Пабонгка Ринпоче

ОСВОБОЖДЕНИЕ

В

НАШИХ РУКАХ

том I

Краткие наставления об этапах Пути к Просветлению

Издатель тибетского текста: Триджанг Ринпоче

Издательская группа “Ганден”
Новосибирск - Улан-Удэ
2003

ISBN

Пабонгка Ринпоче (Pha-bon-kha-pa):
Освобождение в наших руках: краткие наставления об этапах Пути к Просветлению/Пабонгка Ринпоче. Издание тибетского текста: Триджанг Ринпоче. Нем. пер.: Клаудия Веллнитц. Пер. с нем. на рус.: И.Урбанаева.
Новосибирск - Улан-Удэ: издательская группа "Ганден"
Т. 1. - 1-е издание. - 2003
ISBN

Немецкое издание: **Pha-bon-kha-pa:** Befreiung in unseren Handen: eine kurze Unterweisung uber den Pfad zur Erleuchtung/Pabongka Rinpoche. Hrsg. des tibet. Textes: Trijang Rinpoche. Ubers. aus Engl.: Claudia Wellnitz.
Munchen: Diamant-Verl.
Bd.I- I. Aufl. - 1999

© отв.ред. русского издания д.филос.н. И.Урбанаева
© пер. с нем. И.Урбанаева
© издательская группа "Ганден"

Книга содержит полную систему наставлений о "Ламриме", этапах Пути к Просветлению, передающих все учения Будды Шакьямуни в особенности доступной и ясной форме. Основоположником традиции Ламрим был великий индийский Учитель Атиша, который пришел в Тибет в XI в., и в её развитие внесли свой вклад многие высокореализованные тибетские Мастера, такие как Дже Цонкапа и др. Предлагаемый вашему вниманию текст составлен на основе устных учений одного из самых значительных Лам двадцатого столетия Пабонгка Ринпоче, Джампа Тензина Тринлэя Гьяцо (1878-1941), который был коренным Гуру обоих Учителей Четырнадцатого Далай-ламы и всех других Лам традиции Гелуг, которые после своего бегства из Тибета принесли учения тибетского буддизма на Запад. Как часто говорят, *Освобождение в наших руках* содержит сущность всех 15 опубликованных трудов Пабонгка Ринпоче, в которых он освещает все аспекты буддизма. Этот текст содержит плоды 900 лет изучения и практики Дхармы в Тибете и считается в настоящее время наиболее фундаментальным пособием для тех, кто желает изучить буддизм и, вступив на Путь, реально осуществить высшую цель своего существования. Книга начинается с обзора различных учений по Ламриму и их исторического фона. После этого в первом томе Пабонгка Ринпоче объясняет во всех подробностях, как упражняться в отдельных шагах на Пути, начинав с Подготовок к медитативной сессии и как, развив преданность к Духовному Мастеру, медитировать последовательно над темами Ламрима, вплоть до медитации о карме, законе причины и следствия. Том I охватывает наставления первых 13 из 24 дней знаменитого цикла учений, переданных Пабонгка Ринпоче в 1921 году. Он содержит комментарии к Подготовкам и основополагающим медитациям. Том II содержит медитации для существ со средними и высшими способностями. Тибетский оригинал устных наставлений Пабонгка Ринпоче был записан, отредактирован и издан Триджангом Ринпоче (1901-1981), младшим Учителем Его Святейшества Далай-ламы XIV и коренным Гуру многих великих Лам традиции Гелуг, которые на протяжении последних тридцати лет также передают учения многим западным ученикам.

Содержание

Введение.....
Некоторые замечания к английскому изданию.....
Предисловие к немецкому изданию.....
Предисловие к русскому изданию.....
Пабонгка Ринпоче: воспоминания Рильбура Ринпоче.....

ТЕКСТ

Введение Триджанга Ринпоче.....

ПЕРВАЯ ЧАСТЬ:
ПОДГОТОВЛЕНИЯ
Первый день.....
Второй день.....
Третий день.....

ВТОРАЯ ЧАСТЬ:
ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ РИТУАЛЫ
Четвертый день.....
Пятый день.....
Шестой день.....

ТРЕТЬЯ ЧАСТЬ:
ОСНОВЫ ПУТИ
Седьмой день.....
Восьмой день.....
Девятый день.....

ЧЕТВЕРТАЯ ЧАСТЬ:
ПРАКТИКА ДЛЯ СУЩЕСТВ С МАЛЫМИ СПОСОБНОСТЯМИ
Десятый день.....
Одиннадцатый день.....
Двенадцатый день.....
Тринадцатый день.....

ПРИЛОЖЕНИЯ
1. Структура текста.....
2. Линия передачи этих учений.....
3. Дже Цонкапа. Три Принципа Пути.....
4. Джампел Лхундруп. Драгоценное ожерелье для счастливцев.....

Библиография.....
Глоссарий.....

Введение[1]

В 1921 году примерно семьсот тибетских монахов, монахинь и мирян собрались в затворническом центре около Лхасы, чтобы послушать наставления в *Ламриме* выдающегося Учителя Кьябдже Пабонгка Ринпоче. На протяжении двадцати четырех дней они принимали участие в тех учениях, которые, между прочим, считаются самыми знаменитыми из тех, которые когда-либо давались в Тибете.

Понятие "Ламрим" - ступени на Пути к Пробуждению - относится к категории учений, которые развивались в последнем тысячелетии в Тибете и основывались на небольшом оригинальном тексте великого индийского Мастера Атиши (Дипамкара Шриджняна, 982-1054), называвшемся *'Светильник на Пути к Пробуждению'. 'Светильник на Пути к Пробуждению'* является во многих отношениях венцом традиции Ламрим в Тибете, и для людей Запада эта книга, вне всякого сомнения, стала одним из самых значительных наставлений в Ламриме, которые когда-либо были даны.

Свыше 2500 лет назад Будда Шакьямуни учительствовал на протяжении приблизительно сорока пяти лет и дал тем самым совершенно различным категориям людей значительное количество наставлений. Он не опирался при этом на определенный план, а удовлетворял индивидуальные духовные потребности своих слушателей. Тому, кто изучает собрание сочинений Будды, по этой причине становится в высшей степени трудным делом познание ясного Пути, который можно практически претворить. Особенностью Ламрима Атиши было то, что он изложил учения Будды в логической последовательности; он показал пошаговый способ приближения (к состоянию Будды), который понятен всем, кто хочет следовать буддийским путем, и практически осуществим - независимо от того, на какой ступени развития они находятся.

Однако Атиша не только опирался на то, что было преподано самим Буддой, но также принес в то время еще живые устные традиции передачи этих учений в Тибет - непрерывные линии передачи Метода и Мудрости, которые были вручены Буддой Майтрейе и Манджушри и затем через Асангу, Нагарджуну и многих других выдающихся индийских ученых и йогинов достигли собственных духовных наставников Атиши. Итак, Атиша не только сочинил первый текст по Ламриму, но, кроме того, был передатчиком этих уникальных устных традиций, которые сейчас ещё существуют и передаются западным людям такими великими современными Ламами, как Его Святейшество Четырнадцатый Далай-лама.

Ученики Атиши основали школу, которая стала известна под названием *Кадам*, традиции которой большей частью были восприняты школой *Гелугпа*, основанной великим Мастером Цонкапой (1357-1419), и в её рамках были продолжены. Многие Мастера Кадам и Гелуг сочинили комментарии к Ламриму; самым знаменитым было мастерское произведение Цонкапы *'Большое изложение этапов Пути к Пробуждению' ('Ламрим Чен-мо')*. Пабонгка Ринпоче в своих наставлениях 1921 года, на которых базируется *'Освобождение в наших руках'*, следовал вообще-то структуре этого текста Цонкапы. Однако в то время как труд Цонкапы следует больше подходу ученого, Пабонгка Ринпоче концентрируется больше на потребностях практикующих. Такие темы, как *Подготовки к медитации*, *Гуру-йога* и *Развитие Бодхичитты*, излагаются во всех подробностях. *'Освобождение в наших руках'* является, таким образом, текстом, явно связанным с практикой, и для сегодняшних практикующих Запада таким же релевантным, как и для присутствовавших тогда тибетцев.

---

[1] Это введение к английскому изданию. (И.У.)

В 1921 среди слушателей находился также Кьябдже Триджанг Дордже Чанг (1901-1981), один из ближайших учеников Пабонгка Ринпоче, ставший позднее младшим наставником Четырнадцатого Далай-ламы и коренным Гуру многих гелугпинских Лам, которые в 1959 бежали из Тибета. Триджанг Ринпоче делал во время наставлений записи и в последующие 37 лет перерабатывал их с величайшей тщательностью, пока они не были облечены в подходящую форму и могли быть изданы на тибетском языке под заглавием *'Освобождение в наших руках'*.

Пабонгка Ринпоче был, пожалуй, наиболее влиятельным Ламой традиции Гелуг в этом столетии; он был носителем всех важных линий передачи Сутры и Тантры и передал их большинству выдающихся Лам школы Гелуг двух последующих поколений. Перечень его учений является в высшей степени обширным, как по их широте, так и по глубине. Он был также коренным Гуру Кьябдже Линга Ринпоче (1903-1983), старшего наставника Четырнадцатого Далай-ламы, Триджанга Ринпоче и многих других высокочтимых Лам. Его собрание трудов охватывает пятнадцать объемистых томов, в которых излагаются все аспекты буддизма. Если вы когда-либо получали наставление Ламы школы Гелуг, то тем самым вы уже вступили в сферу влияния Пабонгка Ринпоче. Может быть, другого текста по Ламриму, который сравнился бы с *'Освобождение'м в наших руках'*, уже никогда больше не будет создано, поэтому я называю его венцом традиции Ламрим.

Существует четыре основных школы внутри тибетского буддизма, и каждая школа имеет свои учения Ламрим; однако Ньигма-, Сакья- и Кагью-школы не приписывают им такого значения, как школа Гелуг. Хотя монахам Ламрим передается лишь по прохождении ими монастырской учебной программы Гелуг, в подходящее время, на достаточно поздних этапах в системе их их обучения, западные люди часто получают его в качестве своих первых наставлений. *'Освобождение в наших руках'* - это Ламрим, который Мастера Гелуг преподают чаще всего. Он является текстом, которому отдают предпочтение выдающиеся Ламы, такие как, например, Его Святейшество Далай-лама, оба его наставника, а также Серконг Ринпоче, Сонг Ринпоче, Геше Нгаванг Даргье, Геше Рабтен, Геше Сопа, Лама Тхубтен Еше и Лама Тхубтен Сопа Ринпоче.

В своем кратком введении Кьябдже Триджанг Ринпоче старается передать, каково это было - присутствовать там, на учении Пабонгка Ринпоче. Этот текст является, кроме того, исключением среди тибетских трудов, потому что представляет собой переработанный соавторский текст учения и не является литературным произведением. Итак, мы получили не только некоторые очень драгоценные наставления - содержание восьми самых значительных текстов Ламрима, - но также нам предоставляется возможность познакомиться со способом и манерой передачи таких наставлений в Тибете. Особые признаки этого учения обнаруживаются прежде всего во введении Триджанга Ринпоче и в конце первого дня.

Отдельные главы соответствуют, смотря по обстоятельствам, дню учений и, как правило, начинаются с краткого введения, способствующего установлению правильной мотивации у слушателей. (Тот, кто желает в этом месте приобрести понятие о деталях всего Пути к Пробуждению - как это излагается здесь, - может обратиться к структуре текста в Приложении) В предлагаемой книге ежедневное введение, посвященное развитию правильной мотивации, было сокращено в пользу нового материала; однако замечательная первая глава, первый день, охватывает как подробное введение к установлению правильной мотивации, так и отличную обзорную медитацию о всём Ламриме. Остальную часть книги можно было бы назвать в определенном смысле комментарием к этой главе. Пабонгка Ринпоче снова и снова возвращается к тому, что придает нашей жизни осмысленное направление: мы должны использовать её для развития Бодхичитты. Познавательные шаги, обзор которых приводится в первой главе, всё более приближают нас к этой цели. В конце книги Пабонгка Ринпоче говорит: "Практикуйте как можно больше, чтобы мои наставления не оказались напрасными...И прежде всего: сделайте Бодлхичитту вашей главной практикой!"

Эти учения содержат много нового и непривычного, в особенности для людей европейского культурного круга; но как при всех предприятиях, исполненных глубокого смысла, обучение и размышления приведут, в конце концов, к ясности и пониманию.

НЕКОТОРЫЕ ЗАМЕЧАНИЯ К АНГЛИЙСКОМУ ПЕРЕВОДУ

Я пытался при переводе сделать упор на том, чтобы текст оказался как можно более “читабельным”, не отказываясь при этом от точности. Поскольку Триджанг Ринпоче всё-таки был знаменитым поэтом, то, конечно же, что-то от красоты тибетского оригинала при переводе оказалось утраченным. Но я полагаю, что удалось сохранить манеру разговорной речи, в которой излагались фундаментальные наставления Пабонгка Ринпоче, так что это произведение передает силу и непосредственность оригинала.

Идя навстречу западному читателю, я структурировал материал способом, который обычно не употребляется в тибетских текстах. Я вставил одиннадцать подразделов, которые в тибетском тексте специально не выделяются. Структура этих надзаголовков и подразделов находится в Приложении I; оно может служить также подробным указателем содержания.

Я не переводил все специальные понятия, предпочитая применять санскритские понятия там, где не находилось подходящих английских соответствий. Это мне кажется более уместным, чем изобретение английских понятий, которые близки читателю в ещё меньшей степени, чем санскритские. В англоязычных словарях и без того постоянно попадаются новые буддийские слова, которые происходят из санскрита.

В основной части произведения я передавал тибетские слова и собственные имена исключительно в транскрипции; их транслитерация находится в Приложении. Транслитерация санскрита следует общепринятой методике, по которой только **s** передается как **sh**, **ṣ** как **ṣh** , **c** как **ch**, а **ch** как **chh**, чтобы облегчить читателю произношение.

Моего драгоценного коренного Гуру Ген Ринпоче Геше Нгаванг Даргье я благодарю от всего сердца за то, что он предоставил мне в 1979 полную устную передачу Ламрима. Я глубоко благодарен также досточтимому Амчоку Ринпоче, который на протяжении пяти лет упорно работал, редактируя вместе со мною текст, и своими великолепныеми замечаниями улучшил мой перевод. Гала Ринпоче в Австралии помог мне в 1980-1981 при работе с материалом одиннадцатого и двенадцатого дней, а Рильбур Ринпоче, один из немногих ныне живущих учеников Пабонгка Ринпоче, составил воспоминания о своем Гуру: обоим им я сердечно благодарен за это.

Я благодарю также многих моих друзей и коллег в Дхарамсале за их помощь, их поощрение и поддержку: Лосанга Гьяцо - в то время переводчика Геше Даргье - за то, что он предложил мне перевести эту книгу; Гьяцо Церинга и его сотрудников в Тибетской библиотеке; одного человека в Делек-госпитале, а также Жан-Пьера Уроликсиса и Мервина Стрингера за их помощь во время несчастного случая со мною в 1983; Дэвида Стюарта, который принес назад рукопись перевода девятого и десятого дня из Джамму, куда она попала после несчастного случая; Кэти Грэхэм и Джереми Рассела, которые сделали в высшей степени полезные замечания, позволившие улучшить рукопись; мою мать и моего покойного отца, которые всегда мне помогали и постоянно поддерживали; Алана Хэнли, Лайзу Хиз и Мишеля Перро; моих покойных друзей Кейт Кивен и Энди Бренненда и мою любимую жену Анжелу, которая разделила со мной все труды, которые были сопряжены с этим продолжительным проектом, и при этом никогда не теряла терпения и надежды; она без устали ободряла меня, и её участие было поистине безграничным.

Наконец, я хочу поблагодарить Еву Ван Дам и Роберта Бира за их чудесные иллюстрации, Гаррета Спархема и Тришу Доннелли за их интервью с Рильбуром Ринпоче, досточтимого Сонама Джампа за индекс и всех тех сотрудников издательства Wisdom Publications, которые редактировали книгу и выпустили её в свет: Ника Рибуша, Робину Куртин, Сару Трешер, Лидию Мюллльбауэр и Мориса Вальше.

Майкл Ричардс

ПРЕДИСЛОВИЕ К НЕМЕЦКОМУ ИЗДАНИЮ

Немецкий перевод этого знаменитого труда является издательским проектом Института Арьятара (Мюнхен), одного из буддийских центров школы Гелуг, руководимого Ламой Сопа Ринпоче. Благодаря щедрым пожертвованиям нескольких друзей и членов общество оказалось в состоянии финансировать перевод и тем самым сделать доступным на немецком языке один из основополагающих трудов школы Гелуг. Всем друзьям и членам, которые денежными или материальными взносами содействовали осуществлению этого проекта, большое спасибо за это. В особенности мы благодарны Геральду Ноаку и Биргит Швайберер за их финансовый вклад, Марианне Кнайзл за редакцию, Марианне Бук за составление индекса, а также Кристине Эрхардт и Ренате Ноак за корректуру.

В немецком переводе во многих местах пришлось обращаться к тибетскому оригиналу; этим объясняются незначительные различия, имеющиеся между английской версией, изданной Wisdom Publications, и предлагаемой редакцией. Второй том, как мы предполагаем, появится в 2000 году.

Да поведет на деле к Освобождению эта книга всех, кто держит её в руках.

Клаудиа Веллнитц

НЕСКОЛЬКО ЗАМЕЧАНИЙ ОБ АКТУАЛЬНОСТИ РУССКОГО ПЕРЕВОДА КНИГИ О ЛАМРИМЕ ПАБОНГКА РИНПОЧЕ

Работа по переводу на русский немецкого издания этого выдающегося текста Пабонгка Ринпоче была начата мною по возвращении из первого паломничества в Индию, совершенногодля участия в Калачакра-инициации 2002 года. Получив во время этого паломничества монашеские обеты от своего драгоценного Учителя Геше Джампа Тинлэя и от досточтимого Геше Намгьяла Вангчена, являющегося Гуру моего Учителя, и чувствуя силу особого благословения, полученного на священной земле Бодхгайя, с вдохновением и необычайным интересом я интенсивно работала в течение всего 2002 года над переводом и изучением этого выдающегося труда по Ламриму, вначале вовсе не предполагая публиковать свой перевод. Но по мере углубления в перевод и изучение текста я осознала, благодаря полученным прежде от своего Учителя наставлениям в Ламриме, насколько глубоким и уникальным является это учение Пабонгка Ринпоче, и постепенно во мне стала зреть мысль о необходимости его издания на русском - для пользы тех, кто, как и я, имеет интерес к систематическому изучению Дхармы и к методологии её практической реализации.

Окончательно решение об издании этого перевода созрело во время коллективного ретрита-семинара, состоявшегося под руководством Геше Джампа Тинлэя в августе 2002 года в Курумкане. Учитель во время этого ретрита передавал как раз Ламрим, и именно Ламрим в передаче Пабонгка Ринпоче. Геше Тинлэй давал комментарий к Ламриму, следуя тибетскому оригиналу книги *'Освобождение в наших руках'* Пабонгка Ринпоче.[2]

Учитель одобрил эту идею - издать перевод книги Пабонгка Ринпоче с немецкого, а также с его благословения в Курумкане было решено создать на партнерских началах издательскую группу "Ганден", основными учредителями которой являются: Дхарма-центры "Майтрейя" (г. Новосибирск), "Ногоон Дара Эхэ" ("Зеленая Тара", г.Улан-Удэ), "Тушита" (г.Уфа).

Предлагаемое вашему вниманию русское издание перевода первого тома книги *'Освобождение в наших руках'* является первым проектом издательской группы "Ганден". Этот проект осуществляется благодаря финансовому вкладу и организационной поддержке Эдуарда Сидорова (Новосибирск).

Хочется пожелать, чтобы первое издание в России замечательных наставлений в Ламриме, данных в 1921 году Пабонгка Ринпоче Учителям, входящим в линию передачи, носителем которой является трижды добрый Учитель Джампа Тинлэй Ринпоче[3], принесло пользу его ученикам, а также всем, кому эта книга попадет в руки.

---

[2] Досточтимый Геше Джампа Тинлэй не следовал буквально одному лишь тексту Пабонгка Ринпоче, а, придерживаясь текста, он излагал каждую тему Ламрима также на основе комментариев, полученных им по линии передачи от своих Учителей и уникальных *сущностных наставлений*, содержащих опыт постижений его прямых наставников - Его Святейшества Далай-ламы XIV, Панора Ринпоче, Геше Намгьяла Вангчена, а также его собственный опыт изучения и реализации учений. Эти устные наставления будут опубликованы. (И.У.)

[3] *"Ринпоче"* в переводе с тибетского означает 'драгоценность', и, как объяснил тибетский Лама Геше Дакпа Гьялцен, выпускник монастыря Дрепунг Лоселинг и ученик одного из выдающихся буддийских философов современности Геше Намгьяла Вангчена, этот почтительный эпитет применяется в качестве почетного титула в отношении высокообразованных Лам-геше, которые являются Учителями Дхармы, поэтому, например, Геше Намгьял Вангчен - это Намгьял Вангчен Ринпоче, Геше Джампа Тинлэй - это Джампа Тинлэй Ринпоче. Что касается перерожденцев, то в их отношении употребляют титул *"Тулку"*, а если они имеют ученую степень "геше", то к ним также применим титул *"Ринпоче"*, хотя, как правило, верующие называют всех перерожденцев *"Ринпоче"*, а драгоценный статус высококвалифицированных

Предлагая опубликовать на русском свой перевод немецкого издания Ламрима Пабонгка Ринпоче, мы исходим также из того, что, поскольку в России ещё не опубликованы ни перевод тибетского оригинала данного текста, ни его перевод с английского, наше издание может оказаться полезным не только для лиц, заинтересованных в буддизме как в религии и духовной практике, но и для тех, кто имеет культурологический и научно-исследовательский интерес к изучению будийской философии и медитации. В особенности это издание может пригодиться исследователям традиции Ламрим, практически неисследованной и малоизвестной для российского религиоведения и истории философии. Правда, что касается одного из большого множества основополагающих тибетских текстов Ламрим, а именно, *Ламрим-ченмо* Дже Цонкапы, который является, пожалуй, самым выдающимся среди данной категории учений, то этот текст уже второй раз издается на русском.[4] Но ни этот труд Дже Цонкапы, ни остальные 7 из 8 базовых текстов Ламрим школы Гелуг, ни Ламрим-тексты других тибетских школ ещё не стали предметом систематического и сравнительного исследования. Поэтому, предполагая со стороны академических буддологов высказывание сомнений в научной состоятельности данного перевода книги Пабонгка Ринпоче, выполненного с немецкого языка, заметим, что, во-первых, немецкий перевод был сделан на основе тибетского оригинала и английского перевода, и поэтому сам по себе представляет ценность с точки зрения источниковедения и методологии понятийного перевода тибетских терминов, во-вторых, немецкий язык ничем не хуже английского языка, с которого в последние годы в России принято делать переводы текстов Дхармы, или монгольского языка, с которого делал в свое время перевод *Ламрим-ченмо* Цонкапы Г.Г.Цыбиков; в-третьих, в немецкоязычной литературе по буддизму сформировался уже очень большой, намного превосходящий российский, опыт перевода буддийских текстов и поэтому хорошо отработана система понятийной передачи основных буддийских понятий.

Так уж получилось, что работа по переводу и подготовке перевода текста Пабонгка Ринпоче к изданию оказалась завершенной за несколько дней до второй поездки в Индию, куда я снова отправляюсь в составе группы учеников Геше Тинлэя с целью участия в Калачачкра-инициации. Я надеюсь также получить в благословенном месте следующую ступень монашеской ординации и лучше познакомиться с живой традицией тибетского буддизма.

Пусть заслуга от подготовки этой книги к русскому изданию сможет послужить длительному сохранению чистой Дхармы в этом мире!

Да продлится долго жизнь Его Святейшества Далай-ламы XIV!

Да продлится долго жизнь трижды доброго Учителя Геше Джампа Тинлэя Ринпоче, которого я считаю неразделимо единым с его Духовным Отцом Его Святейшеством Далай-ламой!

Да продлится долго жизнь Ламы Тхубтена Сопа Ринпоче!

Да продлится долго жизнь Учителя Геше Намгьяла Вангчена!

Да продлится долго жизнь Халха Ринпоче Джебзун-Дамбы IX!

Да продлится долго жизнь всех Учителей, носителей чистой Дхармы Будды!

Да сможем я и все, кому посчастливилось изучать эту книгу, добросовестно практиковать изложенное в ней учение и достигнуть реализаций во имя блага других!

Монахиня Тубден Долма,

Учителей-геше, являющихся настоящими Ринпоче, недооценивают. Но если исходить из точного понимания терминов и положения вещей, то кто же в России является Ринпоче, если не Учитель Геше Джампа Тинлэй? Поэтому ученики должны бы называть его Джампа Тинлэй Ринпоче. (И.У.)

[4] Частичное издание монгольского текста и русского перевода данного труда Дже Цонкапы было сделано ещё в начале XX в. бурятским востоковедом Г.Ц.Цыбиковым. (См.: Лам-рим чэн-по (Ступени к блаженству). Соч. Цзонхавы в монгольском и русском переводах. 1. Низшая степень общего пути. Вып.I. Монгольский перевод “Боди мури йехэ цзэргэ”. Владивосток, 1910; Вып.II. Русский перевод с предисловием и примечанием. Владивосток, 1913. Новое, полное русское издание пяти томов *Ламрим ченмо* в переводе А.Кугявичуса, под названием ‘Большое руководство к этапам Пути Пробуждения’, осуществляет издательство “Нартанг” под редакцией А.Терентьева. (И.У.)

(д-р философских наук Ирина Урбанаева)

ПАБОНГКА РИНПОЧЕ

Воспоминания Рильбура Ринпоче

Мой трижды добрый Гуру, воплощенный Херука, чье имя я не осмеливаюсь необдуманно произносить, Пабонгка Ваджрадара Дечен Ньингпо Пэл Сангпо родился в 1878 году в местности севернее Лхасы. Хотя его отец был мелким чиновником, семья, однако, не была особенно зажиточной. Несмотря на то, что стояла очень темная ночь, в комнате появился свет, и люди, которые стояли снаружи, имели видение Защитника Дхармы на крыше дома.

Пабонгка Ринпоче был эманацией великого ученого Джанкья Рольпай Дордже (1717-1786). Первоначальным, однако, было предположение, что он является реинкарнацией одного ученого Кхампа-геше из монастыря Сера-Ме. Ринпоче вступил в монастырь в возрасте семи лет, посвятил себя обычным занятиям монаха, закончил обучение со степенью геше и вслед за этим провел два года в тантрическом колледже Гьютэ.

Его коренным Гуру был Дагпо Лама Ринпоче Джампел Лхундруп Гьятсо из южного Тибета. Он, вне всякого сомнения, был Бодхисаттвой и Пабонгка Ринпоче был его важнейшим учеником. Он жил в пещере в Пасанге и его главной практикой была Бодхичитта, его главным божеством был Авалокитешвара, и он еженощно начитывал 50000 *Мани* (мантра: *ом мани падме хум*). Когда Кьябдже Пабонгка Ринпоче впервые встретился с Дагпо Ринпоче на одном ритуале Цог в Лхасе, то из почтения к нему он заплакал во время общей церемонии.

Когда Пабонгка Ринпоче завершил свое обучение, он посетил Дагпо Ринпоче в его пещере, и тот направил его медитировать о Ламриме в одно находившееся неподалеку затворническое место. Дагпо Ринпоче наставлял его по одной теме Ламрима, после чего Пабонгка Ринпоче удалялся, чтобы медитировать над нею. Позднее он возвращался, чтобы поведать, что он понял: если оказывалось, что он постиг или реализовал одно сущностное положение, то тогда Дагпо Ринпоче учил его следующему шагу, и Пабонгка Ринпоче шел опять назад в затворничество и медитировал над ним. Так прошло десять лет. И если это не чудесно, то что тогда было бы чудом!

Четырьмя главными учениками Пабонгка Ринпоче были Кьябдже Линг Ринпоче, Кьябдже Триджанг Ринпоче, Кхангсар Ринпоче и Татхаг Ринпоче, который был одним из регентов Тибета. Татхаг Ринпоче был главным Учителем Его Святейшества Далай-ламы, когда тот был ребенком, и дал ему монашескую ординацию *гецула*.

Я родился в Кхаме, в восточном Тибете, и двое моих прежних Учителей были учениками Пабонгка Ринпоче. Уже вследствие этого я рос в атмосфере полной веры в Пабонгка Ринпоче как в живого Будду. Один из этих Учителей имел портрет Пабонгка Ринпоче, на котором были видны маленькие капли нектара, выступившие из точки межбровья. Я видел это собственными глазами - и вы можете себе представить, какая уже глубокая вера в Ринпоче появилась во мне, когда я его наконец-то лично повстречал.

Имелась также ещё одна совершенно личная причина для моей большой веры. Я был единственным сыном влиятельной семьи, и хотя Тринадцатый Далай-лама признал меня реинкарнированным ламой, и лично Пабонгка Ринпоче посоветовал разрешить мне поступить в монастырь Сера в Лхасе, мои родители были не очень счастливы от этого. Однако мой отец вскорости умер, и я смог наконец-то отправиться в центральный Тибет. Можете ли вы себе представить, как взволнован я был, совершая верховое путешествие в течение двух месяцев? Мне было лишь четырнадцать лет, и стать монахом было в точности то, что имело смысл для парня моего возраста. Мне казалось, будто тот факт, что я теперь имел возможность поехать в Лхасу и вести образ жизни Ринпоче, как это рекомендовал Далай-лама, нужно приписывать исключительно чудесным силам Пабонгка Ринпоче.

Когда я прибыл в Лхасу, Пабонгка Ринпоче жил в Таши Чолинге, затворническом центре выше монастыря Сера. Мы договорились и несколькими днями позже - моя мать, мой *чак-дзё* (человек, заботившийся о моих личных делах) и я - совершили туда конную прогулку. Ринпоче, правда, ждал нас в этот день, но мы не предупреждали его о каком-то определенном часе. Несмотря на это, он как раз отдал распоряжение своему *чак-дзё* приготовить чай и сладкий рис, так что к нашему прибытию всё это было свежеприготовленное. Это убедило меня в том, что Ринпоче был ясновидящим и манифестацией всеведущего Ваджрадары.

После того как мы поели, наступило время для нашего посещения Ринпоче. Я помню это так, будто всё происходит сегодня. Узкая лесенка вела к крошечной келье Пабонгка Ринпоче, где он сидел на своей кровати. Он выглядел точно так же, как на портретах: маленький и толстый! Он произнес: “Я знал, что ты придешь. Теперь мы встретились!”, и погладил меня по щеке. В то время как я сидел там, пришел новый геше из Сера и сделал Ринпоче подношение особого кушанья из *цампы*, которое готовят лишь тогда, когда кто-нибудь приобретает степень геше. Ринпоче заметил, каким счастливым предзнаменованием является то, что этот новоиспеченный геше пришел во время моего пребывания, и велел ему наполнить мою чашу, как его собственную. Вы можете себе представить, как я себя при этом чувствовал!

Помещение было почти пустым. Самой чудесной вещью была статуя из чистого золота высотой в пять сантиметров, которая изображала Дагпо Ринпоче, коренного Гуру Пабонгка Ринпоче, и была окружена крошечными полношениями. Позади Ринпоче находились пять *тханка*, на которых были изображены те пять видений Цонкапы, которые были восприняты Кхедрубом после ухода Цонкапы. Единственным предметом обстановки в этой комнате был маленький стол, на который можно было поставить чашку чая. Я высмотрел также маленькое медитационное помещение, ответвлявшееся от этой комнаты, и долго пытался там что-нибудь рассмотреть (я был в конце концов всего лишь четырнадцатилетним и явно любопытным подростком). Ринпоче поощрил меня войти туда и увидеть всё как следует. Кроме медитационного ящика и маленького алтаря там не было ничего. Ринпоче назвал имена статуй на алтаре; слева направо по порядку находились Лама Цонкапа, Херука, Ямантака, Нэлжорма и Пэлгон Драмце, эманация Махакалы. Перед статуями находились подношения, которые покрывали весь алтарь.

