат) состоит в следующем:** в тот момент, когда получаешь, будучи на пути, посвящение в плод, приобретаешь мудрость безграничного знания и власть над всеми явлениями самсары и нирваны.

Посвящение, которое нас здесь интересует - это посвящение пути на пути». (См. Прим.)

<sup>275</sup> Они очищают нас от привязанности к мирам желания, формы и бесформенности, совершенствуют в нас высокие качества трех кай и ведут к созреванию в нас мудрости ясного света.

<sup>276</sup> Другое наименование Славной Медной Горы.

<sup>292</sup> Тиб. kun tu bzang ro, см. Введение: Великое Совершенство

<sup>277</sup> Тиб. soangs rtogs, букв. «отбрасывать и постигать». Качества будды:

он *элиминировал* все помрачения и тенденции и *постиг* два разряда знания: знание всего и знание природы всего.

<sup>278</sup> Согласно учению Ваджраяны, когда Будда появился в мире, он уже был полностью просветлен, а его действия были лишь демонстрацией с целью учить других.

<sup>279</sup> Гора Малайя или Малайягири (gi ma la ya) находится в Шри Ланке и обычно идентифицируется со священной горой Суманкута, теперь известной как Адамов ПикЮ Это также то место, где сохранились отпечатки ступней Будды и которое посещал Падмасамбава. В некоторых описаниях Гора Малайя описывается как «сверкающая иетеорами» (gnam lsaḡ “bar ba).

<sup>280</sup> Пять Несравненных и Высоко Благородных (dam pa'i rigs can dra ma lnga) были один бог (grags ldan mchog' gdong, скт. Yasaṣvi, Варапала), один нага (klu rgyal “jog ro, повелитель нагов Таксака), один якша (skar mda” gdong, Улкамукха), один ракшаса (blo gros thabs ldan, Матьюпяи-ка) и один человек (dri med grags pa, Вималакирти); в других источниках вместо Вималакирти называют бога Индру (rig “dzin lha rgyal scyin).

<sup>281</sup> mdo dgongs “dus, также известный как “dus pa mdo. Хотя этот текст известен как сутра, это, на самом деле, четыре коренные тантры Ануйоги.

Текст был записан (на расплавленном бериле) ракшасом Матьюпаикой.

<sup>282</sup> Вы найдете рассказ о Горабе Дордже в следующем разделе. Несмотря на его ин-

дийское происхождение, мы сохранили его тибетское имя, потому что в тибетской традиции его имя на санскрите (Pramodavajra или Prajevajra) используется редко и, по всей вероятности, читателю больше знакомо его тибетское имя.

<sup>283</sup> rgyud gsang ba'i shying po, скт. Gubuyagarbha. Здесь упоминается как gpal gsang ba'i rgyud «Знаменитая секретная Тантра».

<sup>1</sup> Для большей ясности в перевод было добавлено это заглавие.

<sup>2</sup> Говорят, что великанша была эманацией Тары.

<sup>289</sup> Ньятри Ценпо был объявлен правителем в долине Ярлунг, одной из семи небольших провинций Центрального Тибета, вероятно во втором или третьем веке до н. э. (в Ист. приводится 247 год до н.э.). Его род стал известен как династия Чогьял, которая постепенно завоевала контроль над большей частью страны.

<sup>290</sup> Лха-Тхотхори Ньенцен (374-? н.э.) был двадцать восьмым правителем из династии Чогьял и, говорят, что описанное событие произошло в 433 году н.э. Эти даты приводятся в Слов. и в Ист. Дюджоме Ринпоче, где жлюавляется, что, возможен и другой вариант этой истории, согласно которому сутра и другие названные священные объекты были принесены в Тибет индийскими пандитами, посещавшими страну.

<sup>291</sup> Это название означает «драгоценность, исполняющая желания» (см. подробнее в Ист.)