Я ещё не был монахом. Многолетний слуга Ринпоче, Джамьянг, которого предоставил ему Дагпо Лама Ринпоче, и который всегда оставался в помещении Ринпоче, был тем временем - без моей просьбы об этом - посслан, чтобы принести календарь, с помощью которого можно было установить дату моей монашеской ординации. Ринпоче дал мне всё, о чем я тогда мечтал, и я ощущал его необычайную доброту. Я ушел от него, паря на облаках - в состоянии высшего блаженства. *Чак-дзё* у Ринпоче был крайне лютым, трехглазым человеком, который действовал как эманация Защитника Дхармы. Когда Ринпоче однажды предпринял долгую поездку, *чак-дзё* из чистой преданности заставил снести маленький, старый дом и построить большую, богато отделанную резиденцию, которая стала похожа на личные покои Далай-ламы. Но когда Ринпоче вернулся, он совсем не обрадовался этому и сказал: “Я лишь маленький лама-затворник, так что ты не должен был строить для меня нечто такое. Я не знаменит, и сущность моих учений называется ‘Отречение от мирской жизни’. Помещения вроде этих смущают меня.”

Я много раз получал учения по Ламриму от Пабонгка Ринпоче. Китайцы конфисковали все мои записи, но благодаря этим наставлениям я всё ещё ношу внутри себя нечто совершенно особенное. Когда он учил, я чувствовал себя постоянно вдохновленным на то, чтобы стать правильным йогином, то есть уединиться в пещере, испачкать себя золой и медитировать. Когда я потом становился старше, такие мысли становились всё более редкими и со временем я вообще перестал думать об этом. Но я действительно имел намерение стать подлинным йогином - как он.

Он предоставил многие посвящения, например, посвящения Ямантаки, Херуки и Гухьясамаджи. Я сам получил их от него. Важные и тайные посвящения мы получали в помещении, где он жил; когда же он давал общие наставления, то спускался вниз, в монастырь. Он не раз совершил паломничества по различным монастырям. Визит Пабонгка Ринпоче был таким же благом, как посещение Ламы Цонкапы, как будто он был ещё жив.

Когда он давал учение, то сидел по восемь часов подряд, без движения. Около двух тысяч людей приходило на его общие учения и посвящения, а на особые наставления - немного людей; но когда он предоставлял обеты Бодхичитты, то доходило до десяти тысяч. Давая посвящение Херуки, он принимал особую форму проявления. Его глаза становились очень большими и пронзительными, и я мог его видеть почти в форме Херуки, с одной вытянутой ногой, а другая была согнутой. Это впечатлило меня настолько, что у меня полились слезы; это было так, словно божество Херука присутствовало лично. То было нечто совершенно особенное, могущественное зредище.

Для меня это был важнейший тибетский Лама вообще. Каждый знает, какими значительными были его четверо главных учеников, а *он* был, в конце концов, их Учителем. Он проводил много времени в размышлениях о практическом значении учений, чтобы действительно реализовать их изнутри. Ведь всё, что он преподавал, он практиковал и реализовал вплоть до Ступени Завершения. Он не говорил лишь громких слов, но сам апробировал вещи. Никогда он не был в состоянии гнева; его Бодхичитта умиротворила полностью всякие следы гнева. Часто выстраивались длинные очереди людей за его благословением, однако Ринпоче спрашивал каждого в отдельности о его самочувствии и возлагал каждому руку на голову. Много раз он раздавал также лекарства. Он был всегда кротким и дружелюбным. Всё это делало его действительно особенным человеком.

На мой взгляд, он обладал двумя главными качествами: что касается Тантры, то это была его реализация Херуки и способность излагать эту практику, что касается Сутры, то это была его способность учить Ламриму.

Незадолго до кончины он был приглашен в монастырь своего коренного Гуру, Дагпо Шидаг Линг в местности Лхока, объяснить краткий Ламрим. Он избрал текст второго Панчен-ламы, называющийся *Быстрый Путь*. Это был тот первый Ламрим, который преподал ему Дагпо Ринпоче, и Пабонгка Ринпоче сказал, что это будет последнее, чему он сам будет учить. Всегда, при посещении монастыря своего Ламы он спускался с лошади, как только показывалось монастырское здание, и проходил расстояние до монастырских дверей, снова и снова простираясь, что по причине его комплекции было не таким простым делом. Когда он покидал монастырь, то оглядывался до тех пор, пока он не исчезал из виду. На этот раз покидая монастырь, он сделал одно простирание, когда монастырь был уже вне пределов видимости и завернул в один из находившихся поблизости домов. Почувствовав легкое недомогание в области живота, Ринпоче отправился на ночной отдых. Он попросил свою свиту покинуть помещение на то время, пока он читал свои молитвы, которые в этот день он рецитировал немного громче обычного. Затем послышалось, будто он дает наставление в Ламриме. Когда он закончил, и сопровождающие вступили в комнату, он был уже мертв. Татхаг Ринпоче, хотя и был сильно сражен горем, но, тем не менее проинструктировал нас во всем, что надлежало сделать. Все мы были очень удручены. Тело Пабонгка Ринпоче было одето в бархат и предано огню традиционным способом. Был сооружен прекрасный реликварий, который, однако, позже разрушили китайцы. Я смог спасти некоторые из реликвий Ринпоче и передал их монастырю Сера-Ме, где их ещё можно сегодня найти.

Я имел большой успех в качестве ученого и получил определенную известность как Лама; такие вещи, однако, не имеют значения. Единственное, что для меня значимо, это то, что я был учеником Пабонгка Ринпоче.

Досточтимый Рильбур Ринпоче родился в 1923 году в восточном Тибете. Когда ему было пять лет, Тринадцатый Далай-лама признал его в качестве шестой инкарнации Рильбура Ринпоче из монастыря Сера-Ме. С четырнадцати лет он поступил в Лхасе в монастырский университет Сера, где в возрасте двадцати четырех лет он получил степень геше. Он медитировал и преподавал до 1959 года. После этого он в течение двадцати одного года испытывал страдания от сильного гнета китайцев. Только в 1980 году ему было разрешено отправлять некоторые религиозные дела. Прежде всего он помог соорудить в Сера новую ступу в честь Пабонгка Ринпоче, так как китайцы уничтожили оригинал. Позже он прибыл в Индию и сегодня живет в монастыре Намгьял в Дхарамсале.

Текст

Глубокообоснованное, мастерское наставление, которое дает
Освобождение в наши руки.
Суть духовного блага несравненного царя Дхармы Цонкапы;
Запись кратких наставлений об этапах Пути к Пробуждению,
Сущностное содержание всех текстов,
Эссенция нектара наставлений.

rNam sgrol bcangs su gtod pa'i man ngag zab mo
tshang la ma nor ba mtshungs med chos kyi rgyal po'i
thugs bcud byang chub lam gyi rim pa'i nyams khrid
kyi zin bris gsung rab kun gyi bcud
bsdus gdams ngag bdud rtsi'i snying po

Введение Триджанга Ринпоче

Prasarin parana syaklutaki yanta,
Trayam gyhyanata tilogama eka,
Sudhi vadjradharottarah muni aksha
Prayachchha tashubham valaruga kota.

О, Лама Лосанг Драгпа,
Единый с Шакьямуни и Ваджрадарой,
Ты, все совершенные объекты Прибежища
В мандале трех тайн соединяющий;
Дождем десяти миллионов превосходных качеств
Благослови нас.

О, мой Гуру, мой Защитник,
Ты, путем Высшей Колесницы следуя,
Крайность эгоистичного покоя преодолевший,
Ты, без всякого цепляния за радости
мирской жизни
Правильно сохраняющий Три Высших Тренинга
И учения Победоносного.
Ты, чьи благородные, благие деяния
Никогда не омрачались восемью мирскими заботами.
Ты был источником всего доброго.

Всё, что ты говорил, было лекарством,
Способным излечивать сотни болезней;
Мы, с нашими детскими умами,
были неподходящими сосудами
Для столь великого океана учений,
О, драгоценный источник благих качеств.
Как это печально было бы, если бы бы эти учения
были преданы забвению!
Здесь я, по крайней мере, некоторые из них закрепил.

Бесчисленные Будды приходили в прошлом. Однако столь несчастливые существа, подобные мне, не удостоились стать прямыми учениками Шакьямуни, лучшего из всех Защитников, который, подобно белому лотосу, выделяется среди тысячи великих Будд, благодетелей этого счастливого эона. Сперва нужно было заставить себя хотя бы на мгновение породить в себе благую мысль, и это привело нас к драгоценному перерождению в форме человека. Нам был преподан этот совершенный Путь, который приведет нас к уровню Всеведения, на котором мы достигнем свободы.

Короче говоря: я ограждался всегда, снова и снова, от бесчисленных, самых различных вредных вещей и приближался к бесчисленным чудесным вещам. Мой прославленный и святой Гуру способствовал этому. Его доброта безмерна. Это был - и теперь я назову его имя, которое с трудом осмеливаюсь произнести - Джетсун Джампа Тензин Тринлэй Гьятсо Пэл Сангпо. Люди вроде меня являются, правда, незрелыми, неразвитыми и испорченными, но всё же были времена, когда в затворничестве Чусанг, в том уединенном месте, благословленном

присутствием великих медитировавших, я наслаждался празднеством его устных наставлений о махаяне (Великая Колесница).

Он начал очередное содержательное учение на тринадцатый день седьмого месяца Года Железной Птицы (1921), и оно продолжалось двадцать четыре дня. Люди приняли на себя большие тяготы, чтобы попасть туда. Они пришли из трех монастырских университетов под Лхасой, из центрального Тибета, из Цанга, Амдо и Кхама, чтобы насладиться нектаром его устных наставлений, подобно тому как томимые жаждой стремятся к воде. Приблизительно тридцать Лам и перерожденцев Лам (*тулку,*, а также многие носители Трипитаки присутствовали там: в общей сложности более семисот человек. Это содержательное учение связало различные традиции Ламрима, наставлений об этапах Пути к Просветлению. Во-первых, оно базировалось на двух устных традициях передачи Ламрима, связанных с текстом под названием *'Собственные слова Манджушри'* [5]. Одна из этих традиционных передач Ламрима была очень подробной и сохранялась, развиваясь далее, в центральном Тибете; другая традиция передачи более кратких наставлений была распространена прежде всего в южном Тибете. Во-вторых, Пабонгка Ринпоче привлек также краткие наставления в Ламриме под названием *Быстрый Путь*[6]; а в разделе для существ с высшими способностями, где излагается *Обмен себя на других*, он преподал *Семичленный метод тренировки сознания.*

Каждая часть учения была обогащена наставлениями из тайных устных передач Дхармы. Каждый раздел был, кроме того, иллюстрирован аналогиями, логическими аргументами, чудесными историями и авторитетными цитатами. Учение было доступным для понимания начинающих и всё же являлось подходящим для людей с самыми различными способностями понимания. Оно оказывало очень благодатное воздействие на ум, так как было таким вдохновенным. Много раз он смешил нас, приводя тем самым нас в состояние ясного бодрствования и полноты жизни. Много раз его слова вызывали у нас слезы, и мы много плакали. Много раз мы также переживали страх или были так тронуты, что чувствовали: "Я охотно откажусь от этой жизни и посвящу себя всецело своей практике Дхармы." Чувство Отречения было потрясающим.

Это было лишь частью того, что делало его лекции чем-то совершенно сверхобычным. Да разве смог бы я когда-нибудь перенести на бумагу все грани! И всё-же было бы действительно жаль, если бы все сущностные положения этих вдохновляющих учений оказались утраченными. Эта мысль дала мне мужество написать сию книгу. И мой уважаемый Гуру сказал позднее: "Некоторые из присутствовавших могли не поспевать за наставлениями. К сожалению, я не всегда доверяю записям, которые люди делали во время учений. Поэтому я хотел бы просить тебя выпустить книгу. Напиши в ней всё то, в чем ты уверен."

В этой книге я воспроизвел наставления моего Ламы самым тщательным образом, в надежде, что этот эрзац его речи окажется полезным для моих друзей, желающих успеха в своей практике.

---

[5] Это один из восьми базовых гелугпинских текстов Ламрим, написаннй Пятым Далай-ламой Нгавангом Лосангом Гьяцо. Тибетское название: *Lam rim 'jams dpal zhal lung.* В немецком издании книги Пабонгка Ринпоче этот текст называется, в перевое К.Веллнитц, *'Manjushris eigene Worte'*, и мы переводим это как *'Собственные слова Манджушри'*. В другом немецком издании (Dalai Lama. *Gesang der inneren Erfahrung. Die Stufen auf dem Pfad zur Erleuchtung.* Hamburg*:* dharma edition, 1998. s. 30) этот комментарий Первого Панчена-ламы называется, в переводе Ю.Мансхардта, *'Direkte Ubertragung der Anweisungen des Manjushri'('Прямая передача указаний Манджушри').* Во время ретрита в июле 2002 года (Курумкан, Бурятия) Учитель, Геше Джампа Тинлэй, давал учение Ламрим, опираясь на тибетский текст Пабонгка Ринпоче, и М.Малыгина перевела с английского заглавие упоминаемого комментария Пятого Далай-ламы как *'Комментарий, радующий Манджушри'*. (И.У.)

[6] Это комментарий, написанный Вторым Панчен-ламой Лосангом Еше, и называемый по тибетски: *Lam rim myur lam*. В немецком переводе называется *'Schneller Pfad'*. (И.У.)

Первая часть

Подготовления

Первый день

Кьябдже Пабонгка Ринпоче, уникальный царь Дхармы, дал краткое введение в развитие правильной мотивации для восприятия следующих наставлений. Он сказал:

Великий Цонкапа, царь Учения всех трех сфер бытия, говорил:

> Человеческую жизнь, однажды обретенную,
> Трудно достижимую и непостоянную,
> Как молния в небе,
> Следует выше ценить, чем драгоценность, исполняющую желания.
>
> Если ты этот факт признал и постиг,
> Что все мирские дела сравнимы с подбрасыванием в воздух плевел,
> То денно и нощно наполняй жизнь смыслом.
> Я, йогин, так практиковал;
> Да сможешь и ты, стремящийся к Освобождению,
> Точно так же практиковать!

С безначального времени и до сегодняшнего дня мы воплощались в бесчисленных телах, но ничего существенного посредством этого не совершили. Нет никакой формы страдания, которую при этом мы не были бы вынуждены претерпевать, и никакой формы счастья, которого бы мы не переживали. Но всё равно, сколь многими телами мы ни обладали, ничего существенного мы из этого не извлекли для себя. Теперь, так как мы достигли в высшей степени благоприятной, человеческой, формы, мы обязаны сделать что-то, чтобы претворить её сущность.

До тех пор, пока мы не размышляем об этом глубже, мы не знаем, насколько следует ценить драгоценную человеческую форму, и нас не охватывает сожаление, когда мы это благопряитное перерождение в качестве человека растрачиваем впустую. Наверное, мы находим более достойным сожаления, если проматываем небольшой капитал. Однако телесная форма, которой мы сейчас обладаем, является в сто тысяч раз более ценной, чем любая исполняющая желания драгоценность.

Если вы очистите камень, исполняющий желания[7], омыв его трижды и трижды отполировав, и затем прикрепите к верхушке победного стяга, то сможете без усилий обрести желанные вещи этой жизни - пищу, одежду и тому подобное. Но даже сотня, тысяча, десять тысяч, да даже сотня тысяч таких исполняющих желания драгоценностей не могут дать вам ничего из того, что вы можете приобрести посредством этого перерождения. Ибо с помощью драгоценных камней вы не можете воспрепятствовать тому, чтобы в следующей инкарнации переродиться в низших мирах. Однако ваша нынешняя форма наделяет вас возможностью воспрепятствовать тому, чтобы в будущем упасть в низшие сферы бытия. Через вашу теперешнюю форму вы можете также достигнуть перерождения в телесной форме Брахмы, Индры и тому подобного. И если вы желаете попасть в Чистые Земли, такие как Абхирати, Сукхавати или Тушита, то и это вы тоже можете сделать с помощью вашей нынешней человеческой формы существования. И это ещё не все, потому что с её помощью можно достигнуть состояния Освобождения и Всеведения. Вам нужно лишь воспользоваться возможностями, которые сейчас вам даны. А наиболее важным является то, что благодаря этой телесной форме вы можете достигнуть состояния Ваджрадары (Единство Иллюзорного Тела и Великого Блаженства) за одну единственную короткую жизнь в эти времена упадка; обычно это занимает три безмерно великих эона. Следовательно, это перерождение является более ценным, чем миллиарды драгоценных камней, исполняющих желания.

Если вы данное перерождение, которое обрели только на этот раз, растратите впустую, то это было бы ещё более достойным сожаления, чем если бы вы промотали тысячу миллиардов драгоценных камней, исполняющих желания. Не было бы большей потери; не было бы ничего более недальновидного, чем это; не было бы более дурного вида самообмана. Досточтимый Шантидева сказал:

Не существует более скверного самообмана,
Чем неупотребление для благотворной цели
На один раз предоставленной возможности!
Ничто не могло бы превзойти подобную слепоту!

Поэтому вы должны попытаться сейчас приобрести нечто от сущности этого наличного существования. Ибо определенно вы умрете, но когда это произойдет, остается неопределенным.

Мы собрались теперь на это учение Дхармы, но через сотню лет никого из нас не останется в живых. В прошлом Будда, наш Учитель, в течение многих эонов накапливал оба Собрания (Заслуг и Изначальной Мудрости) и достиг таким образом Ваджрного Тела. Но даже он вошел - по крайней мере, что касается обычного проявления, - в нирвану (состояние по ту сторону всякого страдания). У него были последователи - ученики, переводчики, пандита в Индии и Тибете, но, по-видимому, все они ушли из этой жизни. Ничего, кроме их имен и того, что люди ещё о них рассказывают, от них не осталось. Короче, мы не можем привести никого, кого бы пощадила смерть. Каким образом, следовательно, ты один мог бы жить вечно? Ты тоже не можешь надеяться на пощаду.

Поэтому: во-первых, это является определенным, что ты умрешь, во-вторых, ты не можешь знать, когда встретишься со смертью. Ты не можешь никогда быть уверенным в том, будешь ли ты ещё в следующем году жить в нынешнем человеческом теле и носить в дальнейшем свои три монашеские одежды.[8] В следующем году в этот час ты уже, может так случиться, переродишься в образе животного с косматой шкурой и рогами на голове. Или, может быть, ты перевоплотишься уже в качестве голодного духа и будешь неспособен найти еду или хотя бы только одну каплю воды. Возможно, ты переродишься в аду, где будешь жалобно страдать от жара и холода и от того, чтобы быть сваренным или изжаренным в огне.

---

[7] Говорят, этот особый камень, исполняющий желания (санскр.: *chintamani*; тиб.: *yid bzhin norbu*), реально существовал. По крайней мере, так считают тибетцы. (И.У.)

[8] Хотя круг слушателей Пабонгка Ринпоче состоял из Лам, Геше, обычных монахинь и монахов, а также мирян, он, однако, во время наставлений большей частью обращался к передним рядам ученых Геше и Лам.

Твое сознание продолжает существовать после твоей смерти; оно должно снова воплотиться. Есть лишь две возможности, куда оно может отправиться: в низшие или высшие сферы. В случае твоего рождения в “Аду Мучений Без Паузы Покоя” ты должен будешь жить там в теле, слившемся с адским пламенем. В средних формах ада, таких как “Ад Повторяющегося Воскрешения”, ты будешь ежедневно сотни раз убит и потом опять оживать - непрестанно ты будешь терпеть пытки. Как могли бы мы перенести нечто подобное, когда находим нестерпимой уже боль при ожоге пальца? И в адах мы будем таким же образом страдать от жара, как это происходит с нами в наших нынешних телах. Быть может, мы задаемся вопросом: “Не проще ли переносить там жару, не меньше ли страдание?” Но это не так.

Если ты переродишься в качестве голодного духа, то в течение многих лет ни разу не найдешь ни единой капли воды. Когда ты находишь уже трудным выдержать затворничество с постом, то как тогда сможешь вынести такое перерождение? А что касается перерождения в качестве животного, то представь себе, что ты оказался бы собакой. Посмотри как следует, в какой среде живут эти животные, как они вынуждены искать пищу и какого рода еду они в конце концов находят. Ты думаешь, что сможешь когда-нибудь вынести это? Быть может, ты думаешь: “Низшие сферы находятся далеко.” Но между тобой и низшими мирами находится исключительно лишь тот факт, что ты сейчас ещё можешь дышать.

До тех пор, пока мы не размышляем много об этих вещах, мы никогда не придем к идее, что мы, может быть, можем отправиться в низшие уделы. Мы исходим, наверное, из того, что мы более или менее добросовестно соблюдаем свои обеты, проводим большинство своих ежедневных упражнений по начитыванию и не совершаем никаких считающихся серьезными негативных действий вроде того, чтобы убив человека, потом скрыться с его лошадью. Проблема в том, что мы имеем неправильное видение вещей. Мы должны это себе ещё раз как следует уяснить, тогда мы признаем, что не имеем свободы выбора - отправляться нам в низшие миры или нет. Для этого решающее значение имеет наша карма. Мы носим в своем сознании смешение благотворной и неблаготворной кармы. Из них та, отпечатки которой являются более сильными, потом, в момент смерти, активируется через желания и привязанности. Исследовав, какая из кармы двух видов более сильно выражена в нашем сознании, мы придем к заключению, что перевешивает неблаготворная карма. Насколько она сильна, зависит от силы побудительных причин, деяний и заключительного поведения. Поэтому, хотя мы желаем думать, что совершили лишь незначительные отрицательные действия, всё же в действительности они имеют огромную силу.

Пример: Представьте себе, вы браните своих учеников. При этом вашей мотивацией является глубокая неприязнь, и вы используете грубые слова при ругани, слова, которые действительно оскорбляют. Затем, в качестве заключительного поведения, вы также ещё гордитесь содеяным и имеете надменное самомнение. Три составляющих - побудительная причина, действие и заключительное поведение - могли быть вовсе не сильными! Представьте себе, вы убиваете вошь. Что вас к этому побуждает, так это - сильная враждебность. Вы катаете вошь между вашими пальцами взад и вперед, пытаете её некоторое время, и, наконец, убиваете. Затем в конце ещё возрастает гордость, и вы чувствуете, что ваше действие было совершенно правильным. Тем самым это прегрешение становится необычайно тяжким.

Может быть, у нас имеется ощущение, что мы очень глубоко укоренились в благотворном, однако, на самом деле, добродетель в нас держится на очень слабых ногах. Действие, мотивация - существенная часть деяния - и заключительное поведение - посвящение заслуг и так далее - должны быть чистыми, если должно возникнуть что-то по-настоящему позитивное. Сравните это с видом благотворных действий, которые мы совершаем. Сначала - наши побудительные причины. По моему мнению, с нами крайне редко происходит так, чтобы мы действовали, руководствуясь хотя бы самой малой из всех позитивных движущих сил, а именно, стремлением к лучшему перерождению - не говоря уже о лучшей из всех побудительных причин, Бодхичитте (настрой ума на достижение Просветления) или второй по качеству причине, Отречении.

Наши первоначальные побуждения, как правило, имеют дело с желаниями, относящимися к тривиальным вещам этой жизни; все молитвы, которые мы произносим с этой целью, являются, в действительности, неблаготворными. Далее, что касается совершения

действия, то мы ощущаем всё как обременительный долг; даже если мы, например, начитываем лишь один круг мантры *Ом мани падме хум*, наш ум не может всё время оставаться на этом предмете. Нас одолевает либо сонливость, либо рассеянность! Нам с трудом удается хорошо делать вещи, даже если они являются столь краткими по продолжительности, как однократное чтение вслух молитвы *'Толпа богов из Тушита'*. А когда мы потом доходим до заключительных молитв, то переживаем рецидив болезни (привязанностей, омрачений) и посвящаем практику делам этой жизни. Мы, пожалуй, хотим иметь чувство, что делаем много благотворного, но на самом деле благотворное стоят на слабых ногах.

Иногда мы совершаем неправильно само действие; другой раз мы всё портим, когда дело доходит до мотивации или до заключительного поведения; и также бывает, что мы вообще не делаем правильно ни одного из этих шагов. Поэтому неблаготворная карма в нашем сознании является единственно сильной вещью и оттого - тем единственным, что может стать активным в момент нашей смерти. И когда дело обстоит так, то тогда низшие сферы являются единственным местом, куда мы можем пойти. Следовательно, доказано, что мы переродимся в низших мирах. Время от времени многие идут к ламам, действующим в качестве ясновидцев, и просят их погадать на костях или сделать пророчество о месте нашего будущего перерождения. Мы чувствуем облегчение, если они говорят: "Будет хорошее перерождение", и испытываем страх, если они говорят: "Выпадает плохая участь." Однако как мы можем доверять таким предсказаниям? Мы не нуждаемся ни в каких гаданиях на костях, пророчествах или гороскопах, для того, чтобы узнать, куда мы пойдем в следующей жизни. Наш сострадательный Учитель уже сделал предсказания в Корзине Сутр (*Сутрапитака*). Мы получили их также от многих ученых и адептов Дхармы из Индии и Тибета. Арья Нагарджуна сказал, например, в своем *'Драгоценном венце'*:

Из неблаготворного появляются всё страдание,
А также низшие сферы;
Из благотворного появляются высшие сферы,
А также все счастливые перерождения.

Такие вещи, как место нашего будущего перерождения, мы не можем предсказать с определенностью также прямым достоверным познанием. Однако наш Учитель, Будда, безошибочно воспринял эти в высшей степени скрытые феномены и преподал нам их безошибочным образом. Поэтому мы можем достигнуть определенности лишь на основе умозаключений.

Раз это установлено почти окончательно, что мы должны переродиться в нижних сферах, то нам следует с этого мгновения искать методы, которые помогут нам воспрептяствовать этому. В случае, если мы хотим действительно освободить себя от участи дурных уделов, то должны искать Прибежище, которое может нас защитить от этого. Преступник, осужденный на смертную казнь, ищет, например, защиты у влиятельного чиновника, чтобы отменить свой приговор. В том случае, если мы посредством наших прегрешений обременили себя невыносимо неблаготворной кармой, то на основе закона кармы подвергаемся опасности испытать последствия содеянного и вступить в нижние миры. Нам надо искать Прибежища у Трех Драгоценностей (Будда, Дхарма и Сангха), так как только они могут нас уберечь от этой судьбы. Однако речь идет не только о том, чтобы это Прибежище *найти*; мы должны также изменять свое поведение в смысле этих учений. Если бы Будды имели возможность освободить нас от наших грехов и умственных омрачений, например, смывая их водой или взяв нас за руку и поведя за собой, то они бы это уже сделали, и мы бы более не страдали. Однако они не в состоянии сделать так; Будды могут помочь лишь через обучение Дхарме. Теперь ответственность лежит на нас - изменить наше поведение согласно закону причины и следствия, и именно безупречным образом. В Сутре говорится:

Будды не смывают неблаготворное водой;
Они не стирают рукой страдания существ;
Они не могут свои познания
Передать другим.

Они освобождают тем,
Что учат Истине Таковости.

Теперь вы, возможно, думаете: “Я приму Прибежище в Трех Драгоценностях, чтобы освободить себя от участи низших сфер, и буду обучаться методам, посредством которых я освобожу себя. Я буду перестраивать свое поведение соразмерно закону причины и следствия.” Тем самым вы породили мотивацию, которая соответствует этапу Ламрима для существ с малыми способностями.

Однако достаточно ли того, чтобы освободиться лишь от дурных уделов? Нет. Даже если вы один или два раза переродитесь в высших сферах, позднее вы опять упадете в нижние миры, когда вас настигнет ваша плохая карма. Это - не окончательная развязка, это не то, на что вы можете положиться. В действительности мы уже много раз перерождались в высших сферах, и всё же потом опять падали назад в низшие миры. И мы неминуемо опять попадем туда. В наших прежних жизнях мы уже существовали в форме могущественных богов Брахмы и Индры и жили в небесных дворцах. Это случалось не раз, но мы покидали опять эту сферу перерождения и должны были вновь извиваться на раскаленно-горячей земле адов. Это происходило снова и снова. В небесных сферах мы вкушали божественную амброзию, когда же потом оставляли эти сферы перевоплощения, то должны были в адах пить раскаленную бронзу. Мы развлекались в обществе многих богов и богинь, но всё же должны были позднее опять влачить существование среди ужасных адских стражей. Мы рождались в качестве царей-чакравартинов и управляли сотнями тысяч подданых; потом опять мы были крепостными и рабами, вроде погонщиков ослов или пастухов коровьих стад. Нередко мы рождались как солнечные и лунные божества и наши тела излучали так много света, что от этого освещались четыре континента.[9] Потом мы перерождались между континентами в океанской глубине, в такой тьме, что невозможно было разглядеть движения наших собственных конечностей. И так происходило беспрестанно. Всё равно, какого бы вида мирское счастье ни было достигнуто, невозможно на него положиться, и оно не имеет никакой непреходящей ценности.

Мы провели так уже долгое время, но до тех пор, пока мы ещё не свободны от сансары (круговерть бытия), мы должны будем испытать ещё гораздо большие страдания. Если все нечистоты и дерьмо, которое мы съели в нашем прежнем животном перерождении в качестве собак или свиней, сложить вместе в одном месте, то получилась бы куча больше, чем Меру, царь гор. До тех пор, пока мы ещё не освободились от сансары, мы должны будем съесть ещё больше дерьма. Если бы оказались сложенными в кучу все головы, которые нам отрезали в прошлом наши враги, то верхушка этой горы возвышалась бы над миром Брахмы.И прежде чем мы пресечем наше круговращение существования, мы потеряем ещё много других голов. В наших прошлых рождениях в сфере адов мы были вынуждены пить расплавленное железо. Будь собрано это железо в один сосуд, то он оказался бы по объему больше, чем вся вода в Великом Океане. Однако мы выпьем его ещё больше, прежде чем окончательно освободимся из сансары. При таком размышлении нас должно охватить отчаяние, оттого что мы будем бесцельно скитаться далее, до тех пор, пока ещё не кончилось наше вращение в сансаре.

Даже если мы рождаемся в качестве богов или людей, мы не свободны от страданий. В человеческой сфере существуют страдания рождения, старения, болезни и смерти. Кроме того, мы страдаем от расставания с вещами, которые мы любим и которые нам дороги, мы страдаем, подвергаясь неприятным вещам, и оттого, что не получаем предметов наших желаний, несмотря на прилагаемые для этого усилия. Полубоги тоже страдают, так как они, воюя, ранят и калечат друг друга, и они постоянно страдают от изматывающей зависти. Если кто-то рождается в качестве бога Сферы Желаний, то он страдает, когда показываются предвестники смерти. Боги двух высших Сфер не подвергаются никаким видимым страданиям. И всё же они

[9] Упоминающиеся здесь четыре континента являются элементами буддийской космологии. В ней каждая мировая система (существуют миллионы таких систем) описана как плоский круг, окруженный железной оградой. Внутри круга имеются моря, а в середине - гигантская гора, называемая Меру, которая окружена семью золотыми цепями гор, а также четырьмя континентами и соответствующими каждому континенту двумя субконтинентами. Гора Меру имеет четыре уровня выше поверхности воды и четыре уровня - под водой.

по природе находятся под властью страдания, которое неотделимо от всех составных феноменов - так как они не достигли достаточной свободы, чтобы могли поддерживать свое состояние. В конце концов они падают вниз; они тоже не преодолели страдания раз и навсегда.

Короче говоря: до тех пор, пока мы совершенно и всецело не освободились ещё от сансары, наше существование имеет природу страдания. Поэтому следует полностью и совершенно освободиться от этой формы бытия; и это должно произойти в этом нынешнем существовании.

Как правило, мы говорим себе: “В этом воплощении мы не сможем достичь этой цели”, и поэтому произносим молитвы для нашей следующей инкарнации. Однако это является возможным - достижение Освобождения в нынешней форме. Мы обрели драгоценное перерождение в качестве человека, самую полезную для практики Дхармы психическую форму. Мы встретились с подходящими условиями - мы встретились с Учением Будды и так далее. Мы имеем все необходимые предпосылки: если теперь не сможем достигнуть Освобождения, то когда потом в другой раз мы должны его достигнуть?

Теперь вы думаете, наверное: “Я должен освободиться из сансары, чего бы это ни стоило. Освобождение может быть достигнуто лишь посредством трех драгоценных высших тренингов. Поэтому я посвящу себя им и освобожу себя из великого океана страдания.” Так у вас возникает мотивация, соответствующая уровню Ламрима существ со средними способностями или со средним целеполаганием.