<sup>292</sup> mdo sde za ma tog bkod pa, skt kurandavyuha-sutra - священное писание об Авалокитешваре, которое находится в **(включено в?)**

**Мани Кахбум Сонгцена Гампо.**

<sup>293</sup> spang skong phyag brgya pa, sct. Sahti-puranasudrakanama-sutra.

<sup>294</sup> Годы жизни Сонгцена Гампо, которые приводятся обычно, это 609-698, но Гендун Чопел считает, что это 617-650 (см. White Annals, p. 13).

Согласно Hist..он родился в 617году, но другие авторы называют 626-й.

<sup>295</sup> gtsug lag khang или центральный храм Лхасы Раса Трулнанг, сегодня известный как Джоханг, мог быть построен только после строительства четырех храмов Тхадул (mtha' dul') или «Умиротворителей границ» и четыре храма Янгдул или «Умиротворителей внешних границ», а также другие храмы в определенных точках на территории Тибета и вдоль его границ. Подробнее об этом см. Hist. т. 1, стр. 510.

<sup>296</sup> Принцесса Вен-Ченг Кунг-чу (Конжо, как ее называли тибетцы)

была дочерью **императора династии Танг** Тайтсунга. Она привезла с собой сатую, изображавшую Шакьямуни Будду в двенадцать лет.. Ее подарил китайскому императору буддийский правитель Бенгала.

В 641 году специально для этой статуи был построен храм Рампоче, но протом ее перевезли в Раса Трулнанг (Джоханг), где она - знаменитый Джово Ринпоче - и находится сейчас. Жена правителя Тритсун была дочерью непальского правителя Амшумармана. Стату, изображающая Шакьямуни Будду в восьмилетнем возрасте, которую она привезла, находится сейчас в храме Рампоче.

<sup>297</sup> Согласно легенде эта скульптура, которую и сейчас еще можно увидеть в Потала в Лхасе. была сделана из ствола того сандалового дерева, в котором этм пять изображений были найдены.

<sup>298</sup> В соответствии со Слов. большинство ученых считают датами эизни

Тритсонга Детцена 790-640, хотя согласно Бостону он родился в 718-м, а согласно

Байкару Яселу - в 730-м. См. прим. 302 в связи с проблемами установления дат в этот период.

<sup>299</sup> sa “dul : ритуал очищения места и покорения сил земли перед постройкой здания.

<sup>300</sup> Он способен действовать в любой ситуации с прзииции Высшего Видения. ЗР

<sup>301</sup> Ступа в Бодханате (Непал), см. прим. 130.

<sup>302</sup> Дхетсун Дзанкпо Ринпоче приводит следующие даты строительства Самье: в 797 году Кхенпо Шантаракшита освятил землю. В 796 году он закладывает фундамент. В 802 году Гуру Ринпоче покидает Индию, он прибывает в Самье в 809 году. В 810 году он вновь освящает землю и

в 811 году вновь закладывает каменный фундамент. В 814 году строительство Самье завершено. Те же даты приводятся в Hist. , однако с примечанием, что, возможно, весь цикл длился не, как принято считать, с 790-го до 953-го года, а на 60 лет меньше. Иными словами, эти даты должны быть выправлены таким образом, чтобы мажду ними оставалось на 60 лет иеньше.

<sup>293</sup> Трисонг Детцен, Йеше Цогьял и Вайросана

<sup>303</sup> Три составляющих учения о Великом Совершенстве (shan “byed, la bzla ba, rang grol).

<sup>294</sup> rje “bangs, букв. «повелитель и подданные»: повелитель это Трисонг

Детцен, а подданные - другие двадцать четыре ученика.

<sup>304</sup> Небольшие свитки с написанными на них символами, из которых открыватели сокровищ извлекают целое учение или цикл учений. См.

Tulku Thondrup, *The Hidden Teachings of Tibet*. (Тулку Тхондруп, Скрытые учения Тибета).

<sup>295</sup>

См. Глоссарий: сокровище

<sup>305</sup> Три традиции длинной (bka’ ma) передачи учения это ментальная традиция передачи Победителям (rgyal ba dgongs pa’i brgyud), символическая традиция передачи видьядхярам (rig “dzin brada”i brgyud) и устная традиция передачи обыкновенным существам (gang zag snyam brgyud). Шесть традиций короткой (gler ma) передачи учения или передачи духовных сокровищ это три предыдущие; а также традиция с силой, исходящей из молений (smon lam dbang bskur ba’i brgyud); традиция дакини запечатывать и препоручать (mkha’ “gro gtad rgya”i brgyud) и традиция с последовательностью, предписываемой пророчески (bka’ bab lung bstan gyi brgyud). В этом разделе Патруль Ринпоче кратко описывает последние три традиции, которые имеют прямое отношение к духовным сокровищам.»Традиция дакини запечатывать и препоручать» соотносится с самим процессом сокрытия сокровищ. См. более подробно об этом в Hist. , т. 1, стр. 745 . Девять традиций относятся к трем традициям bha’ ma и к шести традициям gter ma.

<sup>296</sup>

sems nyid ngal gso: форма Авлокитешвары

<sup>306</sup> Все эти мастера жили задолго до Джигме Лингпа. Он встретился с ними и получил подробные наставления от них в видениях. Он знаменит тем, что он приобрел свои обширные знания именно таким путем, ибо он не получил почти никакого образования.

<sup>297</sup>

Учитель Патруль Ринпоче, Джигме Гьялвай Ньюгу, был одним из главных учеников Ригдзина Джигме Лингпы. См. Глоссарий

См. стр. 210

<sup>307</sup> Ваджрадхара (rdo gje “chung) означает «Держатель Ваджры». Учитель держит ключ к нашей неразрушимой природе. Это выражение нередко используется, когда хотят в высшей степени уважительно сослаться на какого-либо великого учителя.

<sup>298</sup>

<sup>308</sup> Первая строка этого речения (mgo ma tshos lce snyabs) может быть понята как буквальная ссылка на то, что не следует пробовать голову до того, как она сварится. (Кочевники на севере Кхама обычно варят головы яков и коров). Но это также может быть понята как поспешное выражение своего мнения, согласия и пр., раньше чем разберешься в чем дело.

(«голова сврилась» подчас используется как метафора для «понять, разобраться»). Таким образом, другой возможный перевод этой строки мог бы быть «выражают свое мнение, не разобравшись, в чем дело»).

<sup>309</sup> 309 Высший перенос осуществляется великими бодхисаттвами, которые созерцают Абсолютную реальность (chos nyid kyī bden pa) на пути Видения и уже в этой жизни обрели Видение неизменяемой конечной Реальности (gnas kugs) и поддерживают его непрерывно днем и ночью. Они практикуются в переносе сознания либо следуя основным указаниям grong “rho и grong “jug” тренируя *trekcho*, либо указаниям о «вступлении в ясный свет» в тренировке *thogal*

Далее идут те существа, которые отличаются очень низким уровнем самаи: они могут контролировать свою осознанность только в дневное время, но не ночью. Когда они умирают и проходят процесс распада и явления «ясности», «возрастания» и «обретения»,

появляется ясный свет абсолютного тела в момент смерти. Это «материнский» ясный свет перводанного основания. Их ведет «дочерний» ясный свет, который мы испытываем в этой жизни. Когда встречаются «материнский» ясный свет и «дочерний» ясный свет, они освобождаются в перводанной чистоте, в изначальной основе.

Существуют и другие, кто начали испытывать при тренировке

тхогал «возрастание испытываемого и являющегося». В момент смерти, когда появляется ясный свет, они не узнают его, ибо не достигли этого уровня постижения; и потому они не в состоянии обрести освобождение. Но когда наступает промежуточное состояние Абсолютной Реальности

(chos nyid bar do), они распознают эту Абсолютную Реальность и остаются в единении с ней и таким образом освобождаются в это «спонтанное явление».