Но является ли эта цель достаточной? Нет, всё ещё нет. Если вы достигли состояния Шравака (Слушателя) или архатства Пратьекабудды (Достигающие-В-Одиночку) ради собственного блага, то вы даже не удовлетворили свои собственные потребности и не сделали ровным счетом ничего ради блага других. Некоторые из вещей, от которых вы должны избавиться, вы ещё не устранили, например, завесы, препятствующие Всеведению, и четыре причины неведения. Это так, словно нужно дважды перейти через одну и ту же реку: несмотря на то, что вы, может быть, прошли все шаги, вплоть до архатства, на Пути хинаяны (Малая Колесница), вы должны потом развивать Бодхичитту и в корне практиковать упражнения Бодхисаттвы, то есть заново начать накопление заслуг на Пути махаяны. Это так, словно некто поступил в монастырь и постепенно поднимался вверх - начинал в качестве помощника на кухне и в конце-концов стал настоятелем. Затем он поступил в другой монастырь и должен опять начинать с кухонной работы. Чандрагомин в своем *Письме к ученику* говорил:

> Существа - как родственники,
> Упавшие в океан сансары,
> Они оказались в бушующих потоках моря
> Рождения и смерти;
> Ты не признаешь их и отказываешься от них,
> Чтобы себя самого лишь спасти.
> Как это достойно презрения!

Другими словами: хотя мы в настоящее время этого не признаем, однако нет ни одного живого существа, которое однажды уже не побывало бы нашей матерью. Так как мы имели бесчисленные перерождения, то у нас были также бесчисленные матери. И всякий раз, когда они были нашей собственной матерью, то доброта, которую они проявляли к нам, сравнима с добротой матери в этой жизни. Добро, которое дарит нам наша нынешняя мать, не отличается нисколько от добра, сделанного всеми живыми существами.

Некоторые из вас могут теперь подумать: “Этого не может быть, чтобы все живые существа однажды были моей матерью. Если бы это было так, то я бы узнал их. Но это невозможно!” Однако разве это невозможно, что кто-то не узнает даже мать э*той* жизни? То, что кто-то не узнает её как таковую, вовсе не является, следовательно, причиной для утверждения, что она не является его собственной матерью.

Другие думают, может быть: “Матери прошлых жизней принадлежат прошлому. Было бы неправомерным говорить, что они всё ещё являются собственной доброй матерью.” Однако доброта, которая выпала на твою долю от матери прежней, и доброта твоей теперешней матери ни в малейшей степени не отличаются друг от друга. Благо остается тем же, независимо от

того, подарили ли тебе драгоценный камень в прошлом году или в этом. Временной момент совершения действия не имеет никакого влияния на степень блага. В этом смысле все живые существа являются всегда добрыми к нам.

Как же можешь ты игнорировать этих добрых матерей, находящихся в океане сансары, и стремиться лишь к своему собственному Освобождению? Это было бы так, словно дети поют и танцуют на морском берегу, когда одного из их ближайших родственников, например, их мать, как раз в это время уносит бурная волна. Течение относит её в океан, и, полная страха, она кричит своим детям, но они ведут себя совершенно безразлично по отношению к ней. Что может быть более бесчеловечным и достойным презрения? Течения в океане (в вышеприведенной цитате) - это пучина, и будет ужасно, если катер, самодельный челн или что-то вроде этого затянет в неё - потому что там всё, наверняка, будет поглощено и истреблено. Кажется, нас ничто не связывает со всеми живыми существами, которые, по аналогии, тонут в потоках океана сансары. Но это не соответствует реальности. Все эти существа являются нашими добрыми матерями, и мы должны отплатить им их доброту.

Если бы ты дал голодающим еды, истомившимся от жажды - питье, бедным - богатство и тому подобное и тем самым удовлетворил бы их нужды, то тогда отплатил бы ты некоторым из них их доброту; но по большому счету этого было бы мало. Самым лучшим видом и способом для того, чтобы воздать им за их доброту, было бы предоставить им возможность обладать всем счастьем и избавиться от всех страданий. Это является, безусловно, лучшим видом вознаграждения их доброты.

Вследствие такого размышления возникнет мысль: “Да смогут эти живые существа обладать всяким мыслимым счастьем”, и это означает, что вы развиваете любовь. Мысль: “Да смогут они стать свободными от всех страданий”, означает развитие сострадания. У вас появляется альтруизм, если вы думаете: “Я сам ответственен за это. Я, совсем один, возьмусь за осуществление этой цели.”

Теперь напрашивается вопрос: в состоянии ли вы теперь сделать это? Вы ведь не можете действовать ради блага даже одного единственного живого существа, не говоря уже о *всех*. Кто обладает способностью делать нечто подобное? Бодхисаттвы, которые пребывают на чистой ступени[10], или Шравака и Пратьекабудды могут быть полезными. Однако они могут делать лишь некую долю того, что способны делать Будды. Каждый луч света, исходящий от тела Будды, может привести к состоянию зрелости и к Освобождению бесчисленных живых существ. Будды могут излучать тела и являться в этих телах перед каждым живым существом. Эти формы проявления отвечают психическому складу, умственным способностям, желаниям и предрасположенностям существ. Будды учат Дхарме на соответствующем языке этих существ. Это только некоторые из их способностей. Следовательно, Будды уникальны в том, что касается вида и способа, каким они вступаются за благо живых существ.

Можем ли также мы сами достигнуть этого состояния Будды? Мы способны на это, и лучшей телесной формой для этого начинания является драгоценное человеческое существование. В настоящее время мы получили совершенно особый вид телесного воплощения; мы появились на свет из чрева женщины южного континента, и мы обладаем шестью телесными составляющими. Нам не нужно делать ничего иного, кроме того, чтобы лишь воспользоваться этой возможностью, тогда мы можем за одну жизнь достигнуть состояния Ваджрадары.

Средство, с помощью которого мы достигнем состояния Будды, это - Дхарма Высшей Колесницы, которая в форме безупречных учений Второго Будды, Дже Цонкапы, имеется в нашем распоряжении. Его совершенные учения соединяют Сутру и Тантру, и мы встретились с ними.

Короче, мы застали все благоприятные условия и свободны от всех неблагоприятствующих условий. Мы лишь сбиваемся затем с Пути, когда не делаем никаких

---

[10] Различают десять ступеней развития на Пути Бодхисаттвы, то есть существа, решившегося ради блага всех достигнуть Просветления. Восьмая, девятая и десятая ступени являются чистыми ступенями. Начиная с восьмой ступени Бодхисаттва достигает состояния, в котором больше не существует возвращения, и Просветление тогда несомненно будет достигнуто. Более подробные объяснения этих вещей см.: Двенадцатый день.

усилий, чтобы достигнуть состояния Будды. Не всегда мы будем иметь столь безукоризненное психическое перерождение или иметь в своем распоряжении такую Дхарму. Некоторые из нас могут возразить: “Нынешние времена - очень упадочные, мы попали в неправильный момент времени.” Однако в этой круговерти бытия, не имеющей начала, мы ещё никогда не жили во время, потенциальная польза которого была бы для нас большей, чем польза сегодняшнего времени. Наша ситуация уникальна. Потому нам нужно стремиться к состоянию Будды, во что бы то ни стало.

Эти рассуждения должны вести к следующим мыслям: “Я буду делать всё, что в моих силах, чтобы достигнуть свою цель, несравненное, совершенное Просветление, во имя блага всех существ.” Этот помысел суть выражение Бодхичитты, и он соответствует мотивации, соразмерной Ламриму на ступени существ с высшими способностями. Бодхичитта порождена, если этот помысел появляется искренне и без всякого принуждения.

Если вы хотите достичь состояния Будды, то должны упражняться, а для этого вам надо знать, о каком тренинге идет речь, чтобы иметь успех. Некоторые люди, которые охотно желают практиковать Дхарму, но не знают, как это делать, удаляются, может быть, в уединенное место, читают мантры, произносят некоторые молитвы и, возможно, им удается даже достигнуть одного из девяти умственных состояний (которые ведут к безмятежности); однако они не знают, что ещё они могут делать. Нужно изучить безошибочные и безукоризненные инструкции по практике Дхармы, чтобы разбираться в этих вещах. А царем таких указаний является Ламрим, учение об этапах на Пути к Просветлению. Поэтому вам следует развивать мотивацию: “Я буду внимательно слушать наставления по Ламриму и затем осуществлять их в практике.”

Вообще говоря, необходимо в начале какой бы то ни было активности развивать одну из трех форм целеполагания. Это имеет смысл особенно во время учений по Ламриму. При этом, однако, недостаточно иметь какую-нибудь мотивацию. В данном случае вам надо породить по меньшей мере искусственную или чисто мыслительную форму Бодхичитты. Для тех, кто имеет опыт порождения Бодхичитты, достаточно, быть может, просто вспомнить лишь краткую формулу: “Ради блага всех живых существ...”Этого, однако, недостаточно, чтобы уму начинающего придать новое качество. Начинающие будут иметь подлинный опыт Бодхичитты в обоих аспектах лишь в том случае, если они созерцали все предварительные медитативные темы, начиная с *драгоценности человеческой жизни*, - одну за другой. Это важно не только при наставлениях в Ламриме. Когда мы принимаем участие в каком-либо учении Гелугпы, посвящении, устной передаче, лекции или ином мероприятии, мы обязаны подготовить себя, размышляя над всем Ламримом и порождая таким образом правильную мотивацию. Даже краткая молитва должна содержать все три части Ламрима. Это - особый признак учений старой Кадампы и нашей собственной, новой Кадампы.[11] Мой досточтимый Гуру часто говорил об этом. Те из вас, кто несет ответственность за сохранение этих учений, должны проводить обучение таким же образом. Однако при Посвящении Долгой Жизни *(цеванг)* следует таких тем, как *непостоянство* (*смерть*) и тому подобное, избегать, потому что это явилось бы символом плохого предзнаменования. В связи с данными темами можно лишь упомянуть, как это трудно - получить это полезное, драгоценное человеческое существование.

Некоторые из вас, слушателей, могут думать: “Я на самом деле счастлив изучать эти темы, однако не могу претворить их в практику.” Иные принимают участие в учении, потому что они подражают другим под девизом: “Раз ты идешь, то и я - тоже.” Никто не будет принимать участия в этих наставлениях (по Ламриму), потому что он или она хотят заработать на пропитание совершением ритуалов в домах других людей; но на других учениях, например, на основных посвящениях, вполне случается такое. Когда вы присутствуете на других

---

[11] Пабонгка Ринпоче был выдающимся Ламой традиции Гелугпа, одной из четырех школ тибетского буддизма - Ньингма, Сакья, Кагью и Гелуг. Отцами-основателями этой традиции были мастера Кадампа, которые претворили в практику учения Атиши. Корнем происхождения как школы Гелуг, так и школы Кагью является Кадампа; Гелугпа называется также часто новой Кадампа. Краткое введение в историю этого развития будет на Шестой день, во время объяснения того, каким образом при визуализации Поля Заслуг объединяются три группы Кадампа, начиная с Дже Ринпоче и вплоть до группы учителей Гелуг (см. также Приложение 2, *Линия передачи этих учений*)

наставлениях, в частности, посвящениях, возможно, вы думаете, что с помощью этих знаний достигнете могущества, с тем, чтобы впоследствии обезвреживать злых духов начитыванием мантр и тому подобным, Или вы ожидаете, что станете благодаря этому побеждать болезни или духов, приобретать богатство или власть и так далее. Для некоторых Дхарма - это почти как стартовый капитал для предприятия; они едут в отдаленные места, вроде Монголии, и надеются, что смогут обрести там известность. Такие люди посредством Дхармы накапливают очень много неблаготворного. Будда, наш Учитель, объяснил, с помощью каких средств и методов можно достигнуть Освобождения и Всеведения. Использовать эти учения для мирских целей - это всё равно что принуждать царя подняться со своего трона и подметать землю.

Итак, если у вас имеется одно из вышеописанных плохих целеполаганий, вы должны его забыть; развивайте перед слушанием хотя бы искусственную Бодхичитту. Это всё, что следует сказать о развитии правильной мотивации.

Теперь следует основная часть учения.

Во-первых, Дхарма, которую вы практикуете, должна восходить к словам самого Будды. Во-вторых, на неё должен существовать коментарий со стороны (индийских) ученых. Кроме того, вы должны заниматься той практикой, через которую великие мастера получили постижения и реализации. Другие учения, хотя бы они и считались глубокими, однако если они не были преподаны Буддой, а также полностью неизвестны (индийским) мастерам и ученым, то мы можем, медитируя на них, испытать только опасные последствия! Проверьте Дхарму, которую вы хотите сделать своей практикой! Как сказал Сакья Пандита,

Когда вы заключаете сделки по покупке лошадей,
драгоценный камней или ещё чего-то подобного,
То вы всё подвергаете сомнению и проверяете всё.
Я видел, насколько старательно вы печетесь
О незначительных вещах этой жизни!

Счастье или горе во всех ваших будущих жизнях
Зависит от священной Дхармы,
Но обращаетесь вы с этой Дхармой
Словно собака, проглатывающая свой корм;
Вы почитаете всё, что следует её букве,
Не проверив прежде, имеет ли это ценность.

Если мы, например, хотим купить лошадь, то проверяем многочисленные вещи, прибегаем к помощи предсказаний и опрашиваем многих других людей. Обычный монах, даже если он покупает лишь кирпич чая, много раз проверит его цвет, вес и форму. Он желает удостовериться, что чай не подмочен или не произошло ещё чего-то подобного, и прислушивается к мнению других людей. Если же при покупке ему не повезло, то его решение отразится только на паре стаканов чая.

Такие вещи, которые имеют лишь кратковременное значение, вы подвергаете точной проверке. Однако Дхарма, которую вы должны практиковать, кажется вам ни в малейшей степени не вызывающей сомнений, несмотря на то, что всё, на что вы можете рассчитывать в оставшихся ваших перерождениях, зависит от этого. Так собака заглатывает свою пищу. Как ошибочно нечто подобное! Если вы в этом заблуждаетесь, то разрушите то, на чем основаны ваши надежды на вечность. Итак, исследуйте Дхарму, которую хотите практиковать, прежде чем начнете упражнения.

При таком исследовании Ламрим окажется самым лучшим учением (для того, чтобы практиковать). Даже необычайно глубокие тайные тантры восходят к Ламриму. Если вы в своем сознании не развили Три Принципа Пути[12] (Отречение, Бодхичитта и правильное постижение Пустоты), то не сможете за одну жизнь достигнуть Просветления. Я слышал о многих мнимо глубоких учениях, которые восходят к видениям или сокрытым текстам и

[12] Понятие *‘Три Принципа Пути’* передается также часто выражением *‘Три Основы Пути’*. (И.У.)

которые, якобы, даруют чудесные силы - по сравнению с этим при изложении Трех Принципов, кажется, речи нет ни о каких особенно возбуждающих наставлениях.

Ламрим ником образом не является изобретением Дже Ринпоче (Ламы Цонкапы) или Атиши. Его линию передачи[13] можно проследить до самого Будды, Совершенного, она восходит к нему и ни к кому другому. Когда человек начинает эти учения понимать, то признает, что все тексты являются Ламримом, называются они ныне "Ламрим" или не называются. Драгоценные тома "Сутр Совершенной Мудрости", например, являются самыми выдающимися среди всех текстов нашего Учителя. В этих сутрах он объяснил, очевидным образом, *Глубинную* часть этапов Пути (Мудрость о Пустоте), образующую сердцевину восьмидесяти четырех тысяч томов учений; однако косвенно он преподал здесь же месте также и *Обширную* часть Ламрима (Методы Будд). Это - исток *передачи*. *Обширную* часть Будда передал своему великому ученику Майтрейе, а тот передал её, в свою очередь, Асанге. *Глубинная* часть Ламрима перешла от Манджушри к Нагарджуне. Так линия передачи Ламрима разветвилась на *Глубинную* и *Обширную Линии Передачи*.

Несколько важнейших сочинений, которые объясняют Ламрим, это - *'Пять трактатов'* Майтрейи, *'Пять текстов об уровнях'* Асанги и *'Шесть трактатов по логике'* Нагарджуны. Глубинная и Обширная Линии Передачи пришли, таким образом, отдельными путями к несравненному Атише. Он получил Обширную Передачу от Учителя Суварнадвипи, а Глубинную - от Учителя Видьякокилы и соединил обе в одну. Он получил также учения Линии Передачи Могущественных Деяний, которую Шантидева получил от Манджушри, а кроме того, Передачи Тайных Тантр и т.д. Передачи *(lung)*, которые он в себе соединил, содержали, таким образом, Сутры и Тантры в совершенной форме.

Атиша сочинил свой *'Светильник на Пути к Просветлению'* в Тибете. Этот труд соединяет в себе сердечные положения всей Дхармы Будды. Позже наставления этого вида стали называться '*Ламрим'*. Со времени Атиши Линии Передачи Глубинного Постижения и Обширных Деяний объединились. Однако во времена Кадампа вновь появилось троякое разделение: Классическая Передача, Передача Ламрима и Передача Инструкций. Эти традиции подчеркивали, соответственно, различные аспекты. Позднее Лама Цонкапа получил все три от Намкха Гьялцена из Лходрага, который сам был великим мастером, и от Чокьяба Сангпо, настоятеля Дракора. Отсюда пошло существование лишь одной Линии Передачи.

Великий Лама Цонкапа произнес на Львиной скале под Ратренгом, севернее Лхасы, молитву (к носителям Передачи этой традиции) и начал там писать книгу о Пути. Он имел около себя статую Атиши, изображавшую Атишу со слегка отклоненной в сторону головой. Молясь всё время этой статуе, Дже Цонкапа получил видение всех Гуру Линии Передачи Ламрим, которые вели с ним дебаты. Видения Атиши, Дромтонпы, Потовы и Шаравы являлись ему на протяжении целого месяца и растворились, в конце концов, в Атише. Тот возложил свою руку на голову Дже Ринпоче и сказал: "Дай это учение, а я буду тебе помогать." Следовательно, он был тем, кто призвал Цонкапу написать *'Большое изложение Этапов Пути к Просветлению'*. Когда Чже Ринпоче завершил труд, дойдя до конца раздела о "Безмятежности", досточтимый Манджушри призвал его довести книгу до конца. Вследствие этого Дже Ринпоче написал раздел об "Особом Постижении". Итак, поймите: одна эта книга является уже истинным сокровищем благословения - Великих, которые настояли, чтобы Дже Ринпоче сочинил этот труд, не говоря уже о других его качествах. На этот факт есть косвенное указание в части колофона, который начинается словами: "Посредством чудесных деяний Будд и Бодхисаттв...".

Позднее он написал *'Среднее изложение Этапов Пути к Просветлению',* где он опустил объяснения, изложенные в *'Большом изложении Этапов Пути к Просветлению'*.

---

[13] Понятие *передача* соответствует тибетскому *'lung'*, означающему 'наделение правомочностью на изучение, чтение, практику'. Поэтому термин *'линия передачи учений'* является более адекватным, нежели термин *'линия преемственности Гуру'*, для выражения сущности и механизма существования устной традиции Дхармы. И в русском издании мы отдаем предпочтение первому термину во всех тех случаях, когда обычно в русскоязычной литературе речь идет о *линии преемственности*, хотя иногда этот второй термин используется нами в качестве синонима первого. (И.У.)

Произведение среднего размера соответствует традиции прямых устных передач. Можно приобщить сюда ещё различные наставления.
Возможно, вы не знаете, как эти тексты должны быть интегрированы в вашу практику. Дже Ринпоче сказал:

> Едва ли имеются люди, которые понимают, как все эти наставления
> Вставляются в практику. Для понимающих должны сочиняться
> Существенно укороченные тексты для практики Дхармы.

Исходя из этого указания, Третий Далай-лама Сонам Гьятсо написал *'Сущность очищенного золота'*[14]. Великий Пятый Далай-лама написал комментарий к нему, Ламрим *'Собственные слова Манджушри'*. Панчен-лама Лосанг Чокьи Гьялцен написал *'Простейший Путь'*[15], и Лосанг Еше (другая инкарнация Панчен-ламы) сочинил комментарий к этому тексту, *'Быстрый Путь'*[16]. Дже Ринпоче сам написал три текста Ламрима: большое, среднее и краткое *Изложения* (последнее называется также *'Песнь внутреннего опыта'*[17]). И помимо этих вышеназванных четырех кратких учений Далай-лам и Панчен-лам Нгаванг Драгпа из Дагпо написал *Сущность выдающегося текста*[18]. Это - восемь самых знаменитых наставлений по Ламриму.

Вы должны получить наставления линии передачи отдельно по каждому из этих основополагающих текстов Ламрим и комментариев. Получить лишь одно из них - этого недостаточно. Кроме того, существуют две передачи наставлений *'Собственные слова Манджушри'*, причем одна - более подробная, чем другая. Более длинная из этих передач была распространена в центральном Тибете, немного сокращенная - на юге, и так они развивались параллельно. Передачи наставлений по обеим линиям должны быть получены также для каждой в отдельности. Министр Тапхугпа и его последователи поздно встретились с линией передачи *'Собственных слов Манджушри'*. Прочитав этот текст, он сказал, что если бы ему раньше довелось познакомиться с ним, то удалось бы избежать многих проблем при медитации над Ламримом. Дело обстоит точно так, как он сказал: сжатые наставления, содержащиеся в *'Быстром Пути'*, дают нечто особенно глубинное, будучи соединенными с обеими традициями *'Собственных слов Манджушри'*.

Когда наш Учитель, Будда, давал Учение, то он не давал никаких оторванных друг от друга линий передачи, одну - для устной передачи и одну - для устных учений. Лишь позднее, когда ученики перестали тотчас же усваивать его учения, начали давать наставления в разных формах. Наставления, трактующие слова текста во всех подробностях, называются *"подробной интерпретацией текста"*. *"Практическое объяснение"* - это устное поучение, не так подробно занимающееся отдельными словами текста, но извлекающее *суть* указания, так же

---

[14] *'Lam rim gser zhun ma'*. Русский перевод тибетского оригинала издан Б.Очировым: Сонам Гьяцо Далай-Лама III. *Ламрим Сершунма. Сущность практики Ламрим Дже Цзонхавы/Пер. с тиб. Б.Очирова.* - Улан-Удэ, 1998. - 52 с. (И.У.)

[15] *'Lam rim bde lam'*. Делая устный перевод учения Геше Джампа Тинлэя во время курумканского ретрита 2002 года, М.Малыгина, передала это заглавие с английского как *'Путь Блаженства'*. В немецком издании книги Пабонгка Ринпоче данный текст в переводе К. Веллнитц называется: *'Einfacher Pfad'. ('Простейший Путь')*. В другом немецком издании (Dalai Lama. *Gesang der inneren Erfahrung. Die Stufen auf dem Pfad zur Erleuchtung.* Hamburg*:* dharma edition, 1998, s. 30) этот комментарий Первого Панчена-ламы называется, в переводе Ю.Мансхардта, *'Der angenehme Weg'* (*'Приятный Путь', 'Блаженный Путь')*. Мы решили оставить в тексте вариант *'Простейший Путь'*. (И.У.)

[16] *'Lam rim myir lam' ('Shneller Pfad')*. (И.У.)

[17] *'Lam rim Nyam gur'*. Это стихотворное произведение, в котором Лама Цонкапа выразил свои личные медитативные переживания. Он называется также *'Lam rim bsdus don' ('Кратко изложенный смысл этапов Пути')*. Русский перевод под названием *'Краткие основы практики постепенного Пути Пробуждения'*, сделанный А.Кугявичусом, см.: Чже Цонкапа. *Большое руководство к этапам Пути Пробуждения.* - Т. II. - Спб., 1995, с. 166-175. (И.У.)

[18] *'Lam rim legs gsung nying khu'*. К.Веллнитц переводит это как *'Essenz der hervorragenden Schrift'('Сущность выдающегося текста')*, а Ю.Мансхардт - как *'Die Essenz der Edlen Rede'(Сущность Благородной Речи')*. М.Малыгина употребляет для перевода выражение *'Сущность чистой речи')*. (И.У.)

как искусный врач на глазах своих учеников рассекает труп и показывает, где находятся пять плотных органов, где - шесть полых органов и т.д. Это дает ученику очень наглядное введение. В *“наставлениях, основанных на опыте”*, Лама говорит, исходя из собственного опыта и строит обучение таким образом, что оно оказывает наибольшее влияние на ум ученика. “Практическое объяснение”(*сущностные наставления*) происходит следующим образом: ученики пребывают вместе с Учителем в затворническом доме (Ламы). Они получают наставления по теме и начинают над нею медитировать. Следующая тема им не преподается, прежде чем не будет обретено постижение. Этот вид наставлений несет в себе особое благословение постижения. Это благословение очевидным образом является полезным для укрощения сознания.

Что касается поучений, которые я сейчас даю, то речь идет о “практическом объяснении”(*сущностные наставления*). Некоторые из присутствующих могут, к сожалению, по причине недостатка времени, посетить учение лишь один или два раза. Они интересуются этими учениями, но должны позднее идти своей собственной дорогой. Ради их блага я хотел бы упомянуть, что стану соединять здесь текст *‘Быстрый Путь’* и обе линии передачи *‘Собственных слов Манджушри’*. Когда позднее мы подойдем к соответствующему месту, я буду учить *Семичленному методу тренировки ума*, где речь идет об Обмене себя на других.

Я не имею никаких опасений относительно того, чтобы давать эти наставления. Основная часть заслуг будет подарена двум умершим аристократам, чьей памяти эти наставления посвящаются. Когда я преподаю Ламрим, мне не нужно взвешивать, какая польза и какая опасность может проистекать для Гуру и учеников, - то, что в случае других учений, вроде посвящений, является предметом серьезных сомнений. Я убежден, что наставление в Ламриме может принести только величайшую пользу.

Все вы должны должны реализовать учение в практике, насколько вы это можете; и вам нужно молиться за двух умерших дворян.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче дал краткую устную передачу начальных строк трех текстов Ламрим.

Второй день

Лама Пабонгка Ринпоче начал:

Великий Цонкапа написал (в своем введении к *‘Трем Принципам Пути’*):

> Сущностный смысл всех речей Будды,
> Путь, прославленный досточтимыми Бодхисаттвами,
> Врата для всех, чья карма благоприятствует
> Поиску Освобождения,
> Хочу объяснить я как можно лучше, насколько смогу.

Это наставление является квинтэссенцией всех учений Победоносных. В части для существ с малыми способностями оно способствует тому, чтобы отказаться от нижних сфер, а в части для существ со средними способностями порождает желание повернуться спиной к сансаре в целом и т.д. Эти формы умственного поведения невозможно развить, не опираясь на такое учение, как Ламрим.

Драгоценная Бодхичитта - это Путь, прославленный святыми Буддами и Бодхисаттвами. Врата для тех, кто устремлен к Освобождению, - это правильное постижение Пустоты, свободное от крайностей этернализма и нигилизма. Это также недостижимо, если не опираться на такую систему, как Ламрим. Если кто-то хочет достигнуть состояния Будды, то необходимо развивать в сознании Три Принципа Пути. Поэтому осваивайте с самого начала следующую мотивацию: “Я хочу обрести состояние Будды ради блага всех чувствующих существ, и по этой причине я присутствую на этом практическом объяснении уровней Ламрима для трех видов существ с различными способностями.” Сначала приведите вашу мотивацию и поведение в согласие с таким помыслом и затем слушайте.

Какую Дхарму вы услышите? Это - Дхарма Высшей Колесницы, которая ведет кармических счастливцев к уровню буддовости. Это - традиционный Путь обоих первопроходцев Нагарджуны и Асанги. Это глубинное учение является сутью помыслов несравненного Атиши и великого Цонкапы, великих царей Дхармы всех трех сфер бытия. Оно содержит все сущностные положения 84000 томов сочинений и в правильной последовательности объясняет упражнения, которые приведут к нашему Просветлению.

Практические объяснения ступеней Пути к Просветлению могут быть обобщены простым заголовком: “прямые учения”. Заглавия “прямых учений” дополняются ещё другими заголовками, чтобы растолковать сущность Ламрима, а также различные перечисления и структуру этого учения. Вы должны познакомиться с этими заголовками, так чтобы точно знать, какие заголовки к каким медитативным темам относятся, что излагается под соответствующим заголовком, какие фрагменты текстов там цитируются, как было передано соответствующее устное учение, и какие указания были даны. Если бы кто-то попытается слушать учение без всякой структуры и без заголовков, то позднее было бы трудно медитировать так, чтобы это благоприятно подействовало на собственное сознание. Это было бы похоже на то, как некий человек хранил чай, масло, соль, соду и так далее - всё это вместе - в банке, а потом попытался из хранившейся смеси приготовить чай. Имеется много различных серий заголовков - некоторые относятся к кратким наставлениям Ламрим, некоторые - к более длинным версиям. В своей медитации вы должны следовать заголовкам, которые относятся к учениям, лично вами полученным.

В своем изложении Ламрима я следую примеру моего собственного драгоценного Гуру и направляю себя по его системе структурирования текста *‘Быстрый Путь’*, причем эта специальная последовательность заголовков украшена многими устными указаниями. Этот способ структурирования до сих пор ещё не был изложен в письменной форме. Я собрал эти заголовки с величайшей тщательностью и записал, причем привлекая как публичные, так и приватные наставления. Они не являются ни короткими, ни длинными и имеют много уникальных свойств, которые оказываются в высшей степени действенными.

Ученые монастыря Наланда имели обыкновение перед учением говорить о трех видах чистоты: чистота устного наставления мастера, чистота ума ученика и чистота Дхармы. Ученые

Викрамашилы говорили в своей вводной части о величии автора, величии Дхармы, о виде и способе - каким надлежало слушать учение и о том, каким образом следовало давать учение. Я буду следовать этой последней традиции.

Наставления об этапах Пути к Просветлению имеют четыре главных раздела: **1) Величие автора, которое подчеркивается, чтобы показать безупречное происхождение Учений; 2) Величие Дхармы, которое подчеркивается, чтобы усилить веру в Учения; 3) правильный вид и способ преподавания Дхармы и слушания её, выдающийся в этих обоих отношениях; 4) последовательность, в которой следует давать ученикам подлинные указания**. Эти четыре заголовка имеются находятся также в *'Большом Изложении Этапов Пути к Просветлению'* (Дже Цонкапы). Как говорится в устной традиции, независимо от того, какой Ламрим излагается - *'Простейший Путь'* или *'Быстрый Путь'* - необходимо упоминать эти положения в начале учений, иначе у людей не появится никакой основательной убежденности.

ВЕЛИЧИЕ АВТОРА, КОТОРОЕ ПОДЧЕРКИВАЕТСЯ, ЧТОБЫ ПОКАЗАТЬ БЕЗУПРЕЧНОЕ ПРОИСХОЖДЕНИЕ УЧЕНИЙ (1)

Как я уже упоминал вчера, Дхарма, которую вы желаете практиковать, должна быть преподанной Буддой и прокомментированной индийскими пандита. Кроме того, на неё должен был опираться в своей медитации великий и могущественный мастер, чтобы породить в своем сознании постижения и реализации.

Мы нуждаемся в чем-то большем, чем только в вере, мудрости и усердии: когда мы практикуем Дхарму, это *кажется* лишь странным, что нет никаких результатов. Было уже много людей, наделенных мудростью и усердием, которые напрасно потратили таким образом свое время. Кроме того: всё равно, каким бы глубоким, подкрепленным видениями и тому подобным ни считалось учение, наиболее подходящими - как уже выше упоминалось - для того, чтобы порождать реализации, являются Три Принципа Пути, - более подходящими, чем садханы или учения о том, как обрести чудесные силы. Подобные учения никогда не превзойдут вводного учения о Трех Объектах Прибежища.

Чтобы проследить реку до её источника, нужно идти к границе снегов. Равным образом нужно проследить происхождение учений Дхармы вплоть до Будды, нашего Учителя. Если бы я имел достаточно времени и обладал достаточными познаниями для того, чтобы изложить эти вещи со всеми подробностями, то должен был бы начать с Будды и рассказать биографии всех Гуру этой линии передачи. Я должен был бы поведать, как они воспользовались этим Путем, чтобы достичь своего высокого уровня развития. Но времени не хватает для такого детального обсуждения. Поэтому я могу дать вам лишь краткий обзор.