Как высшее освобождение в этой жизни, так и среднее освобождение в промежуточном состоянии считаются высшим переносом сознания с помощью «печати Видения дхармакайи» Прим.

( см. также примечание 315).

<sup>310</sup> Средний перенос практикуется теми, у кого только что открылась мудрость этапа завершения. Достигнув одного из четырех этапов, или

светлых различений, на пути Соединения, они открывают для себя свойственную этому пути мудрость и обретают способность входить в иллюзорное тело или выходить из него. Или же они были введены в чистую манифестацию (rtsal snang) , нерасторжимое единство аспектов порождения и завершения йидама, и свыклись с этим. В момент смерти, поскольку это момент распада на этапе порождения, они растворяют иллюзорное тело в ясном свете. Если в жизни они испытали символический ясный свет (dre'i “od gsal), они распознают абсолютный ясный свет промежуточного состояния и вследствие этого проявят себя как тело йидама, что является печатью единения, которое не

пошло дальше ученичества (slob pa”i zung “jug phyag rguā chenpo)» Прим.

zung “jug ye shes kyī sku (sct. Yūgandhha-Jnanakaya), «телo мудрости един-ства», это единство рупакайи и дхармакайи или, иными словами, нерасторжимость явлений и пустоты, или этапов порождения и <sup>314</sup> завершения. «Единение» (zung “jug) указывает на осознание того факта, что эти два аспекта природы действительности не являются двумя различными вещами, как два рога быка, но абсолютно неразделимы.

<sup>299</sup> «Это значит не забыть отвернуться, прежде чем сознание внедрилось в матку.

<sup>311</sup> Этот перенос практикуется теми новичками на пути накопления, которые получили посвящение, соблюдали самаю и имеют хорошее понимание Видения, и кто использует этап порождения как путь, но еще не достиг в этом совершенства. Хотя они не могут быть освобождены в ясном свете момента смерти или в промежуточном состоянии абсолютной Реальности, они могут закрыть путь в нежелательное лоно и выбрать благоприятное перерождение. Их сострадание и бодхичитта переносят их в чистую землю либо они перерождаются у родителей, практикующихся в Дхарме. Они будут освобождены в следующей жизни.

<sup>312</sup> Ординарный перенос практикуется теми, кого отличает лишь преданность Дхарме и кому не явился на пути какой-либо знак, возвещавший об освобождении

<sup>313</sup> Момент, когда дыхание остано-вилось, а сердце еще продолжает биться

<sup>314</sup> Это случай, когда не владеешь ни необходимым умением, ни силой мудрости. Другое возможное объяснение состоит в том, что это не подобающий способ помогать покойному.

<sup>300</sup> sprul sku, букв. нирманакайа. Перевоплощенный лама. Такие ламы обычно считаются манифестациями какого-либо великого Бодхисаттвы.

Однако существует много общественных факторов, влияющих на выбор тулку; и существуют случаи, когда подлинность выбора сомнительна.

<sup>301</sup> Имеется в виду: отдать заслугу от паломничества.

<sup>315</sup> mkha’ spyod gnas su khrid par byed. Это не следует воспринимать слишком конкретно. «На самом деле, нет ничего и никого, что/кто ведет или что/кого ведут. Это просто встреча «материнской» и «дочерней» светозарности». ДКР

<sup>302</sup> Открытек Брамь (см. Глоссарий)

<sup>303</sup> Связывают нас с чистыми землями благодаря тому, что мы «смешиваемся» с учителем.

<sup>304</sup> В соответствии с Ваджраяной тело считается священной мандалой божеств. В этом смысле укорачивать жизнь, производя перенос сознания, был бы разрушением мандалы.

<sup>316</sup> Внутренние элементы (kham), составляющие тело, можно разбить на четыре (иногда пять) групп: 1. плоть, 2. кровь, 3. теплота и 4. тепло или энергия (rlung) и (в некоторых медицинских трактатах, но не здесь)

полости. Они соответствуют четырем (или пяти) внешним элементам:

1. земля, 2. вода, 3. огонь и 4. воздух или ветер (также *rlung*) [и часто 5. пространство]. Как внутреннее, так и внешние элементы понимаются как свойства или состояния (твердость, текучесть, температура, движение и способность) как во внешнем мире, так и когда речь идет о составляющих тело. Описанные ощущения имеют место, когда эти свойства в их специфической роли в качестве компонентов утрачиваются и вновь сливаются с или «растворяются» в соответствующем им более широком, обобщенном контексте

<sup>317</sup> «В момент «ясности» сознание пяти дверей (пяти чувств) (*sgo lnga'i shes pa*) растворяется в ментальном сознании (*yid shes*). В момент «возрастания» ментальное сознание растворяется в эмоциональном сознании (*nyon yid*). В момент «обретения» эмоциональное сознание растворяется в базовом сознании. (*kun gzhi*). Когда возвращается сознание (момент, известный как почти-обретение), базовое сознание растворяется в ясном свете.» Прим. В этот момент имеет место прямой опыт ясного света первозданного основания. Для того, кто был посвящен и признал природу этого первозданного основания как дхармакаю и кто Это те, у кого нет ни безупречной стабильности в практике, ни неколебимого доверия к истинному Видению, что необходимо для осуществления описанных выше типов переноса сознания. Это те, у кого нет ни безупречной стабильности в практике, ни неколебимого доверия к истинному Видению, что необходимо для осуществления описанных выше типов переноса сознания. утвердился в его узнавании, этот момент представляет возможность обрести немедленное просветление; это встреча материнского ясного света и дочернего ясного света. У большинства людей этот момент

проходит незамеченным

<sup>318</sup> Это те, у кого нет ни безупречной стабильности в практике, ни неколебимого доверия к истинному Видению, что необходимо для осуществления описанных выше типов переноса сознания.

<sup>319</sup> В этом тексте для «ординарное тело» вместо термина (*tha mal lis*), который часто используется в инструкциях для медитации, употреблено

(*gzhi lus*), букв. «основное» или «фундаментальное» тело. Практически, второй термин имеет то же самое значение (наше обычное, привычное тело), однако с тем подтекстом, что наше ординарное тело также является иллюзорным. *gzhi lus* это *bardo'i gzhi lus* «иллюзорное тело промежуточного состояния» (*bar do'i sgyu kus*) - основа и основание всех иллюзий, испытываемых в этой жизни, которая является промежуточным состоянием (*skye gnas bar do*) не в меньшей степени чем промежуточное состояние становления (*strid pa'i bar do*) ПВР. (См. Глоссарий: «промежуточное состояние»)

<sup>305</sup> Этот знак на санскрите произносится как придыхательное «х», сходное с английским *h*. В тибетском языке этот знак, который лишь удлиняет слог, изображается в виде двух маленьких кружочков, одного над другим, символизирующих мудрость и умелые средства.

<sup>320</sup> Это выражение здесь обозначает «будда».

<sup>321</sup> «Что мы называем «сознание» (*sems*) и что мы называем «энергия» (*rlung*)? Аспект движения - это энергия, а аспект знания - это сознание, но, по существу, это одно и то же.» Прим.

<sup>322</sup> Открыватель духовных сокровищ, живший в XIV веке.



<sup>323</sup> mkha spyod: обычно «небесная сфера». Но здесь имеется в виду «великая» небесная сфера (mkha spyod chen po) - особого рода чистая земля, которая манифестируется для блага существ. «Малая» небесная сфера (mkha spyod chung ngu) vjможет относиться к любой небесной сфере богов

<sup>324</sup> gnam chos. *Намчо* или *Небесные Доктрины* - тринадцатитомное собрание наставлений, полученных в видениях открывателем сокровищ Манджуром Дордже, который родился в 1645 году и умер в 1668-м в возрасте двадцати трех лет. Линия передачи *Намчо* - одно из основных направлений практики в монастырях школы ньингма Палюль и Катхок в Восточном Тибете.