Пабонгка Дордже Чанг (Ваджрадара) произнес строки о том, как обе линии передачи дошли от Будды до Атиши, и как Атиша соединил их в один единый поток передачи. Затем он продолжил:

Атиша написал *'Светильник на Пути к Просветлению'* в Тибете; Этот мастерский труд отчеканил понятие "Ламрим", и он имеет значение коренного текста для всех учений, которым предшествует титул "Ламрим", "Высший Путь", "Поэтапные учения" и т.п. Тем самым Атиша является фактически автором всех этих сочинений. Даже великий Лама Цонкапа писал: "Косвенным автором этих трудов является Атиша." Поэтому было бы, собственно говоря, уместно в этом месте остановиться на истории жизни Атиши, однако я располагаю временем лишь для краткой версии.

Она имеет три заголовка: 1) Рождение Атиши в выдающейся семье; 2) О том, как он приобрел свои благие качества в этой же жизни; 3) Что он сделал для распространения Учения после того, как обрел благие качества.

О рождении Атиши в выдающейся семье (2)

Атиша родился в Бенгалии (восточная Индия), а именно, в большом городе, где проживало 100 000 семей и имелось 35 000 служащих.[19] Дворец его отца назывался "Дворец золотых победных стягов". Он имел тринадцать золотых пагод и 25 000 золотых победных флагов. Он происходил из очень состоятельной и могущественной семьи. Его отец был царем Кальянашри, его мать звали Прабхавати. Его рождение сопровождалось многими чудесными знаками.

О том, как он приобрел свои благие качества в этой же жизни (3)

Когда юному принцу было как раз восемнадцать месяцев от роду, его родители посетили ближайший храм в Викрамапури.[20] Все люди этого города заполнили улицы, чтобы посмотреть на принца. Он увидел толпы людей и спросил своих родителей: "Кто эти люди?"

Они отвечали: "Это твои подданые."

Дитя, взирая на людей глазами, полными сострадания, произнес стихи:

Ах, если бы только они были такими, как я -
Состоятельный, с выдающимися заслугами,
Наследник царя, могущественный принц.
Да смогут они все следовать священной Дхарме!

Все были весьма удивлены.

В храме все люди, включая его мать и отца, молились о долгой жизни без болезней, о благополучии, о том, чтобы не упасть в нижние миры, а переродиться в высших и т.п. Но принц молился:

Я обрел это драгоценное человеческое существование,
Перерождение мужское со многими привилегиями.
Мои органы чувств полноценны,
И я повстречался с Тремя Драгоценностями.
Да смогу я Три Драгоценности постоянно
Благоговейно превозносить превыше всего.
Да не буду я никогда скован долгом мирянина;
Да смогу обрести богатство Дхармы
И пребывать среди Сангхи.
Да смогу я без всякой гордыни
Уважать Три Драгоценности
И ко всем существам проявлять сострадание.

Уже в возрасте восемнадцати месяцев принц говорил, таким образом, о Прибежище и развитии Бодхичитты. Уже в этот момент своей биографии он стал объектом нашей веры.

В *'Книге Кадампы'* о его развитии в юные годы сообщается следующее:

В возрасте трех лет принц был
Уже искусен в обращении с числами
И разбирался в литературе и поэзии.
В возрасте шести лет принц
Мог различать буддизм

---

[19] Цифры являются не совсем ясными в оригинальной версии. В тибетском тексте говорится о 35 000 жителей, однако эта цифра слишком заниженная, если имелось 100 000 домохозяев. Ачок Ринпоче считает, что было 3 500 000 жителей.

[20] Алока Чаттопадхьяя в своей книге *Атиша и Тибет* (R.D. Press, Calcutta, 1967) отождествляет это место с современным городком Дакка (Бангладеш).

И не-буддизм.

Как разъясняется в следующей цитате, это на самом деле очень трудно - различать буддизм и не-буддизм. Атиша сказал однажды:

В Индии существовали лишь три человека, которые могли различать буддизм и не-буддизм: Наропа, Шантипа и я. Наропа мертв, и я ушел в Тибет. Случалось ли в Индии когда-нибудь нечто хуже этого?

Тот факт, что Атиша уже с шести лет мог проводить такие тонкие различения, показывает, как он был образован уже в то время. Когда ему было одиннадцать лет, многие принцессы, каждая из которых достойна была стать королевой, различными способами пытались пробудить в принце желание, танцуя перед ним и исполняя песни. Однако это породило лишь отречение и неприязнь к ним. Девушка с темным цветом кожи, эманация Тары, умоляла его:

Возвышенный, остерегайся привязанности!
Способствующий счастью, бойся привязанности!
Если герой, как ты, погрузишься в трясину желаний,
Как слон, запутавшийся в камышах болота,
Не испачкаешь ли ты одежд своей нравственности?

Давайте интерпретируем более точно сказанное ею. Во-первых, она молила его не привязываться к вещам этой жизни, во-вторых, остерегаться привязанности к сансаре вообще. Образ слона, который запутывается, имеет следующее значение: слон имеет гигантское тело, и поэтому его труднее вытянуть из камышовых зарослей, чем других животных. Этот образ она сравнила с“героем, погрузившимся в трясину желаний...” Обычные люди, совершающие ошибки, вредят тем самым лишь самим себе, и их дела не имеют никакого разрушительного влияния на распространение Учения. Когда, напротив, великие Ламы или реинкарнации Лам ведут себя, не соблюдая правил, то ослабевает сила учений в их среде. Если же такие люди ведут себя правильно, то это способствует распространению Учения во всей их части страны. Для меня этот пассаж является указанием на то, как это важно, чтобы значительные люди, какими вы являетесь, были образованными, дисциплинированными, добрыми и поддерживали чистые традиции Гелуг. Принц очень обрадовался её увещеваниям.

Вскоре после этого принц собрался вместе со свитой из 130 вооруженных всадников разведать горную местность в сельском округе. В действительности его верховая эскапада имела смыслом поиск Гуру. Он встретил брахмана Джитари, жившего на горе. Тот предоставил принцу обеты Прибежища и Бодхичитты и рассказал ему о Бодхибхадре из Наланды, с которым Атиша был кармически связан. Принц проделал путь к этому Гуру и поднес ему драгоценности. Бодхибхадра, очень обрадованный, вошел в медитативное погружение и благословил *три двери* (тело, речь и ум) принца. Он дал также принцу многие наставления о развитии Бодхичитты и отправил его, наконец, к Гуру Видьякокиле, который тоже учил его развитию Бодхичитты. Видьякокила послал Атишу к следующему Гуру, также являвшемуся наставником Атиши в прошлой жизни, к Авадхутипе (Видьякокила Младший).

Когда принц встретил Авадхутипу, тот ему посоветовал: “Врзвращайся ещё сегодня в царство своего отца. Держи перед глазами недостатки образа жизни мирянина!”
Так Атиша вернулся домой - к великой радости своих родителей. “Где ты был, Чандрагарбха?”, - спрашивали они. “Ты устал? Ты опечален? Как прекрасно, что ты вернулся назад.” Он отвечал:

Я искал Учителя,
Потому что он является Будда-драгоценностью Прибежища.
В заброшенных местностях я искал
Уединенное место,
Но куда бы ни шел,
Повсюду видел ущербность сансары.
Все, с кем пришлось повстречаться,

Рассказывали мне о страданиях сансары.
Также что бы ни делал я, мой ум не пришел к покою,
Позвольте мне уйти, потому что я хочу
Обратиться к Дхарме!

Родители ему возразили, что если сансара его так печалит, то он должен бы возложить на себя свои королевские обязанности, тогда он смог бы делать дары Трем Драгоценностям, раздавать пособия бедным, строить храмы, приглашать Сангху и так далее. Тогда он имел бы все, чтобы стать совершенно счастливым.

Атиша ответил следующей песней: “Я насмотрелся сансары и не чувствую в себе влечения к царской жизни среди роскоши и великолепия. Царский дворец ничем не отличается от тюрьмы. Царицы ничем не отличаются от дочерей Мары. Три сладкие субстанции не отличаются от собачьего мяса, гноя и крови. Нет разницы между тем, носить ли красивые шелковые одежды или грязное покрывало. Я отправлюсь в леса, так чтобы можно было посвятить себя медитации без перерывов. Дайте мне теперь немного мяса, молока, меда и сахарного тростника; я возвращаюсь к досточтимому Авадхутипе.”

Родители дали ему разрешение делать то, чего он пожелал, и в сопровождении тысячи всадников он отправился в леса.

Атиша стал учеником Авадхутипы, который дал ему посвящение для развития Бодхичитты. “Иди к храму Кришнагири (Черной Горы), - сказал Авадхутипа, - где Шри Рахулагупта живет. Он также был однажды твоим Гуру.”

Случилось так, что Гуру Рахула давал как раз тантрическое учение, когда увидел пришедшего принца. Несмотря на то, что он знал о поисках Атишей Дхармы, он метнул в него молнию, чтобы устрашить его. Но молния попала в вершину горы, на которой находилась черная ступа тиртиков. Свита йогинов спросила Гуру, кем же тогда является этот человек.

Рахула отвечал: “На протяжении 552 перерождений он ни разу не был никем иным, кроме как ученым пандита. Теперь это наследник бенгальского дхармараджи Кальянашри. Он вовсе не чувствует привязанности к царской жизни и очень хотел бы начать аскетические упражнения.”

Все восприняли это с удивлением. Они поднялись и пригласили принца присоединиться к ним. Как только Атиша встретился с Гуру, он сказал:

Святой Гуру, выслушай меня!
Я оставил домашний очаг,
Чтобы найти Освобождение,
Но рожденному в знаменитой семье,
Мне грозит задержаться в Бенгалии.
Я вверил себя Джитари, Бодхибхадре,
Видьякокиле и Авадхутипе -
Все они Гуру, наделенные сиддхи;
И всё-таки я всё ещё не свободен
От моего королевского долга.
Теперь я послан к тебе, о Гуру;
Введи меня в махаяну,
Обучи меня порождению Бодхичитты,
И освободи меня от моих оков!

В течение тринадцати дней Гуру давал одному лишь принцу посвящение в Хеваджру, а также все учения Пути.Он получил тайное имя Джняна-Гухьяваджра. После этого восьми обнаженным йогинам и йогиням - все они имели устрашающую внешность - Рахула сказал: “Сопровождайте его обратно в Бенгалию. Король изменит свое мнение. Когда Атиша освободится от своих королевских обязанностей, возвращайтесь вместе с ним к его Гуру Авадхутипе.”

Атиша также принял внешний вид Херуки, и когда они приблизились ко дворцу, люди увидели его, узнали и испугались. В течение трех месяцев он оставался вместе с йогинами и

йогинями в этой местности; они бесцельно бегали вокруг и прыгали, вели себя как сумасшедшие. В конце концов все пришли к решению, что Атиша теперь более не в состоянии управлять королевством и разразились слезами. В особенности его отец был глубоко поражен и сказал:

Ох, увы, мой сын! При рождении твоем
Я видел чудесные знаки.
Я думал, ты будешь
Свой королевский долг исполнять.
То было бы высшим счастьем моим.
Что сделало лесное затворничество с разумом твоим?

Принц отвечал:

Если я, став королем, исполнял бы свой долг,
То смог бы с тобой, отец, быть вместе
Лишь в этой жизни,
А во всех жизнях, которые ещё наступят,
Отец и сын не узнали б друг друга - так я полагаю.
Какая ошибка - делать что-то без всякой пользы,
То, от чего лишь один вред!
Если теперь королевскую жизнь
Я отрину и отправлюсь
В надежный Путь
К Освобождению и Просветлению,
То будем во всех будущих жизнях
Неразлучно и счастливо жить;
Пожалуйста, позволь мне идти!

Его мать сказала:

Как быть?
Сын тоже очень дорог сердцу моему,
Но всё решает карма
Для всех живых существ.
О, Благородный, упражняйся в Дхарме, как ты того желаешь.
Я молюсь, чтобы во всех будущих жизнях
Мы рождались бы вместе, друг подле друга.

Так они его отпустили. Вместе с йогинами и йогинями принц ранним утром на рассвете отправился в Путь к месту лесного отшельничества Гуру Авадхутипы, где он отныне изучал Дхарму школы Мадхьямика. Атиша обучался у Авадхутипы во всех подробностяъ закону причины и следствия и служил ему в период между двадцатью одним и двадацатью девятью годами. Если сказать кратко: он думал над всем изучаемым и медитировал об этом. В *‘Синей книге чистых речей’* говорится: “Он был последователем Авадхутипы семь долгих лет.”

Атиша мог бы стать королем, чье великолепие равнялось блеску китайского императора Ли Шин-мина. Королевский дворец возвышался над сотней тысяч дворов; он имел двадцать пять тысяч прудов для купания, семьсот двадцать увеселительных рощ, пятьдесят шесть тысяч кокосовых пальм. Атиша мог бы иметь три миллиона пятьсот тысяч подданых. Дворец был окружен семью стенами, которые соединялись между собой 363 мостами. 25 000 победных флагов и 13 пагод украшали главный дворец. Однако великий Атиша полностью и совершенно отдался Дхарме, оставив позади несравненную роскошь и могущественное положение принца, как выплюнутую в песок слюну. Наш Учитель, Будда, сделал то же самое: он получил в руки власть царя-чакравартина, но отказался от неё, чтобы стать монахом. Займитесь биографиями этих великих людей, они должны служить вам примером. Если бы сегодня кто-то пришел к нам

и сказал: “Откажись от своих обетов - и ты будешь назначен начальником округа”, то мы сделали бы это без всякого промедления; это показывает силу нашей решимости. Нам трудно даже не привязываться к предметам в нашей узкой, маленькой комнате, совершенно не говоря уже о власти принца. Сопоставьте это с поведением великого Атиши, который отказался от положения принца, и оставьте свои привязанности, как слюну, исторгнутую в песок.

Семь долгих лет Атиша следовал прежде всего Авадхутипе. Он также посвятил себя изучению Ваджраяны под руководством многих других Гуру, большинство которых тоже обладали сверхчувственными силами. Когда он стал ученым, сведущим во всех классических текстах и всех наставлениях, его посетила мысль: “Я лучше всех разбираюсь в тайных тантрах.” Однако он потерял свое высокомерие, когда несколько дакинь во сне показали ему тома тантр, которые он ещё никогда прежде не читал.

Тогда он подумал: “Я достигну высших сверхчувственных сил Махамудры (Великая Печать) в этой жизни, практикуя поведение тантриков (т.е. обзаведясь супругой).” Тогда к нему пришел Гуру Рахулагупта, чудесным образом проникнув сквозь стены.

“Куда ты идешь?”, - спросил Гуру. “Ты бросаешь чувствующих существ? Стань монахом! Этим ты послужишь Учению и многим живым существам.”

Шри Херука тоже явился Атише и высказал похожую просьбу. Также наш Учитель Шакьямуни и Защитник Майтрейя просили Атишу во сне, чтобы он дал обеты. Таким образом, он с двадцати девяти лет принял полную монашескую ординацию от Шиларакши, настоятеля подшколы Махасамгики, который достиг Ступени Терпения на Пути Подготовки.[21]

Атиша служил ста пятидесяти семи Гуру; он изучил все науки, сутры и тантры вместе с их устными наставлениями. В особенности он посвятил себя под руководством Гуру Дхармаракшиты изучению четырех частей *‘Передачи Виная’* и содержащего около 800 разделов обширного текста *‘Махавибхаша’*, который охватывает семь разделов Абхидхармы. На протяжении двенадцати лет он слушал это учение и изучал его основательно. Он знал также все различные интепретации восемнадцати подгрупп школы Вайбхашика, в которых встречались очень тонкие различия в том, что касалось способа поведения Сангхи, вроде сбора подаяния или питьевой воды. Так он стал коронным украшением этих восемнадцати индийских подшкол Вайбхашика.

Но несмотря на то, что он получил все наставления по Дхарме Сутры и Тантры, которые в то время можно было найти в Индии, и также практиковал их, он спрашивал себя снова и снова, какой Путь быстрее всего ведет к Освобождению. Рахулагупта, который жил в пещере на горе Кришнагири, знал об этом в силу своего ясновидения. Он явился Атише и сказал: “К чему это - иметь одиночное видение медитативных божеств или творить группы божеств в их мандалах, достигать многих из обычных сверхчувственных сил или обретать однонаправленную концентрацию, хотя бы она и являлась столь же незыблемой, как горная цепь. Упражняй свой ум в Любви и Бодхичитте! Тысячерукий Авалокитешвара - воплощение Сострадания. Прими его как свое медитативное божество и поклянись трудиться ради блага всех чувствующих существ, пока не прейдет сансара.”

Как-то Атиша совершил паломничество (“Ваджрасана Просветления”) в Бодхгайю. Во время обхождения Ступы Великого Просветления он стал свидетелем разговора двух статуй. В другой раз две девушки, преодолевшие границы человеческого тела, вели разговор в южном небе над Бодхгайей: “Какой путь следовало бы практиковать тому, кто тоскует о скором и окончательном Просветлении?”, - спросила одна девушка.

Другая девушка отвечала: “Он или она должны упражняться в Бодхичитте!”

“Да, тренинг в Бодхичитте - это самый превосходный метод.”

Атиша прервал обхождение, чтобы услышать и вобрать сердцем сказанное - как сосуд, полностью принимающий в себя содержание.

---

[21] Различают пять махаянских Путей духовного развития с целью достижения Просветления. Первые четыре - Пути Накопления, Подготовки, Видения и Медитации - это те, на которых ещё продолжается обучение. На последнем Пути больше нет обучения, это само Просветление. Каждый из первых четырех Путей подразделяется ещё на четыре. Уровень Терпения - это третья ступень на Пути Подготовки. Подрбное объяснение находится в: *Tibetan Tradition of Mental Development* von Geshe Dhargyey. (LTWA: Indien, 1985).

Однажды, стоя на каменной насыпи, сооруженной Ачарьей Нагарджуной, он увидел старую женщину и девушку. “Каждый, кто хочет быстро достигнуть совершенного Просветления, - сказала женщина девушке, - должен упражняться в Бодхичитте.”

Потом с ним заговорила статуя Будды под выступом большого храма в Бодхгайе, в то время как он шагал вокруг храма. “О, странствующий монах, - сказала она, - если ты желаешь быстро достигнуть Просветления, то упражняйся в Любви, Сострадании и Бодхичитте.”

В другой раз, когда он обходил маленькую камеру с каменной оградой, статуя Будды Шакьямуни, сделанная из слоновой кости, сказала ему: “О, йогин, упражняйся в Бодхичитте, если ты хочешь скоро достигнуть Просветления!”

Так Атиша больше прежнего обучался Бодхичитте, и поскольку он хотел привести упражнения к совершенству, то задался вопросом: “Кто может обладать полными наставлениями по этой теме?”. Он провел исследование и из него обнаружилось, что великий мастер Суварнадвипи пользуется авторитетом знаменитого мастера Бодхичитты. Атиша решился поехать к Суварнадвипи (в Индонезию), чтобы там получить совершенные наставления о Бодхичитте. Он плыл морем в течение тринадцати месяцев на корабле с купцами, которые пустились в путь по торговым делам. Камадева, могущественный бог демонов желания, который не мог перенести того, что Учения Будды широко распространятся - в том случае, если Атиша получит учения о Бодхичитте, - пытался повернуть корабль назад, насылая спереди сильный ветер. После того как Махадева заблокировал ход корабля гигантским китом размером с гору, который выглядел как чудовище, он метнул молнию с неба и сделал ещё много чего. Когда пандита Кшитигарбха увидел большое разорение, он стал умолять Атишу применить свои гневные силы. Атиша после этого погрузился в однонаправленную медитацию о Красном Ямантаке и сразил орды демонов. Наконец, его группа путешественников достигла Индонезии.

Атиша уже был в то время великим ученым и мастером. Как я уже упоминал, он уже в восемнадцать месяцев, без чьих-либо настойчивых просьб, показал, насколько близка ему Бодхичитта. И всё же он по доброй воле принял на себя эти испытания, чтобы добраться до Индонезии. Это должно убедить нас в том, что в махаяне нет ничего важнее, чем драгоценная Бодхичитта.

Атиша находился в плавании тринадцать месяцев, однако, никогда не снимал своих монашеских одежд - знак посвящения в духовный сан. Он не путешествовал так, как это делаем ныне мы. Современные монахи, предпринимая паломничество, облачаются в мирские одежды, как только они оставляют территорию монастыря. Некоторые носят даже длинные копья. Я могу себе представить, какой страх испытывают перед ними чужеземцы и задаются вопросом: “Не бандиты ли эти парни?” В будущем мы должны стать хорошим примером - никогда не снимая наших одеяний, которые ведь являются знаком нашей монашеской ординации. Это будет способствовать распространению Учения. Всеведущий Кедруп Ринпоче сказал:

Тела ординированных монахов становятся краше
В двух тканях цвета шафрана.
Когда же монахи одежду мирян надевают,
То образ действий такой
Губит Учения.

Некоторые могут сказать: “Зрелость должна обретаться во внутреннем”, и совершенно не придавать значения внешним знакам. Тем самым они не служат хорошим образцом осуществления учений вообще. Члены Сангхи должны вести себя всегда спокойно и благонравно. Шарипутра, к примеру, был благодаря поведению Арья Ашваджиты приведен к Истине (к Пути Видения).

Теперь вернемся к истории: Атиша достиг берегов Индонезии. Группа путешественников вскоре по прибытии на остров повстречалась с несколькими медитирующими учениками великого Суварнадвипи. Атиша и все его ученики сначала отдыхали в течение двух недель и попросили медитировавших рассказать историю жизни Гуру Суварнадвипи. Если бы *мы* там оказались, то поспешили бы как можно скорее к великому

мастеру, но Атиша не сделал этого. Вместо этого он тщательно исследовал жизнь Гуру. Мы должны бы брать с него пример: сначала мы должны как следует проверить Гуру.

Некоторые из медитировавших поспешили вперед, к Гуру Суварнадвипи, и поведали ему: “Великий ученый Дипамкара Шриджняна, ведущий ученый восточной и западной Индии, вместе со ста двадцатью пятью учениками в течение тринадцати месяцев плыл через море и при этом пережил величайшие испытания. Они прибыли, чтобы от тебя, о Гуру, получить Праматерь (Сутры Совершенной Мудрости), которая родила Победителей всех трех времен. Они прибыли также из-за махаянских упражнений Бодхичитты Устремленной и Деятельной.”

“Как чудесно, что такой великий ученый удостоил нашу страну своим визитом, - сказал Суварнадвипи. - Мы должны приветствовать его с почестями.”

Когда великий Атиша приблизился ко дворцу Гуру Суварнадвипи, он и его спутники увидели вдали процессию, направлявшуюся им навстречу, чтобы приветствовать их. Гуру Суварнадвипи сам возглавлял её. За ним шли пятьсот тридцать пять монахов, действовавших в качестве Архатов. Они были одеты в три робы соответствующих цветов, отличительные знаки монахов, и держали ритуальные сосуды для воды, а также красивые железные посохи в своих руках. Шестьдесят два послушника сопровождали их. Всего было здесь пятьсот девяносто пять монахов. Когда путешественники во главе с Атишей увидели эту впечатляющую процессию, которая очень сильно напоминала Архатов времен Будды, то они обрадовались всем сердцем.

Потом ученые, которые лучше всех разбирались в пяти науках, а именно, Атиша и пандита Кшитигарбха, а также монахи, сведущие в Трех Корзинах *(Трипитака)*, отправились в место проживания Гуру Суварнадвипи. Они были одеты в предписанные для монахов сандалии, и каждый носил три робы, великолепно окрашенные тем шафраном из Кашмира, который так ценится школой Махасамгика. Все держали железные монашеские чаши в хорошем состоянии, тем самым давая возможность другим людям сделать приносящие счастье жесты даяния. Они держали все предписанные предметы утвари, вроде сосуда для воды из желтой меди, который мог вместить воды объемом *дрона* - единица измерения воды, принятая в стране Магадха, - и железного посоха, столь высоко ценимого Владыкой наших учений. Все имели пандитский головной убор с закругленным верхом - закругленным, чтобы показывать отсутствие гордыни, - и держали в руках ритуальные опахала от москитов. Сто двадцать пять монахов следовали за Атишей колонной и соблюдали при этом предписанную дистанцию - образуя вогнутую линию, (столь совершенную) как дуга пятицветной радуги. Это чудесное событие порадовало доброжелательных богов так сильно, что они в знак уважения к ним пролили дождь цветов. Все люди острова удивились деяниям этих двух Гуру и почувствовали веру. Атиша передал Гуру совершенно прозрачную вазу. Было видно, что она наполнена золотом, серебром, кораллами и лазуритом. Этот приносящий счастье жест предвещал, что он получит полные наставления о порождении Бодхичитты, как эта ваза, полностью вобравшая в себя другое содержание.

Они уединились в комнате Гуру во Дворце Серебристого Зонта. Там Гуру Суварнадвипи сначала преподал пятнадцать положений из *‘Украшения познания’* Майтрейи, вместе с относящимися к ним устными наставлениями - тоже жест, в высшей степени приносящий счастье. Мастер был тотчас очарован Атишей, и они оба положили свои подушки для сиденья рядом в знак того, что Учитель принял ученика. Так начались те двенадцать лет, в течение которых Атише и его ученикам выпало на долю получить полные наставления о скрытом смысле *’Сутр Совершенной Мудрости’*, Священной Матери, - учения, восходящие к линии передачи, которую Майтрейя предоставил Асанге. Все получили также доступные лишь для немногих избранных наставления о духовных упражнениях в Бодхичитте, основанных на Обмене себя на других, - передача, которую один Шантидева получил от Манджушри. Они основательно изучали, размышляли и медитировали над этими наставлениями. У ног этого Гуру они породили посредством Обмена себя на других истинную Бодхичитту в своем сознании.

Гуру предрек Атише, ставшему отныне Мастером Учения, что он поможет многим ученикам, если отправится в Тибет:

Благородный, не оставайся здесь.
Иди на север.

Иди на север, в Страну Снегов.

Что сделал Атиша для распространения Учения после того, как развил эти благие качества (4)

Здесь имеются две части: 1) что он сделал в Индии; 2) что он сделал в Тибете.

ЧТО ОН СДЕЛАЛ В ИНДИИ (5)

После того как Атиша вернулся в Магадху, он жил в Бодхгайе и победил там трижды в дебатах представителей учения тиртиков; так он обратил их в буддизм. Он заботился также в других формах о распространении Учения. Затем его пригласил король Махабала в монастырь Викрамашила. Хотя Атиша прежде всего следовал традициям школы Махасамгики, он, однако, обладал обширными знаниями о традициях других школ; и так как он никоим образом не выказывал признаков сектантского образа мыслей, то стал главным украшением всей Сангхи Магадхи и всей Индии. Он был признанным Мастером всех учений, находившихся в Трех Корзинах Сутр и в Четырех Классах Тантр. Это было так, словно вернулся сам Победоносный и вновь распространил Учение.

ЧТО ОН СДЕЛАЛ В ТИБЕТЕ (6)

Учения, которые были первоначально распространены в Тибете, в то время уже иссякли. Приобрело значение так называемое более позднее распространение учений. Но некоторые люди концентрировались на Виная и не уделяли Тантре никакого внимания; другие делали всё в точности наоборот. На Сутру и Тантру смотрели как на противоположности, такие же, как горячее и холодное. Многие так называемые ученые шли из Индии в Тибет, поскольку надеялись получить там золото. Они обманывали тибетцев посредством черной магии; одним словом: условия для распространения чистых учений Будды стали очень тяжелыми.

Тибетский король Лхалама Еше Ё, который не был удовлетворен этим состоянием и хотел способствовать распространению чистых учений, послал двадцать одного тибетского юношу с острым умом в Индию, чтобы пригласить пандита, который принес бы пользу Тибету. Все, за исключением двоих, умерли. Двое выживших, великий Ринчен Сангпо и Легден Шераб, много изучали Дхарму, но были не в состоянии привести Атишу в Тибет. По возвращении на родину им была предоставлена аудиенция у короля, во время которой они рассказали ему, что с точки зрения индийских ученых - что касается Воззрения и практики - нет никакого разногласия между Сутрой и Тантрой.

Они сказали: “В Викрамашиле живет один монах королевского происхождения, достигший Освобождения. Его зовут Дипамкара Шриджняна. Если вы пригласите его, то он, несомненно, может сделать много хорошего для Тибета. Другие пандита не принесут Тибету никакой пользы.” Они добавили к этому, что так же считают все другие пандита.

Их сообщение успокоило сомнения короля и, что было ещё важнее, оно заставило появиться в нем чувству глубокой, неколебимой веры в Атишу, благодаря тому лишь, что он услышал его имя. Он послал Гьятсона Сенге вместе с восемью другими, чтобы пригласить Атишу в Тибет. Они взяли с собой много золота - но совсем не имели успеха. Итак, сам король в Дхарме отправился искать побольше золота, с помощью которого, он надеялся, сможет пригласить пандита.

Хану карлогов не нравилось, что тибетский король так рьяно вступается за распространение буддийских учений. Он взял в плен Еше Ё и стал угрожать ему смертью, если тот не отречется от этого Учения. Король был заключен в тюрьму. Его племянник с отцовской стороны, Чанчуб Ё, хотел освободить своего дядю. Но когда он встретился с ханом карлогов, тот сказал: “Я освобожу твоего дядю только в том случае, если вы откажетесь от своего намерения привезти пандита и станете моими подданными, или если вы возместите вес короля золотом.”

Чанчуб Ё пообещал, что доставит золото. Он предложил хану двести унций золота, которые он имел при себе; тот, однако, отказался от этого. В конце концов он принес золото, которое весило столько, сколько тело короля без головы. Хана карлогов это не заинтересовало. “Я хочу голову и всё остальное”, - заявил он.

Чанчуб Ё не имел возможности достать ещё золота. Итак, он пришел к дверям тюрьмы, за которыми удерживали Еше Ё. “Дядя, - заплакал он, - ты был так добр, но теперь твоя карма созрела. Если бы я повел войну против этого человека, чтобы победить его, то умерло бы много людей, и я опасаюсь, что переродился бы в нижних мирах. Этот тип сказал мне, чтобы я не приглашал пандита, а вместо этого стал бы его подданым. Но если бы мы отказались от Дхармы и прогнулись под давлением этого порочного короля, то было бы нехорошо. Определенно будет лучше остаться преданными истинной Дхарме. Он сказал, что хотел бы получить твой вес в золоте. Я искал золото, однако нашел столько, сколько весит твое тело без головы. Он этим не удовлетворен, поэтому я теперь удаляюсь, чтобы позаботиться об остатке. Я вернусь с выкупом. До тех пор обдумывай свою прежнюю карму, молись Трем Драгоценностям и, самое главное, не теряй присутствия духа и накапливай заслуги.”

Его дядя рассмеялся и сказал: “Я думал, ты вел изнеженную жизнь и был слишком избалован для того, что принять на себя добровольно какие-либо трудности или даже доказать свою отвагу. Но теперь у меня сложилось впечатление, что ты очень хорошо способен поддерживать традиции наших предков, когда я умру. Ты поступаешь правильно. Я очень доволен. Я думал, для меня было бы ошибкой умереть, не укрепив безупречную Дхарму в Тибете. Однако теперь я уже стар, и если я сейчас не умру, то проживу ещё, самое большее, десять лет. Если бы я ради этого отдал так много золота, то Три Драгоценности были бы расстроены! В моих прежних жизнях в безначальной сансаре я ещё ни единого раза не умирал ради Дхармы. Ты не должен отдавать хану ни крупинки золота. Как это чудесно для меня, умереть для Дхармы! Где бы мы достали золота для моей головы? Отнеси все золото в Индию и сделай все, от твоей власти зависящее, чтобы привести пандита Атишу.

Когда он примет тебя, дай ему следующее послание: ‘Я пожертвовал свою жизнь хану карлогов ради Будды и твоих учений. Ради остатка моей жизни прояви ко мне сострадание. Я думал постоянно лишь о том, чтобы тебя привести в Тибет, чтобы учения Будды могли распространиться там. Поэтому сделай то, о чем я тебя прошу. Благослови меня, чтобы мы наверняка встретились в моей будущей жизни.’ Племянник, забудь меня и думай об учениях Будды!”

Племянник был совсем без сил, и голос грозил отказать ему. И всё же для Чанчуба Ё стало совершенно ясно, что его дядя имел мужество думать лишь о живых существах в Тибете, об учениях Будды и об Атише. Итак, он заставил себя покинуть своего дядю. Его мужество окрепло, и он действовал в точности так, как пожелал его дядя.

В Тибете было много людей, которые распространяли разные примитивные духовные практики, подавая их как Тантру. Среди них были Ачарья Красный Сюртук, пользовавшийся дурной славой пандита Синий Сюртук, восемнадцать разбойничавших монахов из Арцо и др. Король Чанчуб Ё хотел подавить этих людей мирным способом, и попросил Три Драгоценности дать совет, кто из его подданых подходит, чтобы пригласить Атишу. Все гадания на костях и астрологические вычисления указывали на переводчика Нагтсо. Нагтсо, который в то время пребывал в золотом храме в Гунтанге, был призван королем в Нгари. Король, боявшийся, что переводчик не захочет ехать в Индию, заставил Нагтсо сесть на трон короля, дал ему подарки и произнес: “Ты должен умолять Атишу и сказать ему: ‘Ты прославляем благодаря твоей учености, нравственному поведению и доброте твоего сердца. Мои предки - и короли, и государственные министры прошлого - распространяли здесь учения Будды. Они стали к всеобщему благу процветать и распространяться. Теперь учения Будды пребывают в жалком состоянии, потому что раса демонов утвердила свое господство. Пандита прошлого были бы очень опечалены, если бы могли это видеть. Мой дядя и я посылали много золота в Индию, но лишь потеряли состояние и людей; нам не удавалось привезти тебя. Мы не сдались. Но великий король во время поиска золота был взят в плен злым ханом и отдал свою жизнь.

Это - помыслы и желания пребывающих в неведении тибетцев, которые живут на краю света. Это - наше состояние. Каков теперь твой вклад, великий Защитник живых существ?’

Я имею четырнадцать унций золота. Возьми их и положи их в руки Гуру. Скажи ему: ’Наш Тибет подобен городу голодных духов. Золото в нашей стране найти так же трудно, как искать вошь в шерсти. Золото, которое ты здесь видишь, это всё состояние тибетского народа. Если ты, наш Защитник, теперь всё ещё не приедешь в Тибет, что тогда с твоим состраданием? В этом случае мы будем делать лишь то, что делает возможной приятную жизнь.’ Нагтсо, держатель Виная, расскажи лично Атише нашу историю. Даже если он вообще не хочет приехать, он должен всё это знать.”

Король так сильно плакал, что слезы образовали лужицу на полу и на столе перед ним. Переводчик Нагтсо, которого также звали Цультрим Гьялва, прежде ещё никогда не путешествовал и не имел никакого интереса к тому, чтобы отправиться в дальние места. Однако ему не удалось сказать об этом. Существует поговорка: “Тот, кто видит плачущее лицо, сам начнет плакать.” Нагтсо никогда не встречался с Еше Ё, но он слишком хорошо знал лишь то, что король сказал правду. Он слышал также о том, что дядя пожертвовал многим из своего состояния, и что оба, дядя и племянник, отказались от собственного благополучия ради счастья Тибета. Король, столь великий человек, глубоко растрогал Нагтсо. У него не было слов, тело его охватил трепет, и слезы бежали по лицу. Он не мог смотреть на короля. Король попросил его поставить на карту свою жизнь и свое здоровье, но Нагтсо не чувствовал никакой привязанности к радостям этой жизни и пообещал пойти.

Он получил от короля четырнадцать сотен унций золота и отправился с шестью сопровождавшими в путь до Индии. Король провожал его на протяжении длинного отрезка пути. “Монах, ты сделаешь это от моего имени, - сказал король. - Ты рискуешь своей жизнью и здоровьем, отправляйся теперь в дорогу с решимостью и выдержкой в места, где тебя ожидают большие трудности. Когда ты вернешься, я отблагодарю тебя за твою доброту.” После того как переводчик Нагтсо уже прошел некоторое время, король ещё раз позвал его к себе и сказал: “Произноси молитвы к Великому Сострадательнозрящему (Авалокитешвара), пока ты в пути.”

Когда переводчик Нагтсо и его группа достигли королевства Непал, они встретили одного высокорослого человека, который сказал: “Ты на пути в очень отдаленное место и выполняешь великую задачу. Ты справишься со своим заданием, если в дороге будешь начитывать следующие слова: ‘Хвала Трем Драгоценностям! Да сможет священная Дхарма, источник Будд трех времен, распространиться в Стране Снегов!’ Декламируй это громко, в то время, как идешь, тогда твоя поездка будет протекать без помех.” На вопрос, кто он, человек отвечал: “Вы это скоро поймете.” Это была встреча с эманацией Дромтонпы (который должен был вскоре стать главным учеником Атиши); благодаря этой встрече были устранены многие препятствия для Нагтсо и его отряда.

Наконец, они прибыли к воротам Викрамашилы. Над воротами находился парапет, и Гьятсон Сенге -он ведь понимал по-тибетски - обратился оттуда к ним: “Тибетские господа, откуда вы идете?”

“Мы идем из верхнего Нгари”, - отвечали они.

Оставьте ваш багаж у привратников. Выспитесь сегодня ночью в каком-нибудь общежитии. Ворота открываются вскоре после первых признаков второго рассвета.”

Юный страж ворот принял их золото на хранение и спрятал его во внутренней комнате дома. “Верьте мне, как верили бы своему лучшему другу, - сказал он. - Не беспокойтесь ни о чем, спите хорошо.” Они подумали, что маленький ребенок, сказавший нечто подобное, не может быть обычным человеком и были спокойны.

На следующее утро, как только ворота открылись, появился маленький мальчик. Он носил остроконечную шляпу и двухслойную шерстяную одежду тибетских кочевников, в руке держал маленькую деревянную чашу для сбора подаяний. “Откуда вы идете, тибетцы?”, - спросил ребенок. “Хорошо ли вы перенесли путешествие?”

Группа Нагтсо была очень воодушевлена встречей с кем-то говорящим на языке кочевников. “Мы идем из верхнего Нгари”, - сказали они. “Наше путешествие было не очень утомительным, Что привело тебя сюда? Куда ты идешь?”

“Я тоже тибетец, - отвечал мальчик. - Мы идем в Тибет. Мы, тибетцы, очень болтливы и наивны. Мы не знаем, как хранить что-то в тайне. Важные вещи должны делаться в секрете. Гьятсон Сенге живет в тибетском общежитии. Там вы его найдете.” И с этими словами он исчез.

Они пошли по длинному переулку и наконец встретили старого аскета с посохом из бамбука. “Откуда вы идете? - спросил он. - Что за важные дела у вас тут есть?”

“Мы идем из верхнего Нгари”, - отвечали они, “и мы пришли пригласить прославленного Атишу. Где дом Гьятсона Сенге?”

Старый аскет прислонился к своему посоху и закатил глаза. “Тибетский ребенок, которого вы встретили сегодня утром, был прав. Тибетцы не могут держать язык за зубами! Они рассказывают свою секреты даже каким-то людям, слоняющимся в переулке! Как вы хотите таким образом что-нибудь осуществить! Это хорошо, что вы это мне рассказали. Я покажу вам дом Гьятсона Сенге.”

Старый человек шел медленно, и всё же Нагтсо не мог идти с ним нога в ногу. Наконец, Нагтсо встретил его снова на пороге квартиры тибетцев.

“В важных делах нужно начинать медленно”, - сказал старец. “Спеши через некоторое время. То, чего вы хотите, находится вдали, - так, словно вам нужно шаг за шагом взобраться на гору. Это его дом.”

Нагтсо вошел внутрь и поднес Гьятсону Сенге, переводчику, немного золота в качестве даяния. Гьятсон спросил: “Откуда ты идешь?”

Он рассказал свою историю во всех подробностях.

“Кажется, когда-то ты был моим учеником”, - сказал Гьятсон, - хотя я тебя не тотчас же узнал. Не рассказывай никому, что вы прибыли, чтобы пригласить Атишу. Говорите, что будете здесь учиться. Здесь есть главный (монах) по имени Ратнакарашанти. Он имеет очень большое влияние и является Мастером Атиши. У него не должно возникнуть никакого подозрения в отношении вашего намерения. Мы сделаем ему теперь подношение одной унцией золота. Говорите: ‘Мы были не в состоянии пригласить пандита.’ Не торопитесь слишком и не беспокойтесь. Когда наступит подходящее время, мы найдем пути для приглашения Атиши.”

Нагтсо и Гьятсон Сенге пошли к главному по имени Ратнакарашанти и преподнесли ему в подарок унцию золота. Нагтсо поговорил с ним некоторое время и рассказал при этом историю, о которой они с Гьятсоном договорились (прибыли на учебу).

Ратнакарашанти был обрадован: “Это чудесно! Никакой другой пандита не может укротить живых существ. Это не преувеличение. Правда, учения Будды происходят из Индии, но без Атиши заслуга чувствующих существ здесь стала бы убывать.” Он говорил также ещё о многих других вещах.

Долгое время тибетцы имели трудности в организации встречи с Атишей. Тогда эманации Авалокитешвары позаботились о возможности приглашения Атиши в Тибет. В один из дней поблизости не оказалось никаких других пандита или королей, у которых могло бы зародиться подозрение. Гьятсон Сенге попросил Нагтсо пойти вместе и провел его в комнату Атиши. Они сделали ему подношение мировой мандалы - высотой в локоть - большим куском золота, который был окружен маленькими золотыми кусками.

Переводчик Гьятсон Сенге взял слово. Он рассказал, что был тибетский король-Бодхисаттва, и о том, как была распространена Дхарма под покровительством трех дхармарадж (Сонгцен Гампо, Трисон Децен и Ральпа Чан). Он поведал, как король Ландарма преследовал учения, и как тем не менее великий Лама Гомпа Рабсел устроил, чтобы сохранить сообщество Сангхи и даже ещё умножить её численность. Он рассказал также о жертве, которую сделал дядя короля, чтобы привезти Атишу в Тибет. Он передал послание Чанчуба Ё и описал господствующие в Тибете видоизмененные Дхармы.

“Король-Бодхисаттва Тибета”, - сказал Сенге Гьятсон, “послал этого человека сюда, чтобы пригласить тебя, высокочтимый Защитник существ. Не обнадеживай нас обещанием пойти в Тибет в следующем году. Позволь своему состраданию к Тибету тронуть тебя!”

“Король Тибета является Бодхисаттвой”, сказал Атиша, “три дхармараджи были эманациями Бодхисаттв. Гомпа Рабсел был эманацией Бодхисаттвы, иначе как он смог бы снова раздуть пламя учений. Тибетские короли были Бодхисаттвами. Было бы неправильно игнорировать приказание Бодхисаттвы. Я чувствую стыд, когда думаю об этом короле, который принес такую великую жертву. Мне жаль вас, тибетцев, однако я ответственен за многие ключи (к храмам монастыря) и кроме того, уже совсем стар. Я должен исполнять много обязанностей. Кроме того, я не могу надеяться вернуться назад из Тибета. Я основательно взвешу это, оставьте пока свое золото.” С этими словами он их отослал.

Атиша проверил, будет ли польза для учений Будды, если поехать из любви к своим потенциальным тибетским ученикам в Тибет. Он проверил также, проистекают ли из этого препятствия для его собственного жизненного срока. Авалокитешвара, Тара и другие божества сделали пророчество, что было бы очень полезно для чувствующих существ и для учений, если бы он отправился; правда, его жизнь из-за этого сократилась бы. На вопрос Атиши, на сколько лет она стала бы короче, они объяснили, что естественным образом он мог бы прожить девяносто один год, но если пойдет в Тибет, то проживет лишь семьдесят три; следовательно, его жизнь сокращалась почти на двадцать лет. Но Атиша думал о всей пользе, которая получилась бы от его пребывания в Тибете, - и если это должно иметь последствием более короткую жизнь, то да будет это именно так. Он видел такой глубокий смысл в своей миссии, что его ни в малейшей степени не заботила его собственная жизнь.

Однако Атиша не захотел немедленно отправляться в Тибет, так как опасался, что индийская Сангха и её сподвижники попытаются его остановить, заботясь о том, чтобы Дхарма не пришла в упадок в Индии, на его собственной родине. Чтобы этого не произошло, Атиша действовал умело: вместо того, чтобы сказать, что хочет отправиться в Тибет, он распространил слух, будто планирует долгое путешествие, чтобы сделать подношения в Бодхгайе и других знаменитых местах паломников. Таким образом он некоторое время ездил туда-сюда. Дромтонпа, дхармараджа, манифестировал себя в форме торговца. Не вызывая у кого-либо подозрений, они могли таким образом забрать в Тибет много священных статуй Арья Манджуваджры (форма Гухьясамаджи) и так далее - символы Тела Будды - а также много текстов - символы Речи Пробужденного. Атиша попросил главу Сангхи формально о разрешении совершить также путешествие в Непал и Тибет, чтобы посетить там многие необычные ступы и места паломников. Он дал обещание оставаться там лишь до тех пор, пока всё не посмотрит. Глава Сангхи, которому бросились в глаза большой интерес Атиши к этой поездке и решительность тибетцев, разрешил ему поехать туда ненадолго. Нагтсо, переводчик, должен был пообещать, что привезет его обратно не позднее, чем через три года.

Так Атиша и его ученики отправились в Непал. Тибетский король прибыл им навстречу с тремя сотнями всадников и приветствовал их с щедрыми дарами. Рассказывают, как присутствующие проникались верой и внутренним миром, стоило им только увидеть Атишу.

После этого Пабонгка Дордже Чанг рассказал во всех подробностях о встрече, состоявшейся между Атишей и великим переводчиком Ринчен Сангпо.

Потом король Чангчуб Ё держал речь перед Атишей. Он рассказал, как три дхармараджи в прошлом прошли через бесчисленные трудности, чтобы распространить учения Будды в северной Стране Снегов. После их преследования со стороны Ландармы собственные предки Чангчуба Ё, дхармараджи Нгари, вновь легализовали учения Будды в Тибете, сделав ставкой свои жизни. Но некоторые люди обратились к Тантре и отказались от учений Виная. Другие присягнули на верность Виная и игнорировали Тантру. Сутру и Тантру считали противоположностями, как горячее и холодное. Люди выполняли их собственные курьёзные практики, и среди длинноволосых практиков старых тантр появилось много людей в специальных красных и синих одеждах ачарьи, стремящихся достигнуть Освобождения посредством половых сношений. Учения пришли в такой упадок, что сравнялись с бессмысленной болтовней. Когда он рассказывал это со всеми подробностями, то его глаза наполнились слезами.

“Сострадательнейший Атиша”, сказал он, “твои нецивилизованные тибетские ученики не нуждаются в глубочайшей и чудеснейшей Дхарме. Я прошу тебя дать учение о законе причины и следствия. Да возрадуется Защитник существ, побуждаемый своим состраданием, преподать бесспорную Дхарму, которая проста для практики, которую ты сам практикуешь, которая включает весь Путь, которая полезна для тибетской нации и охватывает все тексты Победителя - сутры, тантры и комментарии.

Кроме того, король поставил ряд вопросов о духовном пути, как например: нужно ли обладать обетами Пратимокши (об индивидуальном Освобождении), чтобы быть кандидатом для получения обетов действенной Бодхичитты? Можно ли пробудиться к Просветлению, не соединяя Метод и Мудрость? Разрешается ли слушать лекцию о Тантре, не имея посвящения?

Разрешается ли ученику, давшему обет целибата, предоставлять Посвящение Мудрости в его конкретной форме (в которой ученику или ученице дается реальная супруга или супруг)? Разрешается ли упражняться в практиках тайного Пути Тантры, не получив заранее Посвящения Ваджрного Мастера?

В высшей степени обрадованный этими просьбами, Атиша сочинил *Светильник на Пути к Просветлению'*. На трех лишь страницах он объяснил в этом тексте все мыслимое благо Сутры и Тантры. Он начинается стихом:

Поклоняюсь всем святым Победителям
Трех времен,
Их Дхарме и Сангхе.
По просьбе моего благородного ученика Чангчуба Ё
Я зажигаю
Светильник на Пути к Просветлению

Атиша назвал Чангчуба Ё "моим благородным учеником" не потому, что он получил от него много подношений, а из-за вида и способа, которыми Чангчуб Ё вопрошал о Дхарме. Мой собственный драгоценный Гуру сказал мне: "Атиша совершенно не обрадовался бы, если бы король попросил его о высоких полномочиях (посвящения в высшие тантры) или о посвящениях в классы низших тантр."

'Светильник на Пути к Просветлению' содержит ответы на вопросы Чангчуба Ё. Уже вскоре после его появления исчезли вульгарные и курьезные учения.

В последующие годы Атиша распространил Учение в области Нгари. Когда три года почти истекли, переводчик Нагтсо - он ведь давал обещание - стал настаивать: "Мы должны теперь возвращаться в Индию."

Атиша - по видимости согласный с этим - пошел с ним в Пуренг. Но Тара ещё до этого много раз говорила: "Было бы очень полезно для учений, если бы ты принял в качестве ученика великого *упасика* (практикующий мирянин) из Тибета. Лишь на днях она сказала ему: "Упасика скоро будет здесь." Поэтому Атиша каждый день его высматривал.

"Мой упасика не пришел", сказал он, "могло ли быть так, чтобы Тара сказала неправду?"

Однажды, когда Атиша как раз находился у одного своего спонсора, пришел Дромтонпа. Когда он вошел в дом Атиши, ему было сказано, что Атиша находится в доме спонсора, но, вероятно, скоро вернется. "Я не могу ждать ни мгновения", - сказал Дром Ринпоче, - "я не могу сидеть здесь без дела, всё ещё не встретившись с моим махаянским Учителем . Я разыщу его там, где он теперь находится." Так он ушел оттуда и в переулке встретил Атишу. После того как Дром Ринпоче сделал всем телом простирания перед Атишей, он подошел к Атише. Тот возложил свои руки на голову Дрома и произнес много стихов благословения на санскрите.

Атиша до этого сказал спонсору: "Часть моей сегодняшней еды нужна для моего способствующего счастью упасики". Это блюдо, испеченные в кипящем масле шарики из ячменного теста, Атиша, который был строгим вегатрианцем, поднес теперь Дрому. Тот съел ячменное тесто, но оставил масло, чтобы наполнить им большой масляный светильник, который должен был гореть всю ночь у изголовья Атиши. Отныне каждый день он взялся делать подношение масляного светильника рядом с кроватью своего Учителя и делал это до тех пор, пока был жив Атиша. Той же ночью Атиша предоставил Дрому Ринпоче одно из высших посвящений и принял его в качестве своего духовного сына.

Из Пуренга они оба отправились в направлении Кьиронга в область Мангьюл, с намерением пересечь Непал по пути в Индию. Однако они нашли дорогу прегражденной, потому что разразилась война. Поскольку они не могли ехать дальше, то Дром настоял, что Атише нужно вернуться в Тибет, в то время как Нагтсо умолял его ехать вместе с ним в Индию. Переводчик был очень расстроен тем, что поездка прервалась.

Атиша сказал ему: "Не беспокойся ни о чем. Не твоя вина, что ты не можешь выполнить свое обещание."

Это радостно настроило переводчика. “Очень хорошо”, - сказал он, - “нам можно вернуться в Тибет.”

Так Атиша решился вновь поехать в Тибет. Заграждения на улицах воспрепятствовали его возвращению - выражение коллективной благой кармы Тибета.

Они послали следующее сообщение в Индию: “Атиша не может ехать через Непал, как этого пожелал глава Сангхи, так как на дорогах идут сражения. Поэтому мы должны на некоторое время вернуться в Тибет. Атиша поедет в Индию, когда минуют трудности. Не могли бы вы разрешить Атише оставаться в Тибете до тех пор, пока он желает? Его пребывание здесь является, очевидным образом, очень полезным для чувствующих существ. Если он останется здесь, то сочинит ещё другие труды, подобные прилагаемому трактату.” Они послали написанную собственноручно Атишей копию *‘Светильника на Пути к Просветлению’*, вместе с большим количеством золота.

В то время Индия не была такой, как наш сегодняшний Тибет. Новые книги, которые были написаны в определенном году, проходили презентацию на собрании пандита. Каждую страницу передавали от одного эксперта к другому и проверяли. Книги, которые были свободны от ошибок в содержании и грамматике, передавались королю, и авторы награждались. Эти произведения получали разрешение на публикацию.

Сочинение великого Атиши не нуждалось ни в какой такой проверке, однако оно всё же было представлено ряду экспертов-пандита. Они были глубочайше впечатлены тем, что этот труд, размером всего в три страницы, содержал вкратце все темы Сутры и Тантры, и что с его помощью можно было начинать понимать все тексты как указания, предназначенные персонально для себя. Воодушевленные, они заявили единогласно:

“Поездка Атиши в Тибет была в высшей степени полезна не только для Тибета, она принесла также и нам большую выгоду. Если бы Атиша оставался в Индии, он бы никогда не сочинил такой трактат, потому что мы, жители Индии, являемся более мудрыми и упорными, чем тибетцы. Так как он узнал, что у тибетцев не очень острый ум, и они не прилагают много усилий, то сочинил этот трактат, экономный на слова, но очень богатый по смыслу.

После того как глава Сангхи, Ратнакарашанти, услышал так много похвал о тибетском путешествии Атиши, он послал следующий ответ: “Так как пандита так сильно восхваляют Атишу, так как он сам желает этого, и так как это послужит благу людей, я разрешаю Атише остаться в Тибете. В качестве заменителя твоего присутствия среди нас я прошу тебя написать комментарий к *‘Светильнику на Пути к Просветлению’* и послать нам.” *(Кьябдже Пабонгка Ринпоче заметил: “Произведение, которое содержится в современном издании переведенного комментария и которое считается самим Атишей сочиненным комментарием к ‚Светильнику на Пути к Просветлению’, должно содержать несколько искаженных пассажей.”)*

Получив это письмо, исполненный радости Нагтсо воскликнул: “Тяжепейший груз, возложенный на меня главой Сангхи, сегодня с меня сняли.”

Между тем Дром Ринпоче написал уважаемым персонам в центральный Тибет и передал им: “Я очень постарался для того, чтобы привезти Атишу в центральный Тибет. Пожалуйста, тотчас же отправляйтесь в путь, чтобы приветствовать его с прибытием, как только вы получите мое следующее письмо.” Позже он написал: “Вы, Учителя из центрального Тибета, Кава Шакья Вангчук и так далее, пожалуйста, немедленно приезжайте, чтобы приветствовать Атишу.” Тем самым Дром выставил того Каву в качестве самого важного Учителя Тибета.

В то время как группа Учителей под руководством Кавы готовилась к церемонии приветствия, Учитель Кутонпа пожаловался на то, что его имя не было упомянуто в письме. Когда ему объяснили, ты являешься одним из ‘и так далее’, он возразил: “Я не тот, кто заслуживает того, чтобы с ним просто как с ‘и так далее’ обращались” и попытался встать во главе процессии. Так получилось, что поднялась большая суматоха.

В те времена высокопоставленные тибетские Ламы носили шляпы с широкими полями, парчовые плащи и так далее. Атиша, издалека завидев их приближение, заметил: “Армия тибетских демонов идет к нам”, закрыл голову своей накидкой, чтобы защититься. Однако после того как депутация спешилась и показались три одежды монахов, он обрадовался и ответил на их приветствие.

Когда Атиша, наконец, прибыл в центральный Тибет, он сделал многое для вращения Колеса Учения. Как оказалось вскоре, он сделал много хорошего для Учения и для людей. Три года он провел в верхнем Нгари, девять лет - в Ньетанге и пять лет - в различных местах центрального Тибета и Цанга. Некоторые произведения, как например, *'История Кадампы'*, исходят из того, что он оставался лишь тринадцать лет в Тибете. Мы исходим из того, что семнадцать лет, и опираемся при этом на высказывание великого Цонкапы, в котором он утверждает:

> Нагтсо служил Атише в течение двух лет в Индии и семнадцать лет в Тибете.
> В общей сложности он сопровождал Атишу в течение девятнадцати лет.

Самым выдающимся среди учений Атиши и важнейшим результатом всех трудов, предпринятых ради его приглашения в Тибет, является *'Светильник на Пути к Просветлению'*. Тибетское путешествие Атиши было предсказано Тарой, а одним из его Гуру по имени Налакришна было сделано прорицание:

> Если ты отправишься в Тибет, то дети будут прославленнее отца,
> Внуки - ещё знаменитее, чем дети, правнуки - прославленнее, чем внуки,
> И праправнуки - с ещё большей славой, чем правнуки. После этого
> Чистые передачи будут ослаблены.

"Отцом" был сам Атиша; "детьми" были Дромтонпа, Лекден Шераб и другие; "внуками" были Три Брата Кадампа (Потова, Пучунгва, Чен Нгава). Под "правнуками" имеются в виду прежде всего Лангри Тангпа и Геше Шарава и т.д., а "праправнуками" были Сангье Бонтон, Сангье Гомпа и другие мастера этого поколения. Они были "прославленнее"- это означает, что Учение распространялось ещё шире в каждом следующем поколении. Так великий Атиша возродил учения тем, что опять восстановил утраченные традиции, а те, что оставались сохраненными в определенной мере, развил далее, а те, что были искажены ложными воззрениями, исправил.

Однако позднее были последователи, которые не удовлетворялись только учениями Ламрим и смешивали их с различными тантрами и низшими посвящениями, что в определенной степени приводило к их фальсификации.

Традиция наставлений об этапах Пути к Просветлению была передана Дрому. Тот спросил Атишу: "Почему другим ты передаешь наставления в Тантре, но мне одному только наставления в Ламриме?" Атиша отвечал: "Я не нашел никого, кроме тебя, кому я мог бы их доверить."

В то время как Дром получал учения Ламрим в индивидуальной форме, он сам давал их дальше публично группам учеников. Отсюда возникли три отдельно друг от друга существовавшие линии передачи. Классическая традиция Кадампа началась с Потовы и была продолжена Шаравой. Они преподавали учение Ламрим на базе классических философских трактатов буддизма. Та кадампинская традиция Ламрим, которая началась с Гомбавы и была продолжена через Нёйцурпу, преподавала этапы Пути в несколько сокращенной версии и выстраивала отдельные шаги в их естественной последовательности. Кадампинская традиция устных наставлений началась с Геше Чен Нгавы и была продолжена Цхёну Ё. Она основывалась на наставлениях Гуру о таких учениях, как например, Сущность Двенадцатичленного Зависимого Возникновения.

Эти учения всё ещё существуют, хотя бы и не под лидерством приведенных здесь имен. Согласно традиционному толкованию, восходящему к Нгавангу Норбу, держателю трона Ганден, тот, кто испытывает тягу к академическим штудиям, должен изучать Ламрим на основе пяти трактатов буддийской философии[22]. Это классическая традиция. Другие люди, те, кто не может посвятить себя столь обширным занятиям, но всё же располагают замечательными интеллектуальными способностями и усердием, должны изучать *'Большое изложение Этапов Пути к Просветлению'* и '*Среднее изложение Этапов Пути'* Цонкапы и размышлять. Это -

[22] Пять трактатов: Срединный Путь (*мадхьямака)*, Правильное Восприятие (*прамана*), Метафизика (*абхидхарма*), Совершенство Мудрости (*праджняпарамита*) и Этика (*Виная*).

кадампинская традиция Ламрим. Тот, кто не в состоянии делать и это, может, тем не менее, практиковать существенные положения Пути Ламрим на основе сокращенных наставлений, как например, *'Простейший Путь'* или *'Быстрый Путь'*. Это - кадампинская традиция устных наставлений. Мой собственный драгоценный Гуру, моё возвышенное Прибежище, дал мне это традиционное толкование.

Как уже упоминалось, великий Цонкапа объединил эти три линии передачи в одну-единственную, сочинив три основополагающих произведения о Ламриме: большое, среднее и краткое изложение. Манджушри был постоянно в прямом котакте с Дже Ринпоче, сравнимом с отношением Учитель-Ученик. Как упоминается в его биографии, благодаря этому Цонкапа получил бесчисленные глубинные учения о Сутре и Тантре. Поэтому можно скаать, что Дже Ринпоче услышал учения Ламрим от самого Манджушри; однако он всегда подчеркивал "широкую линию передачи", которая восходит к подлинному источнику Дхармы, а именно, к нашему Учителю Будде Шакьямуни. Он никогда не говорил о том, что его учения восходят к наставлениям, полученным в видениях, и что поэтому имеется "краткая линия передачи" или что-то подобное. Это примечательно.

Когда Дже Цонкапа почти полностью написал *'Большое изложение Этапов Пути к Просветлению'* и не хватало ещё только последнего раздела об Особом Постижении, Манджушри пошутил: "Содержит ли текст что-то, чего я уже не преподал в *'Трех Принципах Пути'*?"

Цонкапа отвечал: "Я написал этот труд, рассматривая *'Три Принципа Пути'* как его внутреннюю сущность, а *'Светильник на Пути к Просветлению'* - как базисный текст. И в дополнение к этому я привлек многие другие наставления мастеров Кадампа." Цонкапа не собирался писать главу об Особом Постижении, так как полагал, что это не принесет существам никакой значительной пользы. Однако Манджушри сказал: "Напиши главу об Особом Постижении, ибо это в определенной мере будет полезно для других."

Существует много чудесных и мистических вещей из жизни Цонкапы, которые, собственно говоря, должны были бы быть в этом месте подробно рассказаны; однако мы не имеем для этого достаточно времени. Но я настойчиво рекомендовал бы вам обстоятельное изучение одной из его многочисленных историй жизни.

В дополнение к совершенным поучениям Мастера Атиши учение Ламрим Дже Цонкапы содержит превосходные и глубокообоснованные наставления, посредством которых можно достигнуть состояния Просветления за одну единственную жизнь этого идущего к упадку мирового периода. Добросовестное изучение произведений Ламрим Цонкапы обнаружит перед вами много глубинных вещей, которых вы не найдете в учениях Ламрим прежних мастеров Кадампа.

После ухода Чже Ринпоче развивались многие линии передачи Ламрим; самыми знаменитыми из них являются те, которые связаны с упоминавшимися вчера восемью учениями Ламрим. Два произведения из них, *'Сущность очищенного золота'* и *'Собственные слова Манджушри'*, имеют содержанием лишь учения Сутраяны. Два других, *'Быстрый Путь'* и *'Простейший Путь'*, содержат элементы Тантры.

Теперь я хотел бы немного остановиться на том, как была заложена традиция южной линии передачи, которая основана на *'Собственных словах Манджушри'*. Речь при этом идет о сокращенной версии обоих наставлений. Пятый Далай-лама подчеркнул определенные фрагменты текста этого сочинения, чтобы благодаря этому создать укороченное наставление Ламрим. Кроме того, он добавил также некоторые другие наставления по визуализации Объектов Прибежища, Поля Заслуг, Дома Омовений и так далее. Эти указания сильно различаются с теми, которые передаются в центральнотибетской линии передачи. Далай-лама передал эту традицию Ламе Пурхогу Нгавангу Джампа Ринпоче из Эпа, а тот, в свою очередь, передал её Лосангу Кетсуну, монастырскому служащему, состоявшему при личных покоях Далай-ламы. В истории жизни Лосанга Кетсуна содержится нечто любопытное. Он был человеком с выдающимся умом и видел многие различающиеся возможности истолкования *'Собственных слов Манджушри'*, некоторые - более подробные, некоторые - менее подробные. Чтобы устранить свои сомнения, он решился обсудить это дело лично с владыкой Дхармы, Великим Пятым Далай-ламой. Во время своей аудиенции он получил всё учение в течение одного или двух часов. Далай-лама назначил его после этого настоятелем монашеской общины

Поталы. Свои поздние годы Лосанг Кетсун провел в затворническом месте Ламрим Чодинг, где он упражнялся в медитации и достиг высокого уровня реализаций.

Лосанг Кетсун передал учение Мастеру Пунцогу Гьятсо из Йерпа во время трехмесячных *наставлений, основанных на опыте* (см. Первый день). Пунцог Гьятсо, который приобрел особые познания в практике *безмятежности* и *особого постижения*, дал многим ученикам в Йерпа *наставления, основанные на опыте*. Он достиг своих особых способностей через практику телесной мандалы Херуки, и, как говорят, большинство более поздних Гуру южной линии передачи следовали его примеру.