<sup>325</sup> Пятикратное повторение этой мантры создает благоприятное связующее звено для разложения сознания пяти кай в будущем, после смерти. .

<sup>326</sup> Эти препятствия возникают, в основном, вследствие того, что во время практики не соблюдается корректная техника произнесения «Хик».

«Звук «Хик» укорачивает жизнь. Когда им пользуешься, следует поднять воздух ниже пупа наверх, распластать воздух в верхней части тела и резко закатить глаза. Если возникнут препятствия, выдавите вниз верхний воздух, освободите нижний воздух и распластайте воздух в области пупа, читайте трехсложную ваджр-молитву (om ah hum) в ритме «вдох-пауза-выдох», сконцентрируйте сознание на ступнях ног и смотрите вниз. Препятствия исчезнут» Прим.

<sup>327</sup> Предварительные упражнения для практики «Пути и Завершения» (lam “bras) в традиции Сакья основаны на трех видах восприятия (snsng ba sum): нечистое восприятие (ma dag pa’i snang ba); смешанное восприятие, характерное для йогов благодаря практике (rnal byor nyams kyü snang ba) и чистое восприятие (dag pa’i snang baD).

<sup>328</sup> Как в «Высшем Континууме» (rgyud bla ma, scr.. Uttaratanttrasastra) и в других текстах. ЗР

<sup>329</sup> Тиб. rig pa rtsal gyi dbang bskur

<sup>306</sup> Этот параграф относится к практике, характерной для Великого Совершенства.

<sup>307</sup> Поэтическое выражение, часто используемое при выражении пожелания духовным учителям долгой жизни и доброго здоровья.

### Дзогчен Монастырь

Солнце. Причудливый стиль этого пвссажа, заитствованный в индийской поэзии, является традиционным для колофона.

<sup>330</sup> Кушаб Джемьянг, Гьялсе Шенпен Тайе или Гьялсе Ригпай Дордже (род. в 1800 году) был одним из основных держателей традиции *Сердечной Сущности Обширного Простора*

<sup>331</sup> Оргиен Джигме Чоки Вангпо это подлинное имя Патруля Ринпоче. То, что авторы, говоря о себе в конце произведения, недооценивают своих заслуг, нечто традиционное. Однако это производит особенно сильное впечатление, потому что исходит от Патруля Ринпоче, который всегда, в течение всей своей жизни выказывал исключительную скромность.

<sup>332</sup> Джэмгон Конгтрул Великий (см. Глоссарий) был современником Патруля Ринпоче и Джемьяна Кхентсе Вангпо. Все трое хорошо знали друг друга, ибо в молодости

одновременно занимались в монастыре Сечен в Кхаме. Джэмгон Конгтрул был плодотворным писателем, составителем и издателем книг. Он сделал исправления в оригинальном тексте Патруля Ринпоче, когда его готовили к ксилографической печати на огромном прессе в Дордже, и написал это послесловие.

308

309

<sup>333</sup> Джэмгон Конгтрул Великий (см. Глоссарий) был современником Патруля Ринпоче и Джемьяна Кхентсе Вангпо. Все трое хорошо знали друг друга, ибо в молодости одновременно занимались в монастыре Сечен в Кхаме. Джэмгон Конгтрул был плодотворным писателем, составителем и издателем книг. Он сделал исправления в оригинальном тексте Патруля Ринпоче, когда его готовили к ксилографической печати на огромном прессе в Дордже, и написал это послесловие.

<sup>334</sup> Шесть путей освобождения (grol ba drug) это видение, слышание, запоминание, касание, смакование и перенесение.

<sup>310</sup> klong chen nam mkha'i mal “byor, то есть Джигме Лингпа