Пунцог Гьятсо передал учение Ламе Качо Тендару из Эпа, который, в свою очередь, дальше передал настоятелю Гедуну Джамьянгу. Он сочинил собственный труд по южной линии передачи, так как опасался, что в традицию могли вкрасться некоторые ошибки, относящиеся к выделенным Далай-ламой фрагментам из *'Собственных слов Манджушри'*. Сначала этот текст существовал лишь в рукописном виде, позднее по приказанию Кьябдже Друбканга Гелега они были вырезаны на деревянном клише.

Гендун Джамьян передал учение дальше Чже Нгавангу Тутобу. Он передал опять Тэнпа Гьятсо, настоятелю колледжа Дагпо. Говорят, этот Учитель во время своей учебы должен был исполнять определенные виды низших работ и достиг постижения на Срединном Пути (правильное видение Пустоты), занимаясь рубкой дров. Тэнпа Гьятсо передал далее учения Сето Ламе Калдену. Об этом Учителе есть предание, что он не имел никакой привязанности к подношениям, которые получал, всё равно, будь то деньги, ритуальные предметы, шерстяная одежда или что-то другое. Однако он также не передаривал их дальше, а бросал их в пещеру, расположенную неподалеку. Много поколений спустя ещё можно было найти там остатки: тронутую молью шерсть, монеты и так далее. Он не раздавал эти вещи из опасения, что из-за этого мог бы стать самодовольным.

Сето Лама передал учения Чже Лосангу Чопелу, который, в свою очередь, передал их Геше Тубтену Рабгье. Этот Учитель декламировал Молитву Ламрим, прежде чем приступить к медитации, и потом оставался сидеть абсолютно недвижным. Люди думали, что он заснул, когда с целью посещения заглядывали к нему; но в действительности они становились свидетелями его однонаправленного медитативного погружения.

Геше Тубтен Рабгье передал учения Гелонгу Чангчубу Тогме, простому монаху из монастыря Бамчо, который не был ни Ламой, ни Геше и жил в затворническом месте Драгри. Он каждый день делал подношение ритуального пирога, а потом садился на лужайку перед пещерой, где с однонаправленной концентрацией медитировал над учениями Ламрим. Он развивал при этом так много любви и сострадания, что постоянно пребывал в печали. Юные пастухи, которые пасли свои стада поблизости, спрятавшись, наблюдали за ним день за днем. Они потешались над этим старым человеком, который как будто просто так, беспричинно, плакал.

Чангчуб Тогме был в то время единственным, кто ещё имел передачу наставлений южной традиции *'Устных наставлений Манджушри'*. Так как эта линия преемственности была близка к исчезновению, то Лосанг Джимпа, бывший настоятель колледжа Дагпо, который, впрочем, посвятил в монахи моего собственного драгоценного Учителя, начал искать кого-нибудь, кто мог бы передать эту традицию, но не нашел никого, кроме этого монаха. Лосанг Джимпа, правда, не думал, что этот монах может дать сколько-нибудь содержательное наставление, но опасался, что линия передачи может прерваться, если он его не попросит о наставлении.

Итак, он пришел однажды к тому монаху и сказал: "Ты теперь лишь единственная персона, являющаяся ещё держателем линии передачи наставлений южной линии передачи *'Собственных слов Манджушри'*. Какой большой потерей было бы, если бы эта линия передачи пресеклась! Не мог бы ты продекламировать для меня наставления - лишь ради продолжения линии передачи? Я мог бы тебе за это дать подробное объяснение наставлений с помощью цитат из текстов и логических доказательств."

"Как мог бы кто-нибудь вроде меня делать такое?", ответил монах, отговариваясь, что не может декламировать текст. Но когда позже он, наконец, всё же сделал это, то вставил - к великому удивлению Дже Лосанг Джинпа - много глубинных наставлений, которые были основаны на его собственном опыте.

Дже Лосанг Джинпа восхвалял позднее монаха и говорил: “Мне так стыдно, потому что я предлагал ему объяснить учения. Он - великий кадампинский геше традиции устных наставлений!” Сам Лосанг Джинпа достиг сверхобычной однонаправленной концентрации Покойного Пребывания (*Безмятежности*) и Особого Постижения через практику телесной мандалы Херуки. Он жил в монастыре Бангрим Чоде в нижнем Дагпо. Младший брат, Чже Келсанг Тензин, который жил в затворническом приюте Хладинг в верхнем Дагпо, часто просил его прийти к нему в гости. Дже Лосанг Джинпа постоянно не имел возможности сходить туда, но однажды в медитации он имел видение, в котором рассмотрел весь медитационный центр - как местность, так и внутреннюю часть зданий.

Когда Келсанг Тензин как-то после этого пришел в гости, Лосанг сказал младшему брату: “Я уже осмотрел весь приют Хладинг.” Потом он описал главное здание и прилегающие дома во всех подробностях - вплоть до кустов можжевельника, росших справа и слева от домов. Наконец, он спросил: “Что это за большая белая вещь, которая свешивается с одного из балконов дома и постоянно движется?” Объект, увиденный им в медитативном погружении, был колыхавшийся на ветру занавес.

Лосанг Джинпа передал учения своему младшему брату Келсангу Тензину, который стал великим Мастером Сутры и Тантры. Когда он преподавал, от глаз этого Учителя исходили белые лучи света и заключали в круг слушавших учеников. В конце лекции световые лучи растворялись снова в его глазах. Люди видели это много раз. Рассказывают также многие другие вещи, например, что он в одном месте давал учение, в то время как одновременно его видели в другом месте на пути *горо* (круговое обхождение). Он имел видение всего Поля Заслуг *Гуру Пуджи*, и когда он умер, на верхней части его черепа было видно изображение Поля Заслуг *Гуру Пуджи*. Череп ещё сегодня находится в затворническом приюте Хладинг.

Келсанг Тензин передал учение Келсангу Кедрупу, который тоже достиг ясновидческих способностей через практику Чакрасамвары. От него учения получил мой собственный Учитель, моё Прибежище и мой Защитник.

Это было краткое обсуждение того, как передавалась южная линия передачи *‘Собственных слов Манджушри’*. Так как это важно - точно разбираться в этих вещах, я рекомендую вам читать биографии этих Мастеров.

Центральнотибетская линия передачи *‘Собственных слов Манджушри’* началась тоже с Великого Пятого Далай-ламы. Он передал её Джинпа Гьтсо, держателю трона Ганден. Наконец, передача дошла до Лосанга Лхундрупа, другого держателя трона Ганден, и от него её получил Дже Лосанг Джинпа.

Содержательные наставления к *‘Быстрому Пути’* имели следующую историю: Всеведущий Панчен-лама Лосанг Еше сочинил текст, однако никто ведь не попросил его о передаче. В старости он потерял часть своего зрения, и когда кто-нибудь просил его о важных начитываниях вслух, то ради этого соответствующие страницы текстов должны были быть разборчиво напечатаны. Великий Мастер Лосанг Намгьел жил в то время в затворническом месте Чадрел. Прочитав *‘Быстрый Путь’*, он понял, какой большой потерей было бы для потомков, если бы никто не получил линию передачи этих наставлений. Итак, он упаковал свои пожитки и пошел в Таши Лхунпо. Придя туда, он объяснил слуге Панчен-ламы, что хотел бы просить о передаче всего собрания сочинений и в особенности *‘Быстрого Пути’*.

Лосанг Намгьял был лишь обычным монахом и, кажется, желал слишком многого, если учесть плохое зрение Панчен-ламы. Слуга был вне себя и отругал Лосанг Намгьела. Не имея успеха, он пошел опять домой, Но не мог удовлетвориться ситуацией. Он повторил свою просьбу при трех различных возможностях, но слуга вообще не реагировал. Тем временем полностью отчаявшийся монах сказал:: ”Я не *тебя* прошу о наставлениях. Пожалуйста, передай мою просьбу Панчен-ламе.” Слуга был в ярости; он возмущенно сообщил Панчен-ламе о происшествии. Однако Панчен-лама очень охотно дал Лосангу Намгьелу передачу и во время его наставлений не было ни малейших проблем со зрением.

Мой собственный драгоценный Гуру много раз рассказывал мне об этом случае. Но монах Лосанг Намгьел официально не считается Гуру нашей линии передачи. Как это написано в *‘Драгоценном ожерелье для счастливцев’*, тексте подготовительных ритуальных упражнений, наша линия передачи переходит потом к Пурхогу Нгавангу Джампа (см. Шестой день).

Этим я заканчиваю свое краткое описание величия автора, хотя и не упомянул всех Лам и их учеников. При более подробном изложении я опирался бы на оба тома биографий Лам линии передачи, сочиненные наставником Далай-ламы (по имени Еше Гьялцен). По крайней мере это рекомендовал мне мой собственный драгоценный Гуру. Сейчас у меня нет времени сделать так, но в том случае, если вы когда-нибудь получите в руки экземпляр этой книги, я советую вам тут же прочитать её.

В конце каждого наставления о жизнеописании мы обязаны произносить молитвы, как, например, следующую:

Дорогой Гуру, да сможет мое тело
Стать точно таким, как Твое;
Да смогут мои последователи,
Моя жизнь и моё окружение
Стать равными Твоим;
Да сможет даже моё имя стать
Твоим возвышеным именем.

Нам нужно также радоваться чудесным делам Учителя.

Третий День

Шантидева сказал:

Теперь я обрел это драгоценное человеческое существование,
Которого так трудно достигнуть,
Но используя его, можно осуществить
Собственные цели.
Если теперь не извлечь никакой из неё пользы,

То как мне потом надеяться
Ещё раз найти столь безупречное перерождение?

Если сформулировать иначе: теперь, когда мы нашли эту драгоценную телесную форму, мы не должны стремиться лишь к поверхностным удовольствиям этой жизни. Мы не должны также полностью занимать себя тем, чтобы победить наших врагов, чтобы помогать близким для нас людям и тому подобным, потому что это вещи, которыми даже животные владеют. Если мы в оставшееся время не посвятим себя практике Дхармы - что несомненно будет иметь пользу для нас в будущей жизни, и что отличает нас от животных, - то будет крайне тяжело для нас ещё раз получить такое перерождение. По этой причине нам нужно сейчас, пока мы имеем это драгоценное тело, всерьез постараться.

Ваше благополучие в будущих жизнях зависит от вашей практики этапов Пути к Просветлению. Поэтому вам надо породить мотивацию Бодхичитты для получения этих наставлений, подумав: "Чтобы стать Буддой ради блага всех чувствующих существ, я буду слушать эти глубинные учения об этапах Пути к Просветлению и правильным образом осуществлять их в практике." Только тогда вы будете готовы воспринимать.

Какую Дхарму вы будете слушать? Это Дхарма махаяны, Дхарма, которая ведет Способствующих счастью к состоянию Будды...

Кьябжде Пабонгка Риннпоче продолжил свои вводные замечания, так, как это было сделано в два прошедших дня. Потом он назвал ещё раз прежде упоминавшиеся четыре раздела, части главного заголовка "Наставление об этапах Пути к Просветлению". В своем кратком обзоре первого из этих четырех разделов, который был темой предыдущего дня, он указал, как передавались учения внутри линии передачи, которая началась с Будды Шакьямуни, и как позже появились многие наставления, известные как "Этапы Пути" или "Этапы Учения", которые, однако, все основаны на 'Светильнике на Пути к Просветлению'. *Эта тема рассматривается во всех подробностях в биографиях Мастеров учения Ламрим.*

После этого краткого резюме он продолжил:

Сегодня я изложу второй из четырех разделов.

ВЕЛИЧИЕ ДХАРМЫ, УПОМИНАЮЩЕЕСЯ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ УСИЛИТЬ ГЛУБОКОЕ УВАЖЕНИЕ К УЧЕНИЯМ (7)

Учения Ламрим обладают четырьмя видами замечательных особенностей и тремя признаками, которые отличают их от других традиционных учений. Они являются замечательными в следующих отношениях: 1) Учения Ламрим разъясняют, что все учения Будды не противоречат друг другу; 2) Учения Ламрим показывают, что все тексты Дхармы нужно понимать как прямые указания для собственной практики; 3) Учения Ламрим делают легким понимание подлинного видения Будды и 4) Учения Ламрим делают возможным освобождение самих себя от наихудших проступков.

УЧЕНИЯ ЛАМРИМ РАЗЪЯСНЯЮТ, ЧТО ВСЕ УЧЕНИЯ БУДДЫ НЕ ПРОТИВОРЕЧАТ ДРУГ ДРУГУ (8)

Под "учениями" здесь подразумеваются тексты Будды. В комментарии, написанном Бхававивекой к *'Светочу Мудрости'*, говорится:

"Учения" здесь означают следующее: тексты Бхагавана,
Которые безошибочно открывают, что боги и люди
Знать должны, желая достигнуть нектароподобного состояния,

От чего они отказаться должны, что они породить должны,
И о чем они медитировать должны.

“Понять, что все учения свободны от взаимных противоречий”, означает, что эти учения, каждое отдельно взятое, ведут к состоянию Будды.

“учения не противоречат друг другу” означает, что они согласуются друг с другом. Тексты Махаяны и Хинаяны, учения Виная, Ваджраяна и так далее кажутся противоречащими друг другу, если их воспринимают буквально; однако все они являются либо первичными методами, посредством которых можно прийти к состоянию Будды, либо вторичными средствами для достижения этой цели. Поэтому они являются хорошо согласованными друг с другами. Обратимся к случаю, когда кто-то страдает от высокой температуры. Врач сначала порекомендует ему отказаться от потребления мяса и алкогольных напитков, и укажет на то, что нарушение этих рекомендаций может быть опасным для жизни. Хотя позже, когда опасная температура у пациента прошла, но стал усиливаться элемент ветра[23], врач посоветует пациенту употреблять мясо и алкоголь. Это предписания одного и того же врача для того же самого пациента. На первый взгляд, эти два решения кажутся противоречащими друг другу - нужно ведь в какой-то момент есть мясо и употреблять алкоголь и воздерживаться от этого в какой-то момент, - на самом деле противоречия тут нет.

Обе рекомендации по лечению являются абсолютно необходимыми и логичными в целях восстановления здоровья этого пациента.

Сходным образом вы, может быть, считаете, что тексты Махаяны и Хинаяны, Виная, Ваджраяны и так далее подходят для различных категорий учеников, и что поэтому для одной персоны нет необходимости практиковать их все, чтобы достигнуть состояния Будды. Это также не соответствует положению вещей. Будда объяснил одной персоне упражнения, которые ведут к Просветлению. Когда эта персона находилась на этапах существ с малыми и средними способностями, Будда объяснял хинаянскую Корзину Учения и призывал её сначала медитировать о таких темах, как *непостоянство* и *страдание*. После того как она превзошла эти ступени и стала существом с высшими способностями, Будда объяснил махаянскую Корзину Учения. Та же персона получала теперь объяснения о Просветленном Сознании, Шести Парамитах и т.д. Ещё позже, когда эта же самая персона развилась в подходящий сосуд для получения учений Мантры, Будда объяснил Ваджраяну: обе Стадии (Аннутарайога-Тантра) и другие упражнения Ваджраяны (с супругом или супругой). Но все эти упражнения подходят для существ вроде нас с вами, если мы хотим достичь Просветления. Все тексты содержат упражнения, которые являются либо первичными, либо вторичными элементами Пути; ничто из этого не является излишним для того, кто хочет достигнуть состояния Будды.

Для Бодхисаттв это главное желание - действовать ради блага всех чувствующих существ. Поэтому они должны показывать трем классам существ (Шраваки, Пратьекабудды и Бодхисаттвы), смотря по обстоятельствам, их особый Путь к Освобождению. Однако чтобы быть в состоянии это делать, они должны сами эти Пути знать. В *‘Комментарии о достоверных вещах’* Дхармакирти говорится: “Средства, которые ведут к этим целям, являются сокрытыми; это очень трудно для нас - объяснить их.”Бодхисаттвы должны были в своем сознании реализовать знание этих Путей; это необходимо, чтобы действовать для существ. В одной сутре говорится:

О, Субхути, Бодхисаттвы должны понимать все Пути и осуществлять:
Путь Шраваков, Путь Пратьекабудд и Путь Бодхисаттв.

В одном стихе из *‘Украшения для осуществления’* Майтрейи говорится: “Кто желал бы действовать ради блага существ, тот поможет миру тем, что он или она знает Пути.”

Кроме того, цель - состояние Будды - это состояние, в котором преодолены все ошибки и достигнуты все благие свойства. Путь Махаяны, на котором достигается эта цель, должен,

[23] Согласно тибетской медицине, три фактора являются решающими для телесного состояния живого существа: ветер, желчь и слизь. Когда эти факторы находятся в равновесии, то организм здоров. С другой стороны, малейшее нарушение равновесия ведет к болезни (см. Десятый день).

следовательно, делать возможным искоренение всех ошибок одной персоны и развитие всех её благих качеств. Так как не существует никакого текста, который не помогал бы устранить какие-то виды ошибок или развить какие-то виды благих качеств, то все тексты всключены в Махаяну.

Теперь обсудим вопрос о непротиворечивости учений ещё поточнее. Речь идет при этом о двух вещах: во-первых, о познании того, что переданные учения, т.е. способ изложения содержания, свободны от противоречий; во-вторых, о познании того, что познаные учения, само содержание, свободны от противоречий.

Тексты, а именно Три Корзины Учения, Четыре Класса Тантр и так далее, вместе с их комментариями, как я уже говорил, описывают взвешенную практику, которая одну персону ведет к Просветлению. Поэтому все переданные учения свободны от противоречий относительно этой цели. Содержание этих учений может быть систематизировано в виде разных Путей для существ с тремя видами способностей. Путь для существ с малыми способностями содержит методы, посредством которых достигается перерождение в одном из высших состояний, а именно, в качестве человека или бога. Истинными причинами для такого перерождения являются упражнение в нравственности, сознательный отказ от десяти неблаготворных действий и т.п.

Путь для существ со средними способностями содержит упражнения, посредством которых достигается конечное благо, Освобождение; упражнения, ведущие к преодолению первых двух из Четырех Благородных Истин и к достижению двух последних из них; а также Три Высших Тренинга.

Путь для существ с высшими способностями охватывает упражнения, посредством которых достигается абсолютная цель, Всеведение, - упражнения по развитию Просветленного Сознания, практики Шести Парамит и так далее. Материал всех этих текстов образует тем самым взвешенную (распределенную по этапам) практику, которая ведет к Просветлению одну персону, и он должен познаваться как полностью свободный от противоречий.

Дромтонпа, один из царей Дхармы, сказал: “Мой Лама знал, каким образом следует видеть все эти учения как Путь с четырьмя углами.” Значение этого высказывания, которое передано здесь буквально, позже интерпретировалось различными Учителями по-разному.

“Четыре угла” в данном случае относятся к трем Путям для различных типов личностей и к Пути Мантры в качестве четвертого Пути. Или: куб (при гадании) показывает постоянно плоскость с четырьмя углами - всё равно, как бы его ни бросали. Параллелью этому служит то, что каждая медитативная тема содержит элементы всего Пути.

Можно принять эту интерпретацию, однако мой уважаемый Гуру объяснял этот фрагмент следующим образом:

Если схватиться за один угол четырехугольного коврика,
То в движение придет весь коврик. Подобным же образом
Приводят в движение все тексты и их комментарии,
Тем что их концентрируют в практике
И принимают как целое, чтобы достичь состояния Будды.

Это очень важная интерпретация.

УЧЕНИЯ ЛАМРИМ ПОКАЗЫВАЮТ, ЧТО ВСЕ ТЕКСТЫ СЛЕДУЕТ ПОНИМАТЬ КАК УКАЗАНИЯ ДЛЯ СОБСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ (9)

Кто не знает эту систему этапов Пути к Просветлению, тот не понимает, что все тексты являются персональными указаниями. Но тексты Победителя вместе с великими классическими комментариями являются превосходнейшими инструкциями. На этом свете не было никогда лучшего Учителя, чем Будда Шакьямуни, Бхагаван, трансцендентный, совершенно реализованный разрушитель всех иллюзий. Его тексты содержат лучшие указания. В *‘Уттаратантре’* Майтрейи говорится:

Кто в этом мире

Превосходит Будду!
Своим Всеведением он познает
высшую реальность
И все вещи, которые другие не познают.
Поэтому не подделывайте ничего,
Что заложено в сутрах самим Пробужденным,
Поскольку это разрушило бы систему Шакьямуни;
Чистая Дхарма пришла бы в упадок.

Никто не рассматривает ныне тексты Победителя, *'Перевод Слова Будды' (Кангьюр)*, как нечто, подлежащее претворению в практике, тексты ещё декламируют лишь во время ритуалов. Правда, люди изучают классические тексты обоих первопроходцев (Нагарджуна и Асанга), комментарии к этим текстам, но лишь затем, чтобы можно было цитировать фрагменты текстов в дебатах. Даже образованнейшие ученые не знают, как они должны претворять те сочинения в практику, хотя они всю жизнь изучали их и размышляли над ними. Они пытаются, возможно, для тех, кто просит об этом, стать их Мастером, наставником по медитации, однако, собственно говоря, ничего не знают об этом. Или они занимаются с *садханами*, с их помощью они призывают медитативных божеств и учатся узнавать собственный ум, и ведут себя так, как будто они медитируют об этих вещах. По этому поводу великий Цонкапа сказал:

Они много учились, но являются бедными в Дхарме;
Вина их в том, что тексты они не понимают
Как непосредственные указания.

Это очень вредно - воспринимать тексты не как прямые указания для самого себя. В нашем монастыре когда-то был, к примеру, один геше, который посетил свою родину Кхам. Там он попросил нигмапинского Ламу дать ему практическое объяснение и потом начал медитировать над скудными наставлениями, которые получил от него. Проживавшие в этой местности люди сделали из этого ложный вывод, что гелугпинская традиция Дхармы годится лишь для дебатов, а не для практики. Следствием этого стало игнорирование учений Гелугпы. Этот геше послужил, по моему мнению, плохим примером; так что это очень печально.

Учения, смысл которых мы постигли через учебу и созерцание, являются теми учениями, которые мы должны реализовать в практике. И точно так же верно обратное: мы должны прилагать усилия, чтобы смысл учений, которые практикуем, понять посредством изучения и размышлений. Как говорится в *'Большом изложении этапов Пути к Просветлению'*, если бы вы посредством изучения и созерцания в совершенстве поняли тему, но потом попытались реализовать в практике что-то другое, то это можно было бы сравнить с тем, кто указывает скаковой лошади определенный гоночный трек, но потом заставляет настоящие гонки проводить в другом месте. Может быть, этот пример нужно пояснить. Представьте себе, вы хотите устроить конные скачки, и теперь показываете определенное место и говорите: "Здесь завтра состоятся скачки." Однако когда потом наступает собственно день скачек, вы переносите их в другое место.

Если вы неспособны понять тексты как указания для себя, то это доказывает, что вы не поняли правильно учения Ламрим. С правильным пониманием придет познание, что все классические тексты - например, высказывания Победителя, - соотносятся с этапами Пути и полностью могут применяться в вашей собственной практике.

После того как Нгаванг Чогден, прежний держатель трона Ганден, закончил свои занятия в монастыре, он получил многие наставления от Джамьянга Шепа, например, *'Три Принципа Пути'* Цонкапы. При этом он учился тому, как медитировать над духовным благом, лежащим в основе всех сутр и тантр. Позже он сказал: "Теперь я узнал, что все мои прежние штудии обширных философских трактатов были в основе своей изучением *'Большого изложения этапов Пути'*." Это показывает, что он признал тексты в качестве наставлений, относящихся персонально к нему.

Когда великий Мастер Лосанг Намгьел однажды давал устную передачу *'Сутры Совершенной Мудрости в восьми тысячах стихов'*, он время от времени замечал: "Ах, если бы только я не был так стар! Здесь - нечто, что я должен практиковать."

С правильным пониманием учений Ламрим даже дебаты в монастырском дворе могут быть упорядочены в соответствии с этапами Пути: так дебаты становятся видом указаний по медитации. Дебатируя о порождении Бодхичитты, можно затем тотчас навести мост к упражнениям для существ с высшими способностями, которые занимаются тренировкой Бодхичитты. При проведении дебатов о Двенадцатичленном Зависимом Возникновении обнаружились бы параллели с упражнениями для существ со средними способностями. То же самое происходило бы при дебатировании о *дхьяни*-ступенях медитативного погружения телесной сферы и бестелесной сферы: здесь имеются параллели к разделу Ламрима, который занимается *Безмятежностью*. Даже если вы декламируете ритуалы Дхармы, то должны быть способны интегрировать их в Ламрим, всё равно из какого текста они заимствованы.

Даже содержание несшитого листа текста, случайно попавшего тебе в руки - который, вероятно, был оставлен истлевать в ящике у дороги, - может тогда быть упорядочено соответственно Ламриму. В юные годы я однажды нашел неподалеку от пешеходной дороги, по которой делали обхождение вокруг монастыря, в одном таком ящике листок текста. На нем была записана песня Седьмого Далай-ламы Келсанга Гьятсо:

Молодая пчела в рододендроных зарослях
Летает от одних красочных цветов к другим;
Посмотри, как быстро она двигается от одних к другим!
Моя песня теперь этот образ толкует:
Многие люди этих упадочных времен
Имеют омраченный ум
И очарованы совершенно тривиальным.
Посмотри, как в течение момента друг
Превращается во врага:
Я не нашел ещё никого, кто оставался бы другом надолго.

Я приводил мой опыт с тем ящиком в связи с разделом упражнений для существ со средними способностями, где говорится, что в сансаре нельзя ни на что положиться.

Когда Дже Ринпоче однажды спросил великого ученого Ринчена Пэла о значении понятия "Кадам" (буквально: "текст-указание"), тот ответил: "Это означает, что тебе даже одна единственная буква текстов, например, буква N, является указанием, которое нельзя игнорировать."

Это объяснение так обрадовало Дже Ринпоче, что в публичной лекции он нашел такие слова хвалы: "Сегодня один ученый помог мне раздвинуть мой горизонт. Он сказал нечто по-настоящему соответствующее действительности."

Все тексты, даже тот отдельный листок из ящика, являются практическими указаниями, которые ведут отдельную персону к Просветлению. Это относится также к тебе и к твоему Просветлению. Это - так, словно Будда и другие авторы написали эти тексты специально для тебя. Такая установка заставит развить высшую веру во всех них.

Один йогин по имени Чангчуб Ринчен сказал в связи с этим: "Стать мастером учений не означает, что постигнуто значение лишь одной маленькой книги; мы должны понять все тексты как практические указания." Это установка, которую мы должны развить, так как она относится к сути вещей. Итак, видеть все сочинения как инструкции - это нечто очень важное.

Может быть, вы спросите меня теперь: "На самом деле является ли достаточным изучение лишь Ламрима?" Смысл текстов и их комментариев содержится в Ламриме - начиная с раздела о правильной преданности Духовному Учителю и включая раздел о Безмятежности и Особом Постижении. Определенный Ламрим имеет, может быть, целый ряд разделов, другой - лишь немного разделов. Некоторые разделы нуждаются в дополнении аналитической медитацией, в некоторые надо вводить однонаправленную медитацию. Если вы знакомы в целом с контекстом отдельного раздела, то вы знаете, какой вид медитации соразмерен соответствующей теме. Если это легко происходит, то всякий текст, который попадает вам в

руки, можно включить в систему медитационных тем Ламрима; это опять же показывает, что вы понимаете тексты как указания.

Здесь имеется легкопонимаемая аналогия, часто приводившаяся моим уважаемым Гуру: если кто-то, кто не имеет вообще ни риса, ни пшеницы, ни бобов, получит одну горсть этих продуктов, то, наверное, выбросит их, ибо он не может ничего сделать со столь ничтожной массой. Аналогом этому будете вы, если до вас, поскольку вы не понимаете структуру Пути, не доходит, что случайно найденный текст вы можете включить в последовательность тем Ламрима. Вы не будете понимать, каким образом вы можете этот текст реализовать в практике. Однако если вы имеете уже по крайней мере один фунт[24] риса, пшеницы и бобов и потом получаете ещё горсть риса, то вы можете их легко добавить к своим припасам (и что-нибудь приготовить). Аналогом этому станут все, кто понимает общую структуру Ламрима, может упорядочить каждый текст в соответствии с определенной темой Ламрима.

Ринпоче объяснил подробно, как текст Ламрима, передающий весь Ламрим в его контексте, может стать проводником на Пути, независимо от того, какого объема этот текст. В качестве аналогии он дал сравнение между комнатой правительственного чиновника и комнатой простого монаха: оба помещения обставлены достаточно, чтобы служить соответственно своей цели.

Пожалуйста, обратите внимание: эти объяснения делают ясным различие между познанием того, что все учения свободны от противоречий, и познанием того, что все тексты являются персональными указаниями. Первое познание не включает безусловно второе. Если же, однако, приобретено второе познание, то оно предполагает также первое.

В УЧЕНИЯХ ЛАМРИМ ПОДЛИННОЕ ВИДЕНИЕ БУДДЫ ИЗЛАГАЕТСЯ ТАК, ЧТОБЫ БЫЛО ЛЕГКО ПОНЯТЬ ЕГО (10)

Как я уже говорил, тексты и их комментарии являются высшими указаниями. В них выражен конечный образ мышления Будды; из-за этого их очень трудно познать, если опираться лишь на классические труды, не получив наставлений Гуру. Если бы кто-то захотел этот образ мысли понять на основе классических текстов, то потребовалось бы много времени, пока он разобрался бы. Но если прибегнуть к помощи Ламрима, то это будет осуществимо без больших усилий.

Может быть, вы спросите меня: “Каков тогда подлинный образ мышления Победителя?” Как объяснял мой собственный драгоценный Гуру, речь идет, вообще говоря, о Пути для трех типов личности и - точнее говоря - о практике трех главных элементов Пути. Великий Цонкапа учил, что Правильное Воззрение является конечным замыслом Победителя. В его труде *‘Три Принципа Пути’* говорится:

> До тех пор, пока ум рассматривает
> Непреложную зависимость феноменов,
> С одной стороны, и невыразимую Пустоту,
> С другой стороны, как раздельное,
> Тобою не постигнуто ещё духовное богатство Будды.

Этот стих утверждает, что духовное богатство Победителя не может быть понято без познания Правильного Видения - только сила вашей реализации этого постижения (Пустоты) даст возможность в конечном счете понять его подлинные мысли. В том же тексте, в стихотворной форме, Цонкапа называет *Отречение* “сущностным смыслом всех текстов Победителя”, а порождение Бодхичитты - “Путем, восхвалявшимся возвышенными Бодхисаттвами”. Наконец, Правильное Видение (постижение Пустоты) обозначается как “врата для счастливцев, стремящихся к Освобождению”. Следовательно, Отречение и Бодхичитта в равной степени

[24] Буквально: один *бре*, что приблизительно соответствует трем четвертям фунта.

необходимы. Если вы держитесь Ламрима, то сможете понять, что классические труды нацелены на то, чтобы породить в вашем сознании Три Принципа Пути. Таким образом для вас легко прояснится подлинное Воззрение Победителя.

Я хотел бы этот пункт проиллюстрировать ещё с помощью следующей аналогии. Классические тексты сравнимы с безбрежным океаном. *'Три Принципа Пути'* и другие учения - как благородные камни в этом океане. Учения Ламрим сравнимы с кораблем, а Гуру, который преподает их, с капитаном корабля. Хотя океан и таит в себе эти драгоценные камни, мы, однако, если бы, не имея корабля, просто бросились в его глубины, то в своих поисках драгоценностей не только были бы обречены на неудачу, но при этом даже, вероятно, ещё потеряли бы свою жизнь. Соответственно для нас было бы очень тяжело понять подлинное видение Победителя, углубись мы в классические тексты, не проштудировав предварительно учения Ламрим. Имея Гуру, сравнимого с опытным капитаном корабля, и корабль Ламрим, нам становится, напротив, легко из океана философских трактатов доставать драгоценности, которые являются подлинным видением Победителя.

УЧЕНИЯ ЛАМРИМ СДЕЛАЛИ ДЛЯ НАС ВОЗМОЖНЫМ ОСВОБОДИТЬ САМИХ СЕБЯ ОТ НАИХУДШИХ ПРОСТУПКОВ (11)

В *'Большом изложении этапов Пути к Просветлению'* и других текстах выразительно преподано, что мы должны остерегаться кармы и умственных омрачений, возникающих из-за отказа от Дхармы. Поэтому, если мы не воспримем сердцем первые три из четырех видов замечательных качеств Ламрима, то будем снова и снова предпринимать мелочные различения и через это оказывать большее уважение одной части Дхармы, нежели другим частям. Например, мы предпочитаем Maxfяну Хинаяне или проводим различие между Дхармой, которая является "теоретической", и такой, которая "предназначена для практики".

Подобный отказ от Дхармы, такого рода различение порождает тяжелейший вид негативной кармы, и отпечатывает результирующие умственные омрачения. В *'Сутре, сплетающей всё друг с другом'*, говорится:

> Манджушри, умственные омрачения, которые следуют из отвержения священной Дхармы, являются очень тонкими. Манджушри, отвержение Дхармы имеет место, если признается часть текстов Татхагаты, но другая часть отклоняется. Всякий, кто таким образом отвергает Дхарму, девальвирует Татхагат и позорит Сангху. Тем, что говорят "это учение - правильное, то - ложное", отвергают Дхарму. Когда говорят: "Это было преподано для Бодхисаттв, а то - для Слушателей", отвергают Дхарму. Когда говорят: "Это было дано для Пратьекабудд", отвергают Дхарму. Когда говорят: "Это Бодхисаттвам практиковать не нужно", отвергают Дхарму.

В *'Сутре медитативного сосредоточения'* говорится, что отвержение Дхармы было бы опасной ошибкой:

> Отказ от учений Корзины Сутр -
> Это гораздо более тяжелое преступление,
> Чем разрушение всех ступ южного континента.
> Отказ от учений Корзины Сутр -
> Это гораздо более тяжелое преступление,
> Чем убийство стольких Архатов,
> Сколько имеется песчинок в Ганге.

Если мы не упустим первые три вида замечательных качеств, то никогда также не оставим без внимания ни одного единственного учения Победителя. Мы будем проявлять ко всем сочинениям равное почтение, так как все они являются указаниями, имеющими значение для практики. Наша предрасположенность к различению "высоких" и "незначительных" учений, которая склоняет нас к отказу от Дхармы, полностью исчезнет сама собой. Если бы мы потом

начали размышлять о том, как правильным образом следовать Духовному Мастеру, то совсем исчезнут также сами собой кармические проступки, которые возникают из отношения к Духовному Учителю. Если бы мы были убеждены в справедливости высказываний о драгоценном рождении в качестве человека, о непостоянстве и так далее, то прекратились бы совершенно автоматически прегрешения, которые следуют из привязанности к этой жизни. Медитация о порождении Бодхичитты совершенно естественным образом приводит к исчезновению проступков, возникающих на основе себялюбия. А если мы упражняемся в медитации о несуществовании самости, то тотчас прекращаются плохие действия, которые возникают из убежденности в существовании реального “я”. Как только мы поняли все пункты, связанные с этими медитационными темами, мы совершенно спонтанно отказываемся от всех тяжких негативных действий.

Я хотел бы наглядно объяснить с помощью аналогии, как вы будете способствовать своему развитию посредством этих трех видов замечательных качеств. Представьте себе, что вы хотите создать *тханка* (буддийскую икону). Для этого вам нужны определенные предпосылки: все необходимые принадлежности, как то полотно, краски, ручка и т.п. Знание того, что необходимо, и что ничто из принадлежностей не мешает рисованию, сравнимо с познанием того, что все тексты свободны от противоречий. Во-вторых, нужно знать, как писать такую *тханка*, как пользоваться рисовальными принадлежностями - с этим сравнимо познание текстов как указаний. И если *тханка* вам хорошо удалась, то это сравнимо с тем, что вы без усилий откроете подлинное видение Победителя.

Эти четыре вида замечательных качеств интерпретируют, как правило, двумя способами: во-первых, говорят о “четырех признаках замечательного изложения”, что относится к словам; и во-вторых - о “четырех признаках замечательного содержания”, что касается смысла. Сами тексты содержат те четыре признака, которые относятся к изложению. Однако более важное значение имеют четыре относящихся к содержанию признака.

На этом мое обсуждение четырех видов замечательных качеств завершено. Дополнительно к этим признакам Ламрим обладает тремя другими отличительными чертами:

1) Ламрим совершенен, так как содержит все темы Сутры и Тантры; 2) он прост для реализации в практике, так как он объясняет, каким образом следует постепенно укрощать ум; 3) он превосходит другие учения, так как содержит указания двоек Гуру, которые были обучены в традициях двух великих первопроходцев.

ЛАМРИМ СОВЕРШЕНЕН, ТАК КАК СОДЕРЖИТ ВСЕ ТЕМЫ СУТРЫ И ТАНТРЫ (12)

Ламрим никогда, правда, не сможет передать все тексты и комментарии в их первоначальной дословности, однако, содержит и передает всё их смысловое содержание. Это верно даже в отношении самых кратких текстов Ламрим. Весь смысл этих текстов и комментариев объясняется в учениях Ламрим для существ с различными способностями; Ламрим содержит и передает содержание всего канона Слова Будды и классических комментариев. В письме к своему Гуру Ламе Умапа великий Цонкапа сказал следующее:

> Наставления Дипамкары Шриджняны - Этапы Пути к Просветлению - кажется, содержат все указания текстов и их комментариев. Если знать, как их преподавать или изучать, кажется, они являются не только благодатным источником инструк ций для собственной практики, но также синтезом всех текстов. По этой причине я не учу никаким длинным сравнениям различных учений.

В других школах существуют различные собрания наставлений: Четыре Великих Наставления о подготовительных упражнениях (*нендро*), таких, как Принятие Прибежища; Наставления О Первичных Упражнениях и т.д. Старая Кадампа и мы, последователи Новой Кадампа, обходимся, однако, без этого и обучаем всему в рамках Ламрима. *‘Светильник на Пути к Просветлению’* передает синтез всего содержания текстов на трех книжных страницах. Все другие тексты Ламрим - которые ведь основаны на *‘Светильнике...* сходным образом охватывают этот материал. Поэтому великий Цонкапа сказал:

Он вобрал в себя сущность всех текстов.
Кто систему сию даже недолго
Преподает или штудирует, выгоду извлекает от этого,
Как если бы он всю священную Дхарму
обсуждал и штудировал.
Если размышлять о его смысле,
То это, уверен будь, возымеет могущественный эффект.

Другими словами: изучение Ламрима, размышление о нем, его преподавание или сохранение наставлений в Ламриме равнозначно изучению всего смыслового содержания текстов и их комментариев, размышлению над этим и пониманию всего этого. Даже одна-единственная обзорная медитация о Ламриме является уже упражнением, которое предполагает смысловое содержание всех текстов и комментариев. Великий кадампинский геше Толунгпа сказал:

Если я обучу вас Этапам Пути к Просветлению, вы через это обретете
Интеллектуальное понимание всех книг и томов этого мира.
Все эти книги почувствуют: "Этот седовласый старый монах
Заимствовал нашу сущность!", и содрогнутся.

Поистине так! Если кто-нибудь дает хорошее наставление о Ламриме, и слушатели внимательно воспринимают, то в этом наставлении обсуждается сущность всех книг этого мира. Итак, можно сказать, что поскольку Ламрим сохраняет смысловое содержание всех текстов, и поскольку его можно считать одновременно ключом, открывающим смысл текстов, то не может быть дано лучшего, чем Ламрим, обзора Дхармы. Поэтому Геше Толунгпа сказал о своих наставлениях в Ламриме: "Я завладел большим яком Дхармы".

Люди с ограниченными интеллектуальными способностями, возможно, не понимают подробных текстов Ламрим; однако они могут опираться на небольшие наставления, которые содержат всю структуру Ламрима. Такие компактные наставления могут служить этим людям руководством на Пути. Однако если в тексте пропущена хотя бы одна-единственная из медитативных тем, то этот текст не может никого вести по Пути.

Возьмем в качестве примера жаропонижающее средство[25] *камфара 25*. Не нужно пытаться приобрести большую упаковку каждого из его 25 составляющих, чтобы потом применять каждое из них в отдельности; если лекарство было правильно изготовлено и содержит все 25 составных частей, то оно быстро собьет температуру. Но если отсутствует хотя бы лишь один из компонентов, целебное средство не подействует, сколько бы его ни принимали.

Теперь, поскольку вы имеете счастье встретиться с этими царственными учениями, вы должны посвятить себя им что есть мочи.

ЛАМРИМ ПРОСТ ДЛЯ ПРАКТИКОВАНИЯ, ТАК КАК ОН ПОКАЗЫВАЕТ, КАК ШАГ ЗА ШАГОМ МОЖНО УКРОТИТЬ УМ (13)

Мы уже пережили много различных страданий сансары и вкусили высшего блаженства из всего того, что может предложить сансара - всё это испытано нашим сознанием. Это означает, что нет ничего более подходящего для обуздания нашего сознания, чем Ламрим; в Ламриме прежде всего речь идет о средствах, приводящих к контролю над умом. По этой причине он прост для реализации в практике.

[25] Тибетские медикаменты носят часто название своего главного компонента вместе с номером, который показывает, из скольких компонентов они в совокупности состоят.

ЛАМРИМ ПРЕВОСХОДИТ ДРУГИЕ УЧЕНИЯ, ТАК КАК ОН СОДЕРЖИТ НАСТАВЛЕНИЯ ДВУХ ГУРУ, КОТОРЫЕ ОБУЧАЛИСЬ В ТРАДИЦИЯХ ОБОИХ ВЕЛИКИХ ПЕРВОПРОХОДЦЕВ (14)

Гуру, который представлял воззрение Нагарджуны, был Видьякокила, Гуру Суварнадвипи представлял воззрение Асанги. Ламрим был обогащен их наставлениями и поэтому превосходит все другие учения. Великий Цонкапа сказал:

Этапы на Пути к Просеветлению
Имеют своим истоком учения Нагарджуны
и Асанги,
Коронных украшений всех ученых этого мира,
Чьей славы знамена реют над всеми существами.

Даже *'Украшение для осуществления'* Майтрейи не обладает этими тремя признаками. Даже царь тантр, Шри Гухьясамаджа, не обладает ими. Оба этих текста не содержат ни всех тем Сутры и Тантры, ни укрощению сознания не придают особой ценности.

Так как вы имеете счастье изучать этот Ламрим с четырьмя видами замечательных качеств, размышлять над ним и медитировать, то вы не должны довольствоваться неполными или сомнительными наставлениями. Это имеет решающее значение для того, чтобы вы посвятили себя этому Пути со всей отдачей.

ПРАВИЛЬНЫЙ СПОСОБ ПРЕПОДАВАНИЯ И СЛУШАНИЯ ЭТОЙ ДХАРМЫ, ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫЙ В ДВУХ ОТНОШЕНИЯХ (15)

Этот раздел очевидным образом имеет важное значение. Нгаванг Драгпа, великий Мастер медитации из Дагпо, сказал:

Лучшее подготовительное упражнение описывает,
Каким способом то, что слушают и преподают,
Соединяется с Путем.
Поэтому цени его!

Другими словами: то, что будет сказано в этом разделе, является решающим для того, породят последующие учения какое-нибудь следствие в вашем сознании или нет. Тому, кто неправильно поймет смысл этого раздела, будет трудно претворить эти учения посредством созерцания и медитации в практику - точно так же, как тому, кто неправильно начал отсчет первого дня лунного месяца (новолуние), придется вплоть до пятнадцатого дня (полнолуние) придерживаться ложной даты.

Здесь есть три заголовка: 1) как нужно слушать Дхарму; 2) как нужно преподавать Дхарму; 3) что должны Учитель и ученик делать совместно в конце.

Как нужно слушать Дхарму (16)

Эта тема объясняется тоже в трех частях: 1) размышления о пользе обучения Дхарме; 2) как нужно доказывать уважение к Дхарме и Учителям Дхармы; 3) как следует слушать Дхарму.

РАЗМЫШЛЕНИЯ О ПОЛЬЗЕ ОБУЧЕНИЯ ДХАРМЕ (17)

Это имеет в высшей степени важное значение - сначала размышлять о том, какую пользу имеет обучение Дхарме; потому что лишь после этого появляется сильное желание обучаться ей. Если правильно размышлять над этим пунктом, то можно почувствовать себя в высшей степени счастливым оттого, что началось такое обучение. В *'Речах Будды'* говорится:

Благодаря обучению ты поймешь Дхарму,
Благодаря обучению ты прекратишь совершение неправого,
Благодаря обучению ты откажешься от бессмысленных предприятий,
Благодаря обучению ты достигнешь нирваны.

Если выразиться иначе: благодаря обучению Дхарме ты поймеешь, как исправлять свое поведение. Ты поймешь смысл учений Корзины Виная и вследствие этого откажешься от неправых деяний, посвятив себя высшему обучению нравственности. Ты поймешь смысл учений Корзины Сутр и вследствие этого откажешься от бессмысленных вещей, например, тривиальных развлечений, посвятив себя высшему обучению однонаправленной концентрации. Ты поймешь смысл учений Корзины Абхидхармы и преодолеешь все иллюзии, посвятив себя высшему обучению мудрости. Этим способом обучение сделает для тебя возможным достижение нирваны. В историях из *'Джатак'* говорится:

Обучение - это светоч,
Устраняющий тьму неведения.
Это лучшее из всех богатств,
Которое ни один вор не присвоит.
Это - оружие, которым ты сразишь врага -
Слепоту относительно феноменов.
Это - твой лучший друг,
Который научит подходящим методам;
Это - родственник, который тебя не оставит,
Когда ты станешь бедным.
Это - целебное снадобье от страданий,
Не имеющее вредных последствий.
Это лучший отряд борцов
Против твоих проступков.
Это - также превосходнейший источник славы и чести.
Нет лучшего даяния, если ты встретишься с Благородным,
И во всяком собрании ты будешь существ впечатлять.

"Обучение- это светоч, устраняющий тьму неведения." Как мой собственный драгоценный Гуру говорил мне, если бы кому-то довелось узнать лишь одну букву алфавита, то этим он уже освободился бы от неведения, связанного с этой буквой и умножил бы собственную мудрость. Если бы он выучил другие буквы, то тогда ещё больше неведения устранил бы и ещё больше увеличил бы собственную мудрость. Вообще без обучения мы не были бы никогда в состоянии узнать букву А, даже если бы она была такой большой, как голова осла. Мы бы просто беспомощно трясли своей головой. Просто подумайте о тех ваших родственниках, которые не имеют никакого образования, тогда поймете, что я имею в виду.

Как много неведения вы сможете устранить, зависит целиком от того, как много вы слушаете и обучаетесь. Свет вашей мудрости растет соразмерно вашей учебе. В *'Речах Будды'* говорится:

Даже тот, кто хорошо видит
И ориентируется в доме,
Не сможет различить никаких видимых форм
В совершенно темной комнате.
Так может и ученик по природе быть интеллигентным,
Но не пройдя обучение,
Не способен добродетель отличить от недобродетели.

Тот же, кто хорошо видит
И взял с собой лампу,
Различит видимые формы,
И тот, кто учился,
Знает, что есть добродетель и что - недобродетель.

Другими словами: в совершенно темной комнате невозможно ничего разглядеть, даже если глаза широко раскрыты - несмотря на то, что, быть может, имеется много вещей для обозрения. Точно так же кто-то желал бы обладать глазом мудрости, но без светильника учения не узнает принципов, по которым должен направлять поведение. Если, напротив, в темной комнате зажечь лампу, то вдруг все, что находится там, станет ясно видимым; точно так же можно глазом мудрости и светильником учения понять все феномены.

В *'Уровнях Бодхисаттв'* Асанги все выгоды обучения обсуждаются подробно. Там описываются также пять установок, необходимых для слушания наставлений. Первая установка заключается в том, чтобы учения рассматривать как око, через которое можно всё более и более развивать мудрость. Затем вы должны рассматривать учения как свет, с помощью которого вы познаете относительную и абсолютную истины. Вы должны считать учения чем-то драгоценным, что лишь редко встречается в мире. Рассматривайте их как нечто в высшей степени полезное, потому что с их помощью вы придете к вкушению плода, которым обладают великие Бодхисаттвы. И, наконец, вы должны их рассматривать как нечто совершенно необходимое, поскольку они переводят вас в состояние совершенствования *Безмятежности* и *Особого постижения*.

Твоя подготовка в Дхарме - это твое драгоценное достояние, которое никогда у тебя не отнимут. Воры могут, правда, похитить твои мирские блага, но они никогда не смогут украсть твое изучение Дхармы, посредством которого ты обретешь Семь Благородных Богатств Арьи, а также такие благие качества, как ученость, нравственность и сердечную доброту. Даже в лучшие времена ты должен проявлять большую заботу о своих мирских благах: если ты возвращаешься на свою родину, ты должен, к примеру, обдумать, какую часть своего имущества ты возьмешь с собой в дорогу. С твоими знаниями, приобретенными через обучение Дхарме, обстоит иначе; ты можешь взять их с собой, даже если умрешь. Поэтому говорится, что для нас, простых монахов, является неуместной привязанность к роскошным сосудам для приготовления чая, украшенным медными кольцами, к медным котлам и так далее; вместо этого мы должны бы тосковать о Семи Благородных Богатствах Арьи.

Обучение Дхарме - это оружие, которым вы побеждаете своего врага по имени слепота. Посредством обучения вы вырываетесь из плена всех иллюзий, ваших настоящих врагов. Ваше знание Дхармы - это ваш лучший друг, который никогда не даст вам плохой совет. На основе своего обучения вы знаете при всяком виде активности, что делать: вы знаете, когда пришел правильный момент для этого; если момент является подходящим, вы знаете, как действовать; вы знаете также, как прекратить дело, если момент не является идеальным; вы знаете, какие полезные результаты это имеет и какие трудности могут встретиться. Мой собственный драгоценный Гуру говорил: "Когда король Лхалама Йеше Ё оказался один в тюрьме, он становился всё бесстрашнее. Это удалось ему, поскольку он смог посоветаться со своим спутником, своим пониманием Дхармы."

Обучение Дхарме - это также родственник, который никогда не покинет вас в трудные времена. Обычные родственники делают так, словно они являются вашими друзьями, пока вы обеспеченный человек; в трудные времена, напротив, они притворяются, что не знакомы с вами. С обучением обстоит иначе: оно - лучший родич, так как именно в суровые времена - когда мы страдаем, болеем или умираем - обнаруживает свою особенную полезность.

Прежде чем Цечолинг Ринпоче стал Учителем одного из Далай-лам, он был очень беден.. В то время он встретил как-то на улице дядю, который шел по каким-то своим делам. Цечолинг Ринпоче заговорил с ним, но дядя сделал вид, что не знает Ринпоче. Позднее, когда Ринпоче в качестве Учителя Далай-ламы стал одним из высших авторитетов, дядя пришел с визитом и специально подчеркнул, что он приходится дядей Ринпоче.

Был один человек, который вообще не имел никаких средств. Никто не хотел быть его родственником. Когда он позднее заработал на торговле немного денег, вдруг появилось много

людей, выдававших себя за членов его семьи. Он пригласил их всех на обед, соорудил около обедающих кучу денег и продекламировал следующий стих, делая простирания перед деньгами: “Человек, который не был моим дядей, теперь стал моим дядей. О, чудесная куча денег, я выражаю тебе мой почтение!” Эти истории показывают, как мало можно доверять своим обычным родственникам.

Если мы желаем иметь родственников, то нам нужно обратиться к обучению (Дхарме), размышлениям и медитации.

Впрочем, в *‘Ламриме Кетсанга’* последняя строка вышеупоминавшегося стиха воспроизводится по-другому. Там говорится: “О, моя порция чая, тебе выражаю свое почтение!” Однако в моей первой версии я рассказываю историю в точности так, как её рассказывал обычно мой драгоценный Гуру.

Обучение Дхарме - это также целебное снадобье против заблуждений и армия, которая разрушает негативное. Это лучшая инвестиция в дело приобретения славы и почета, превосходное даяние для Благородных и лучшая возможность обеспечить себе репутацию ученого. В *‘Джатаках’* говорится:

Тот, кто учился, развивает веру;
Будет непоколебим и радуется благому;
Он развивает мудрость и преодолевает
тьму неведения.
Разве не правильным будет для этого
Мясо собственного тела продать?

Обучение имеет, таким образом, бесконечно много преимуществ. Благодаря обучению вы развиваете веру в благие качества Трех Драгоценностей. Это побуждает вас делать подношения Буддам. Так как у вас возникает вера в непреложный закон кармы, вы будете охотно изменять свое поведение и так далее. Вы понимаете, какие недостатки имеют первые две из Четырех Благородных Истин (Страдание и Причины Страданий) и какие преимущества имеют последние две (Пресечение и Путь), и исходя из этого познания вы будете постоянно стремиться к абсолютной цели (состояние Будды).

Это означает, что было бы даже уместно отрезать кусок собственного тела и продать ради обучения Дхарме. Однако вы в настоящее время имеете возможность обучаться со всеми удобствами, и вам не нужно уродовать свое тело - поэтому вы должны при получении учений Дхармы делать даяние лучшим из того, что имеете. Процитированный стих (*Речей Будды*) - тот самый, за который принц Чандра сделал подношение тысячи золотых монет за одну лишь строку.

Чем глубже вы будете изучать Дхарму, тем всё более обширные размышления о медитативных темах вы сможете проводитьо и тем быстрее доходить до их медитативного постижения.

Когда молодые люди поступают в наш великий монастырь, они должны изучать пять обязательных текстов для дебатов. Различие между теми, кто учился, и теми, у кого не было для этого возможности, является огромным - даже если речь идет лишь о том, какова природа Трех Драгоценностей. Может быть, на вашем попечении находятся дети. Если вы сами малообразованы, то вы не должны воспитывать их так, чтобы они следовали вашему примеру. Вместо этого заставляйте их учиться, и в своей следующей жизни вы разовьете точно так же много мудрости, как они это делают в этой жизни. Люди старшего возраста и обладающие менее острым умом, хотели бы, возможно, изучать классические тексты, но приходит смерть и прерывает их учебу, прежде чем они освободились от своих ложных представлений. Они не могут завершить обширное обучение. Но если же они позанимаются над Ламримом, то обретут познания о всём Пути. Цонкапа однажды сказал во сне Панчен-Ламе Лосангу Чокьи Гьялцену:

Если ты хочешь быть полезным самому себе и другим,
То тогда никогда не удовлетворяйся своим обучением.
Посмотри, как даже Бодхисаттвы третьей ступени
Не довольствуются своими познаниями.

Ориентируйся на это! Также люди, не имеющие отлично развитых мыслительных способностей, могут, наверняка, найти немного времени для изучения Дхармы - к примеру, для изучения кратких текстов о Ламриме. Всё же этого не может быть, чтобы они вообще были не в состоянии это сделать! Как могут они вести жизнь, в которой Дхарма занимает столь незначительное место? Как могут они просто говорить: “Я ведь вовсе не ученый”? Подобно тому как лошади, коровы и овцы могут быть нагружены в соответствии с их мощностью, так и каждый должен учиться в соответствии со своими интеллектуальными способностями. Однако независимо от того, изучаете ли вы краткий или очень подробный текст Ламрим, этот текст должен во всяком случае содержать все медитативные темы, начиная с правильного вверения себя Духовному Учителю и вплоть до Просветления. Если используемый вами текст Ламрим является неполным, он не сможет помочь вам в понимании всей широкой взаимосвязи медитативных тем. Даже если вы очень хорошо истолковали некоторые темы, это не устранит указанный недостаток. Это было бы так, словно вы имели бы тысячу ковров в своей комнате, но никакой одежды, чтобы надеть, или имели бы тысячу вещей, чтобы одеться, но ничего, на чем бы вы могли сидеть. Если, напротив, текст является полным, то вы будете продвигаться по Пути, каким бы он ни был по степени подробности изложения деталей - совершенно так же, как просторная комната государственного министра и келья монаха одинаково служат своим соответствующим целям.

КАК НУЖНО ВЫКАЗЫВАТЬ ПОЧТЕНИЕ К ДХАРМЕ И К УЧИТЕЛЯМ ДХАРМЫ (18)

В *‘Кшитигарбха-сутре’* говорится:

> Слушайте Дхарму с верой и преисполнясь почтения.
> Не умаляйте своих Учителей и не пренебрегайте ими;
> Делайте подношения Учителям Дхармы,
> Развивайте установку - видеть в них Будд.

Когда вы слушаете наставления, вам следует выказывать тому, кто учит, точно такое же великое почтение, как нашему Учителю, Будде.

В *‘Уровнях Бодхисаттв’* Асанги говорится, что нужно вслушиваться в наставления умом, свободным от действия омрачений, и заставлять его не отвлекаться пятью мыслями.

И прежде всего надлежит избавиться от гордыни. Для правильного, почтительного слушания учения должны наличествовать шесть предпосылок: 1) правильный момент; 2) уважение; 3) почтение; 4) быть свободным от гнева; 5) намерение позднее реализовать учение в практике, 6) не пытаться найти в учениях ошибки.

Рассмотрим теперь первую предпосылку, правильный момент. Нам нужно просить Гуру о наставлении, когда он охотно это сделает, и когда у него нет других обязанностей. Это было бы весьма дерзко и эгоистично, выпрашивать учение или слушать, когда лишь для вас самих наступил удобный момент. Геше Потова один раз в монастыре Каканг, расположенном на центральнотибетской возвышенности, где он проработал много текстов, пребывал за одним очень напряженным занятием. В это время пришел один человек к нему и попросил наставления. Геше Потова поднялся, крайне разгневанный и выгнал того человека. Тому не оставалось ничего иного кроме поспешного бегства - этот пример показывает, что нужно проявлять чуткость, деликатность при выборе правильного момента.

В присутствии Учителя нужно свидетельствовать своё глубокое почтение, своевременно поднимаясь и делая простирания. Почтение выказывают, например, тем, что подносят Учителю воду для омовения рук и ног. “Быть свободным от гнева” означает, что не нужно раздражаться, когда нужно что-то исполнить для Учителя. “Находить ошибки в учениях” может означать, что имеется критический настрой. Это могло бы также означать пренебрежение к Дхарме и к Учителю Дхармы. Это - установка, которая возникает из умственных омрачений.

Не нужно также заставлять себя отвлекаться посредством пяти относящихся к Учителю вещей: недостаточно нравственное поведение, низкое социальное происхождение, бедная

одежда, неприемлемая манера выражаться или неприятный голос и неинтеллигентная речь. Нужно абсолютно избавиться от того, чтобы рассматривать эти пять вещей в качестве ошибок.

ПОДЛИННЫЙ СПОСОБ И ОБРАЗ СЛУШАНИЯ ДХАРМЫ (19)

Эта тема объясняется в двух разделах: 1) как исправить три ошибки, которые препятствуют тому, чтобы стать подходящим сосудом; 2) как развить шесть способствующих установок.

КАК УСТРАНИТЬ ТРИ ОШИБКИ, КОТОРЫЕ ПРЕПЯТСТВУЮТ ТОМУ, ЧТОБЫ СТАТЬ ПОДХОДЯЩИМ СОСУДОМ (20)

Этими ошибками являются: 1) ошибка, сравнимая с перевернутым сосудом; 2) ошибка, сравнимая с загрязненным сосудом; 3) ошибка, сравнимая с дырявым сосудом.

ОШИБКА, СРАВНИМАЯ С ПЕРЕВЕРНУТЫМ СОСУДОМ (21)

Если сосуд перевернут, то можно сколько угодно лить над ним благодатную жидкость - в него ничто не попадет. Это сравнимо со случаем, когда кто-то сидит во время наставлений среди слушателей, но так как его ум отвлечен, и так как уши не воспринимают то, что говорится, то он ничего не понимает. В этом случае лучше бы он с тем же успехом отсутствовал на учении. Вы должны вслушиваться как олени, сильно привлеченные звуком. Вы воспринимать наставления со всей своей внимательностью. Я говорю “со всей своей внимательностью”, потому что речь не идет о том, чтобы слушать Дхарму лишь наполовину, а другой половиной своего сознания отвлекаться на что-то другое. Что я имею в виду? Вы во время всего учения должны быть всецело и совершенно поглощенными передаваемыми наставлениями. Ведите себя подобно оленям: когда они прислушиваются к звуку, то настолько погружены в это, что охотник может без труда подобраться к ним.

ОШИБКА, СРАВНИМАЯ С ЗАГРЯЗНЕННЫМ СОСУДОМ (22)

Если сосуд хотя и не перевернут, но загрязнен, то всё, что в него стекает, портится и становится непригодным, даже если до этого было хорошим. Ваши уши даже могут воспринимать всё; однако некоторые среди вас, может быть, имеют лишь намерение продвинуться в своем образовании, пополнить свои прежние знания и так далее. Если слушать, исходя из желания достигнуть Покоя (Освобождения) только для себя самого, то это является уже более хорошей мотивацией, однако она считается всё ещё несовершенной и сравнима с загрязненным сосудом. Вы обязаны при слушании учения быть мотивированными, по меньшей мере, искусственной Бодхичиттой.

ОШИБКА, СРАВНИМАЯ С ДЫРЯВЫМ СОСУДОМ (23)

Даже если сосуд не является ни перевернутым, ни загрязненным, в нем невозможно сохранить никакую жидкость, если дно является неплотным - всё равно, как бы много ни вливать. Ваши уши могут, возможно, всё воспринимать, и ваша мотивация может быть безукоризненной, но если вы не стараетесь слушать внимательно и не настроены удержать услышанное, то тотчас опять всё забудете. Нелегко найти методы, которые препятствуют забыванию - но всё же книга или ряд заголовков могут служить опорой для памяти. Вы должны снова и снова призывать на память содержание учения, спрашивая себя: “Что было преподано под этим конкретным заголовком?” Также важно посидеть вместе с товарищами по учению в перерыве между сессиями, чтобы услышанное ещё раз проговорить.

Бхагаван подчеркнул в одной своей сутре, как устраняются эти недостатки сосуда: “Слушайте хорошо, слушайте точно и удержите то, что было сказано.” “Слушайте хорошо” относится здесь к тому, чтобы устранить ошибку загрязненного сосуда, “слушайте точно”

относится к тому, чтобы устранить ошибку перевернутого сосуда и “удержите всё, что было сказано”, относится к тому, чтобы устранить ошибку дырявого сосуда.

Это были объяснения правильного способа и образа слушания.

РАЗВИТИЕ ШЕСТИ ВСПОМОГАТЕЛЬНЫХ УСТАНОВОК (24)

Шесть вспомогательных установок - это: 1) рассматривать самого себя в качестве пациента; 2) рассматривать Дхарму в качестве лекарства; 3) Духовного Учителя рассматривать в качестве умелого врача; 4) в усердной практике видеть целебное средство; 5) собственного Духовного Учителя воспринимать точно таким же совершенным, как Татхагат, 6) желать, чтобы Дхарма могла существовать долгое время.

САМОГО СЕБЯ СЧИТАТЬ БОЛЬНЫМ (25)

Эта установка имеет решающее значение, потому что все остальные установки развиваются совершенно автоматически из неё. Медитация, в которой следует видеть себя как больного, сначала может показаться странной, если вы совсем не больны, но при этом речь идет о признании того, что мы всерьез больны недугом умственных омрачений. Геше Камаба сказал в связи с этим: “Для здорового человека это было бы бессмыслицей, представлять в медитации, что он болен; однако мы, в конце концов, - даже если не сознаемся себе в этом - навлекли на себя тяжелую и хроническую болезнь трех умственных ядов (привязанность, ненависть, неведение).”

Теперь мы, наверное, задаемся вопросом: “ Каким образом я должен быть больным и ничего об этом не знать?” Однако не бывает ли также, что люди под влиянием высокой температуры иногда фантазируют, поют песни и иным странным образом ведут себя, при этом вообще не чувствуя себя больными? Точно так же мы больны всерьез умственными омрачениями и не сознаем этого.

Теперь вы могли бы возразить: “Если бы у меня была болезнь, то разве тогда я не должен был иметь какие-нибудь жалобы и боли? Но я не чувствую ничего подобного.” Однако, не страдаете ли вы снова и снова от трудностей и мучений, которые являются результатом трех умственных ядов? Может быть, вы теперь спросите: “Что вы подразумеваете?” Представьте себе, каково это, когда вы идете в магазин и видите там что-то желанное, чего вы не можете себе позволить. Придя домой, вы будете совсем расстроены и обдумываете, каким образом всё же вам заполучить этот объект. Это - страдание привязанности. Если вы, напротив, видите что-то неприятное, слышите или вспоминаете о чем-то подобном - например, едкие замечания, - вы чувствуете почти непереносимое терзание. Это - пример страдания враждебности. Стоит поразмышлять об этих вещах во всех подробностях и провести перед умственным взором последствия гордыни, зависти и так далее. Умственные омрачения являются серьезными, болезненными, непереносимыми, хроническими заболеваниями.

Итак, вы поражены многими болезнями: болезнями привязанности, враждебности, зависти и так далее. В то время как вы очень заботитесь о том, чтобы никогда не болеть обычными болезнями, для вас, очевидным образом, ничего не значат страдания от многообразных клеш. Шантидева сказал в своей *‘Бодхичарьаватаре’*:

Уже при обычных недугах
Нужно придерживаться советов врача;
Однако во много раз более это оправдано в отношении болезней,
Которые мучают с древнейших времен,
И которые в тысячу раз опаснее, -
Такие, как привязанность и тому подобное.

Если мы больны и болезнь длится уже один или два месяца, то нам становится очень страшно. От болезни же клеш мы страдаем уже с безначалья сансары и всё ещё остаемся пораженными ею. От этой болезни мы не можем выздороветь, прежде чем достигнем освобождения из

круговерти. Геше Потова сказал: “Больной, который никогда не лечится от своей болезни, странник, который никогда не достигает своей цели...” Это - точное описание нашей ситуации.

РАССМАТРИВАТЬ ДХАРМУ КАК ЛЕКАРСТВО (26)

Стоит пациентам однажды узнать, что они больны, им нужно искать правильное лечебное средство. Единственно действенное целебное средство против болезни клеш - это совершенная Дхарма; вы должны искать её.

СМОТРЕТЬ НА ДУХОВНОГО УЧИТЕЛЯ КАК НА УМЕЛОГО ВРАЧА (27)

Если вы больны, но не разыскиваете никакого врача, а просто принимаете какие-нибудь лекарства, то легко может случиться так, что вы неправильно оцените природу и ход болезни и, например, “горячую” болезнь диагностируете как “холодную”. Потом уже медикаменты не помогают и даже подвергают опасности вашу жизнь. Учитывая это, вам нужно во всяком случае вверить себя опытному врачу. Может быть, вы не желаете обращаться ни к какому Духовному Учителю, потому что думаете: “Дхарму можено точно так же хорошо практиковать, изучив её по книгам.” Однако опираясь только на *ваши* медитаци, начитывания и так далее вы не достигнете никаких постижений или реализаций. Ваше сознание благодаря этому только закрепится на своих привычно обкатанных путях. Если вы решаетесь на практику Дхармы, то должны для этого серьезно вериться Духовному Учителю, точно так же, как при обычной болезни прибегли бы к услугам опытного врача. Пациенты вообще бывают очень рады, когда им удается правильно подобрать врача. Они следуют его рекомендациям, уважают его и обращаются с ним почтительно. Вы должны делать то же самое, если нашли Духовного Учителя. В *‘Обозрении драгоценных качеств’* говорится:

Мудрецы, с полным усердием устремленные
к высшему Просветлению,
Должны полностью и окончательно преодолеть свою гордость.
Как больные в поисках исцеления
вверяют себя врачу,
Так ищущие должны непоколебимо
обратиться к Учителю.

В УСЕРДНОЙ ПРАКТИКЕ ВИДЕТЬ ЦЕЛИТЕЛЬНОЕ СРЕДСТВО (28)

Целебное средство - это то, что помогает в случае болезни. Однако могло так случиться, что вы не следуете совету врача и просто оставляете разные лекарства стоять около кровати. Если в этом случае вы не поправляетесь, то не можете вменить это в вину врачу, потому что вы ведь, в конце концов, не сделали того, что он вам порекомендовал. Также и лекарства вы не можете винить, поскольку вы ведь ни разу их не принимали.

Духовный Учитель сравним с опытным врачом, но если вы лишь слушаете многие устные наставления - понимая, что это лекарства против болезни умственных омрачений, но не применяя их в практике, - то они не изменят ваш ум в лучшую сторону, независимо от того, насколько глубинными или обшиными они могут быть. В этом случае нельзя винить за отсутствие реализаций ни Гуру, ни Дхарму; ошибка кроется единственно в вас самих. В *‘Царе медитативного сосредоточения’* говорится:

После долгих поисков пациент находит
Мудрого и опытного врача,
Который, обследовав его с сочувствием,
Дает медикаменты и говорит: “Принимай это”.
Но больной не принимает
Эти в высшей степени действенные и драгоценные лекарства.
Не приписывай вину врачу за это!

Ошибка кроется также не в лекарствах;
Вина лежит исключительно на пациенте.
Точно так же ведут себя люди,
Которым даны наставления в этих учениях:
Они могут лучше всех разбираться
В *силах*, *Дхьяни-ступенях медитативного погружения*,
сверхспособностях,
Однако они не стараются по-настоящему медитировать.
Как можно было бы когда-нибудь достичь нирваны
Без правильного усилия?...
Я мог бы дать вам лучшие наставления в Дхарме,
Но если вы их правильно не применяете,
То уподобитесь пациенту, который лекарства никогда не открывает.
Так от болезни не излечиться .

Шантидева сказал в своей *'Бодхисаттвачарьяаватаре'*:

Воплоти их в реальность:
Одни лишь слова недейственны.
Что за помощь больному,
Если он лишь читает врачебные предписания?

Итак, недостаточно просто лишь иметь целебное средство; чтобы излечиться, вы должны его правильно принимать и следовать совету врача. Чтобы освободиться от болезни клеш, мы должны претворить устные наставления в практике. В *'Большом изложении этапов Пути'* Цонкапы говорится:

С обучением приходит понимание; однако оно должно сделаться полезным.
Поэтому решающее значение имеет претворение полученного знания в
Практику - до пределов своих возможностей.

'Сутра поощрения к альтруизму' содержит следующе описание людей, которые заботятся о том, чтобы обзавестись длинными списками учений и тантр, в которые они посвящены, без того, чтобы когда-нибудь их осуществлять в практике:

Кора сахарного тростника не проводит никакого сока;
Превосходный вкус лежит внутри растения.
Люди, которые лишь обгрызают корку,
Никогда не откроют вкуса сахарного тростника.
Корке подобны голые речи;
Со вкусом сравнимы размышления
над смыслом.

Другими словами: эти люди подобны тем, кто требует сахарный тростник, но больше занят обгрызанием корки - и поэтому не наслаждаются сладостью сахарного трстника.

Они - как зрители в толпе людей,
Как актеры, которые разыгрывают доблесть героев.
Они потеряли суть.
Это ущербно -
Великое удовольствие находить в болтовне.

О таких людях говорится, что они стали подобны актерам, которые представляют других в театральных пьесах. Это означает, ваша практика не должна сводиться к одному лишь обучению (получению наставлений и посвящений); усвоенное в обучении вы должны

претворить в практику. Если вы этого не делаете, то Дхарма почти ничего другого не произведет кроме того, что вы очерствеете. Слишком много обучения и слишком мало практики - это называется “причиной для затвердевания по отношению к Дхарме”. В начале обучения Дхарме имеется небольшое чувство успеха.. Однако если мы практику слушания вскоре не дополняем размышлениями и медитированием, то постепенно восприимчивость к Дхарме притупляется, а позитивное её воздействие становится всё слабее. Когда-нибудь потом вам надоест получать наставления - даже независимо от того, какими глубинными могли быть наставления, - потому что вы думаете, что и без того уже знаете это. В этом случае ваши занятия Дхармой уже больше не произведут никаких полезных сдвигов в вашем сознании. Тогда вы станете твердым и жестким по отношению к Дхарме, и как Ачарья Вararухи говорит в своих *‘Ста стихах’*:

Монах, отказавшийся от своих одежд,
Женщина, потерявшая троих мужей,
Шакал, освободившийся из капкана -
Все трое являются продувными бестиями!

Мастера древней Кадампы говорили:

Дхарма может укротить дурного человека,
Но не того, кто стал черствым к Дхарме.
Жиром можно кожу смягчить,
Но не шкуру, в которой хранят масло.

Когда люди, чей ум стал таким сухим, получают наставления в Ламриме, то они могут быть укрощены. Но если они также к Ламриму обнаруживают такое отношение, то почти невозможно их усмирить. Поэтому будьте предусмотрительны! Очерствение - это худшее, что может случиться.

Обучайтесь тем вещам, которые вы потом будете практиковать, и относите всё, чему вы обучаетесь, к самим себе. Дромтонпа, царь Дхармы, говорил о необходимости объединения процесса обучения Дхарме с размышлениями и медитацией:

Когда я обучаюсь,
То этим усиливаю свои упражнения
По размышлениям и медитированию.
Когда размышляю,
Я усиливаю свое обучение и свою медитацию.
Когда медитирую,
Я усиливаю свое обучение и свои размышления.
Я соединяю их все друг с другом,
Соотнося с единой основой;
Таким образом я знаю, как Дхарму сделать своим Путем.
Я - Кадампа и не делаю ничего наполовину.
Люди с большими пугающими трещотками заблуждаются;
Тот, кто это правильно понимает, и есть Кадампа.

Если больные проказой лишь один-два раза проглотят лекарство, едва ли их состояние улучшится; они должны принимать эффективное лекарство в течение длительного периода времени. Мы с безначального времени страдаем злокачественной, хронической болезнью умственных омрачений, и поэтому недостаточно лишь один-два раза осуществить в практике смысл наставлений. Мы должны всерьез заняться этим - постоянно, как спокойно текущий поток. Ачарья Чандрагомин сказал:

Но ум постоянно уже замутнен был
Этой длительной, хронической болезнью;

Как медицина могла бы помочь
Больному проказой, с изуродованными руками и ногами,
Если он иногда лишь лечится?

Нужно всё изученное тотчас претворятьв практику, точно так, как это делал Геше Чен Нгава. Однажды читая раздел Виная, где говорилось о коже и шкурах, он наткнулся на место, где говорилось, что монахам надо отказаться от использования шкур животных. Он как раз сидел на шкуре. Тотчас он отбросил её прочь. Когда же он дошел до чтения места, где говорилось, что для отдаленных местностей это правил не действует, и что там монахам позволено пользоваться шкурами, то принес шкуру обратно и расстелил её на своем сиденье.

СОБСТВЕННОГО ДУХОВНОГО УЧИТЕЛЯ ВОСПРИНИМАТЬ ТОЧНО ТАКИМ ЖЕ СОВЕРШЕННЫМ, КАК НА ТАТХАГАТ (29)

Первым, кто преподал Дхарму, был наш Учитель, Будда; он сам явил нам пример Пути и его Результат. Он обучил других Дхарме правильным образом, и всё, что он говорил на тему личного поведения, было совершенно безупречным (по содержанию и примеру личного поведения). Поэтому он является авторитетом, заслуживающим глубочайшего почтения. Если представить перед собою качества Будды, то непроизвольно возникнет мысль: “Как могло бы оказаться ложным Его Учение?” Продолжая эту мысль, вы развиваете настрой видеть как Татхагату всякое совершенное существо, которое поддерживает традицию Будды. Нужно постоянно думать: “Это совершенное существо, мой Гуру, суть эманация Татхагаты Шакьямуни.”

ЖЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ДХАРМА МОГЛА СУЩЕСТВОВАТЬ ДОЛГОЕ ВРЕМЯ (30)

Эта установка - результат слушания - выражается в мысли: “Как это было бы чудесно, если бы учения Будды долгое время прочно сохранялись в этом мире!”.

Первые пять установок - это примеры того, как памятовать о доброте Татхагаты. Шестая - это медитация о том, как может быть вознаграждена доброта Будды.

Вначале необходимо слушание Дхармы. Нужно слушать Дхарму, чтобы оказать на ум небольшое давление на ум, потому что до тех пор, пока мы этого не делаем, наш собственный ум остается таким, каков он есть. И если вы после наставлений не чувствуете никаких изменений, то тогда они абсолютно бесполезны для вас, даже если бы они были очень глубинными, и вы слушали с полным вниманием. Пример: нужно смотреть в зеркало, чтобы иметь возможность судить о том, насколько чистым является собственное лицо. лишь тогда можно смыть грязь, его пачкающую. Так проверяют собственный ум в зеркале Дхармы: к Дхарме прислушиваются, чтобы установить, имеет ли собственный ум какие-нибудь недостатки. Найдя ошибки, вы должны встревожиться и думать: “Мой ум на самом деле столь деградирован?” Тогда это породит желание сделать всё, что в ваших силах, чтобы устранить эти ошибки. В *‘Джатаках’* говорится:

Когда отражение моих злодеяний
В зеркале Дхармы ясно познаю:
Я совершенно расстроен.
Теперь обращусь к Дхарме.

Судасапутра, называемый также принцем Калмашапада, эти слова сказал принцу Чандре. Его история может быть образцом для нас всех:

Когда Будда был ещё обучающимся на Пути, он жил как (Бодхисаттва-) принц Чандра. У него был современник по имени Судасапутра, убийца, поедавший своих жертв. Когда в один из дней принц находился в роще, пришел к нему брахман и дал учение. Вдруг они услышали громкий шум. Отправили посыльных посмотреть, что случилось; по возвращении они сообщили, что на пути к ним находится Судасапутра.

Телохранители принца сказали: “Судасапутра Калмашапада - это людоед. Его действительно нужно бояться; наша армия со многими лошадьми, слонами и повозками отступает. Что же нам делать? Теперь время вести с ним переговоры.”

Эта идея понравилась принцу, и - глухой к мольбам своих жен и своей свиты - он пошел в место, откуда доносился шум. Принц увидел, как Судасапутра с поднятым мечом и щитом бешено преследовал армию короля. Бесстрашно и без всякого гнева принц сказал: “Я принц Чандра. Иди ко мне!”

Судасапутра поспешил к принцу и выкрикнул: “Тебя я искал!”. Он перебросил принца через плечо и помчался с ним к своему лагерю. В этом жутком месте повсюду лежали разбросанные там и сям человеческие скелеты; земля была пропитана кровью и со всех сторон с ужасными криками слетались свирепые поедатели мяса - шакалы, гиены и вороны. Лагерь был прокопчен дымом жареных трупов. Судасапутра опустил принца и стал отдыхать - не спуская глаз, однако, со статного тела принца.

Принц думал: “У меня больше даже не будет возможности сделать благодарственное подношение брахману в роще за наставление в Дхарме, полученное мною от него.” При этой мысли у него появились слезы в глазах.

“Прекрати это!”, - сказал Судасапутра. “Ты, принц Чандра, знаменит своей стойкостью. Как странно, что теперь ты начинаешь плакать из-за того, что я держу тебя в плену. В пословице говорится: ‘Стойкость бессмысленна, когда дела идут плохо. Исследования не помогут, когда кто-то страдает. Каждый смиряется, если это застанет его самого.’ Я думаю, здесь речь идет о чем-то правдивом. Скажи мне откровенно: ‘Ты боишься быть убитым мною? Или страшишься расставания со своими друзьями, близкими, женами, детьми и родителями? Скажи правду: почему ты плачешь?’”

“Я получил наставления в Дхарме от одного брахмана, - отвечал принц, - но не сделал ему никакого подношения. Разреши мне пойти к нему и дать ему что-нибудь; после этого в любом случае я вернусь к тебе.”

“Что ты тут говоришь, это не может быть правдой!”, - сказал Судасапутра. “Если кому-то удастся один раз вырваться из плена владыки смерти, то по доброй воле к нему он не вернется!”

Разве я не дал тебе мое слово и не пообещал, что приду обратно? Я - принц Чандра и ценю правду так же высоко, как мою собственную жизнь.”

“Я не верю тебе; однако готов рискнуть. Приходи назад, и мы посмотрим, является ли для тебя правда действительно чем-то ценным. Выясни свои дела с брахманом, о которых идет речь, и быстро приходи обратно. Я разведу за это время огонь, на котором зажарю тебя. Я жду тебя.”

Принц пошел домой и дал брахману четыре тысячи золотых монет в качестве вознаграждения за четыре стиха, которые он ему преподал. Отец принца всеми средствами пытался удержать его, но безуспешно - сын его вернулся назад в лагерь Судасапутры.

“Ты выглядел совершенно удивленным, когда издали завидел меня, идущего назад”, - сказал принц. “Теперь можешь меня съесть.”

“Я знаю, что теперь наступило время съесть тебя”, - отвечал Судасапутра, - “но огонь как раз слишком сильно дымит. Если бы я сейчас зажарил твое мясо, оно бы пахло дымом и оказалось бы невкусным. Пока мы пережидаем, ты можешь объяснить мне, что сказал тебе брахман - ты ведь, кажется, очень ценишь это. Я хочу, чтобы ты рассказал мне это.”

“Брахман выразил в прекрасных словах, как отличить Дхарму от не-Дхармы. Твое поведение хуже, чем поведение поедающих людей ракшасов. Ну какую пользу знание Дхармы могло бы иметь для тебя?”

Судасапутра был этим очень рассержен: “Прекрати это! Вы, короли, охотитесь и убиваете дичь. Это тоже не согласуется с Дхармой.”

“Короли, убивающие дичь, действуют вразрез с Дхармой”, - отвечал принц Чандра, “но есть человеческое мясо - это ещё хуже. Люди стоят выше, чем звери. Есть мясо того, кто умер естественной смертью - это уже неправедно, как тогда может быть праведным убийство людей ради того, чтобы пообедать ими?”

Судасапутра возражал: “Ты, очевидно, ничему не научился через изучение текстов, иначе ты бы не пришел ко мне обратно.”

“Я пришел назад, потому что дал обещание, и это хорошо показывает, что я многому научился из текстов.”

“Другие люди испытывают страх, когда я их хватаю. Однако ты доказал свой героизм; ты сохраняешь самообладание и не боишься умереть.”

“Эти люди были полны угрызений совести, потому что они совершили так много неблаготворного”, - сказал принц. “Я же не помню, чтобы когда-нибудь поступал плохо, поэтому мне не страшно. Я предлагаю тебе теперь съесть меня.”

Тем временем Судасапутра обрел веру в принца. Глаза его были полны слез, волосы поднялись дыбом, он благоговейно смотрел на принца и исповедовался ему в своих преступлениях. “Учинить что-то над таким человеком, как ты ”, - сказал Судасапутра, - “было бы подобно риску выпить сильный яд. Пожалуйста, объясни мне, что преподал тебе брахман.” Потом он процитировал вышеупоминавшийся стих:

Когда отражение моих злодеяний
В зеркале Дхармы ясно познаю:
Я совершенно расстроен.
Теперь обращусь к Дхарме.

Принц Чандра понял, что злодей стал подходящим сосудом для Дхармы и сказал:

Испей нектар этих слов,
Заняв положение на низком месте;
Веди себя достойно и сдержанно,
И позволь глазам своим блистать от радости.

Почувствуй глубокое уважение, слушай, не отвлекаясь,
Прислушайся к этим словам
Как больной, вопринимающий инструкции врача,
И проси через них о безупречном вдохновении.
Слушай, исполнясь благоговения к Дхарме.

Судасапутра снял верхнюю одежду, положил её на плоский камень и попросил принца Чандру сесть туда. Потом он встал перед принцем, посмотрел на него, не сводя глаз, и попросил: “Благородный, пожалуйста, учи теперь.”

После этого принц Чандра начал свои наставления. Помимо прочего он произнес следующий стих:

Всё равно, при каких обстоятельствах
Ты повстречаешься со святым;
Даже если это однажды лишь произойдет,
И ты не пробудешь с ним долгое время,
Это сделает твой ум устойчивым.

Он укротил ум Судасапутры этими наставлениями в Дхарме. Чтобы отблагодарить Чандру за доброту, Судасапутра дал свободу девяносто одному принцу, которых он держал в плену, чтобы съесть их; он пообещал, что отныне будет вести себя безупречно, вообще не будет больше убивать людей и есть человечину.

Итак, когда вы слушаете Дхарму, вы должны постоянно соотносить слова учения со своим собственным сознанием. Так ваш ум укрощается - даже если вы являетесь столь дикими, как Судасапутра. Если, напротив, вы не заставляете себя при слушании быть тронутым Дхармой, то это не станет для вас чем-то полезным, всё равно, как бы хорош ни был Лама и насколько бы глубокими по смыслу ни были его наставления.

Некоторые люди, в то время как слушают Дхарму, задаются вопросом: “Может ли он сказать нечто, чего я ещё не знаю или ещё не изучал?” Слушать с такой установкой - абсолютно бесполезное занятие.

Другие же в состоянии слушать лишь тогда, когда им рассказывают интересные анекдоты, и не воспринимают сердцем глубинные положения учений. Примером этого служит следующая история: Когда Келсанг Гьятсо, Седьмой Далай-лама, однажды давал учение Ламрим, один человек сказал: “Сегодня было действительно поучительно! Далай-лама сказал, что крепость Лхундруп в местности Пэнпо называется также ‘Крепость Майи Ча’.”

Другие, в свою очередь, проверяют при слушании, находится ли то, что говорит Лама, в согласии с текстами. Лама Цечолинг Ринпоче, один из наставников Далай-ламы, говорил: “В наши дни ученики как будто проверяют, правильно ли Лама учит.” Если слушать наставления с такой установкой, то они никогда не смогут оказать позитивного воздействия - вместо этого нужно решительно направить внимание на собственный ум. При обучении Ламриму Ламы в первую очередь ведут речь не о том, чтобы устранять всякую ошибку; а прежде всего о том, чтобы усмирить ум своих учеников.

Итак, вы не должны слушать учение упомянутым способом. Всё, что Лама говорит, вы должны понимать как личный вызов. Прежде всего вы должны слушать с намерением укротить свой ум. Если вы делаете это, то уже во время наставлений явятся первые постижения. Даже если Лама посетит тебя дома и ты нальешь ему чашку чая и потом попросишь о наставлении, то это не будет иметь такого же эффекта, как участие в официально передаваемом учении.

Что бы Геше Потова ни преподавал, всё было полезным для ума людей, даже его анекдоты о птицах. Но у него был один современник, большой ученый по имени Геше Чокьи Осер, чьи наставления оказывались не столь полезными для ума, даже если они были очень глубокими и обширными. Когда некоторые люди рассказали об этом Потове, тот сказал: “Его наставления являются выдающимися, но вид и способ, которым мы учим, различаются.” Когда его попросили объяснить эти слова, он сказал: “Он учит, чтобы передавать факты, моя Дхарма направлена, напротив, во внутреннее. В этом - различие.”

Геше Чокьи Осер услышал об этом замечании и пришел к Геше Потове, чтобы получить наставления. Услышанные у Геше Потовы наставления оказались в высшей степени полезным, несмотря на то, что Геше Потова не упоминал ничего такого, чего бы Геше Чокьи Осер уже не знал прежде. Геше Чокьи сказал позднее: “Я понял вещи, которых прежде никогда не понимал.” Мы должны усвоить то, о чем Геше Дромтонпа говорил:

> Что такое “Гуру Махаяны”? Эти Мастера дают людям безмерное знание.
> Они обучают каждому упражнению, которое по завершении наставлений
> оказывается полезным. И они обучают всему, что представляет прямую пользу.

Что здесь подразумевается - “по завершении”, интерпретируют различным образом. Согласно устной традиции моего собственного уважаемого Гуру, это означает следующее: независимо от того, какого объема Дхарма преподается, она должна быть по возможности максимально полезной для ума ученика.

Обсуждавшиеся темы как раз содержали указания, как нужно слушать наставления на Пути. Как я уже говорил, ошибка в этом месте могла бы иметь катастрофические последствия, подобно тому, что будешь, как говорят, неверно вести отсчет дней вплоть до пятнадцатого дня (полнолуния), если обманешься относительно первого дня лунного месяца. Всё равно, как бы глубоки и обширны ни были учения Дхармы, которые вы получаете, они могли бы превратиться в результате такой ошибки в нечто демоническое. Тогда Дхарма служит лишь тому, чтобы далее усиливать яды в вашем сознании. Так как это, как я знаю, часто случается, вы должны исполниться величайшей осторожности.

КАК ДХАРМА ДОЛЖНА ПРЕПОДАВАТЬСЯ (31)

Эта тема объясняется в четырех разделах: 1) какова польза, заключающаяся в преподавании Дхармы, 2) как оказывать должное уважение Дхарме и Учителю Дхармы? 3) о чем нужно думать и что делать во время учения? 4) различие между людьми, которых нужно обучать, и людьми, которых не нужно обучать.

КАКОВА ПОЛЬЗА, ЗАКЛЮЧАЮЩАЯСЯ В ПРЕПОДАВАНИИ ДХАРМЫ (32)

Самое решающее значение для наставников и наставниц в Дхарме имеет отсутствие мотивации, побуждаемой каким-нибудь умственным омрачением. Васубандху сказал в своей *'Сокровищнице метафизики'*:

> Щедрость предоставления Дхармы другим
> Не обременена ментальными омрачениями.
> Обучайте сутрам и другим вещам чистым и корректным способом.

Если вы преподаете в надежде на пожертвования или на уважение учеников, на славу и известность в качестве уважаемого ученого и так далее, то ваша деятельность по обучению других не пойдет вам на пользу, а даже вызовет, очевидно, вредные последствия. Ваши заслуги будут уменьшаться. Вы должны обучать, исполнившись сострадания, с желанием содействовать своим ученикам в их развитии и даже не думая о кармических результатах, которые изливаются на вас по причине вашей преподавательской деятельности. Как сказал Чусанг Лама Ринпоче Йеше Гьятсо:

> Когда многие Ламы дают учения Дхармы
> и посвящения,
> Они делают это образцово.
> Но если при этом они ждут подношений,
> Я глубоко опечален.

Так не должно быть - наставление приносит наибольшую пользу тогда, когда Учителю безразличны материальные дары.

В *'Сутре поощрения к альтруизму'* упоминаются двадцать полезных последствий:

> Майтрейя, тот, кто не побуждаем ни желанием получения материальных пожертвований, ни желанием обрести признание, испытывает двадцать полезных последствий. Какие это двадцать? Это суть следующие: у него будет хорошая память; будет развиваться способность различения; интеллект станет острым; усвоит трансцендентальную мудрость; будет чувствовать меньше привязанностей и враждебности; будет рассеиваться неведение; демоны не смогут больше ему навредить; его будут уважать Будды; не-человеческие существа будут охранять его; божества осенят его излучаемый ими светом; враги не смогут ему навредить; не будет расставаться с теми, кого любит; собственные слова будут иметь вес; станет бесстрашным; собственное сознание будет становиться умиротвореннее; ученые станут восхвалять его; преподанная Дхарма с удовольствием вспоминается.

Первый из этих позитивных результатов, а именно, развитие хорошей памяти, означает, что Дхарма не забывается. Способность различения возникает благодаря тому, что на Пути Медитации познана Абсолютная Истина. Острый ум появляется через познание Относительной Истины на Пути размышлений. Стойкость означает, что человек не поддается легко влияниям. Обладание мудростью относится к обычной мудрости, которая приобретается на Путях Накопления и Подготовки; трансцендентальная мудрость относится к мудрости, которая возникает на Путях Видения и Медитации.

Шесть из двадцати последствий относятся к последствиям общей причины. Четыре другие - это последствия, получаемые из тренировки как причины; девять - это последствия в среде и одна - это последствие кармического созревания (см. Тринадцатый день).

Подробные разъяснения Пабонгка Дордже Чанга к этой теме здесь не приводятся.

Другие позитивные результаты упоминаются в *‘Сутре, испрошенной Угрой’*, где говорится, что личность, принявшая монашескую ординацию, накопит больше заслуг, преподав лишь один стих Дхармы, нежели мирянин, сделавший подношение безмерно многих материальных вещей.

Вы должны размышлять об этих благих последствиях и напоминать себе о том, что они являются средством для достижения счастья. Упоминавшиеся здесь результаты получаются не только тогда, когда Дхарма передается с высокого медитационного трона. Преподаватели, обучающие своих студентов, и другие учителя также получают свои плоды. При декламировании текста Дхармы вы должны представлять себе, что окружены богами, нагами (змееподобными существами), животными и так далее и читаете его перед этим собранием слушателей. Благодаря этому можно добиться подобных позитивных результатов. То же самое происходит, если вы заучиваете наизусть тексты. Даже если вы беседуете с другими людьми и при этом объясняете им существенные пункты правильного поведения, то вы достигаете этого же результата. Но, заметьте, существует различие в достигаемых результатах в зависимости от того обстоятельства - являетесь вы чьим-нибудь Гуру или нет.

КАК ОКАЗЫВАТЬ УВАЖЕНИЕ ДХАРМЕ И УЧИТЕЛЯМ ДХАРМЫ? (33)

Нгаванг Драгпа из Дагпо говорил: “Будда, наш Учитель, сам соорудил сиденье, когда он преподал *‘Совершенную Матерь’*.” Тем самым он хочет сказать, что Бхагаван, когда учил серии *‘Сутр Совершенной Мудрости’,* он собственноручно соорудил свое сиденье Дхармы - руками, которые носили знаки и признаки Будды и были так прекрасны, как стройная ветвь золотого дерева. Когда сам Будда так почитал Дхарму, мы действительно должны преподавать её с самым большим уважением.

Когда состоялось первое буддийское собрание, Ананда и другие ораторы сидели на куче из пятисот накидок шафранового цвета, которые были поднесены другими Архатами. Это был жест высокого почитания величия Дхармы. (Я хотел бы здесь ещё кое-что заметить: три одежды монаха - это одежда, которую избрал Будда. В наши дни, однако, многие монахи пользуются верхней частью своих одеяний в качестве тряпки для вытирания или подушки. Это - свидетельство полного неуважения к монашескому одеянию.)

Дхарму следует почитать из-за её превосходных качеств. Но также нужно призывать на память благие качества и доброту нашего Учителя, Будды Шакьямуни и оказывать уважение.

О ЧЕМ НУЖНО ДУМАТЬ ВО ВРЕМЯ УЧЕНИЯ И ЧТО ДЕЛАТЬ (34)

О ЧЕМ НУЖНО ДУМАТЬ (35)

Нгаванг Драгпа из Дагпо говорил:

Оставь скупость, самохвальство и
Леность во время учений;
Остерегайся подчеркивать ошибки других,
Откладывать наставления и допускать зависть.
Развивай симпатию к твоим слушателям и обучай
Правильным образом, с пятью установками.
Верь в то, что твои хорошие качества принесут тебе счастье.

Это означает: не скрывай решающие положения учений, потому что это было бы формой скупости. В то время как вы даете учение, вы не должны рассыпаться в самовосхвалениях, рассказывая, например, о том, что вы совершили в прошлом. Вам также не должно надоедать учение. И было бы ошибкой, исходя из привязанности или враждебности, распространяться о чужих ошибках. Вы не должны также из лености откладывать наставление, из-за того, что у вас нет никакого желания давать его. Остерегайтесь также того, чтобы стать ревнивыми из опасения, что другие могут вас превосходить.

Будьте полны любви и сострадания к своим слушателям и сохраняйте пять правильных установок. Они подобны уже упоминавшимся шести установкам, только при этом не

упоминается то, что ваше серьезное упражнение в Дхарме излечит вас. Эти пять точек зрения таковы: слушатели являются пациентами, Дхарма - это лечебное средство, вы сами являетесь врачом и так далее. Затем исходите из того, что преимущество, которое возникает, если вы учите, имея правильную точку зрения, закладывает основание для вашего счастья.

ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ УЧЕНИЯ (36)

Прежде чем приступить к даянию Учения, вы должны сделать омовение; ваша внешность должна быть в порядке, и вы, по возможности, должны быть облачены в новую одежду. Учитель или Учительница должны сидеть на высоком троне, с радостным выражением лица. Обучайте посредством аналогий, цитат и логических умозаключений, так, чтобы было действительно понятно то, что вы хотите передать.

Меня лично очень смущает то, что я сижу здесь на высоком троне, а так много высокореинкарнированных Лам занимают место ниже меня. Но я напоминаю себе о том, что я должен сидеть здесь - как знак глубокого уважения по отношению к Дхарме. В действительности это чудесно, что эти обычаи непосредственно сохранились в провинции Цанг и в центральном Тибете. Иногда приходится слышать о странных историях про высоких Лам, которые говорят “я поддерживаю традицию” - при этом Учитель сидит на низком троне и подносит учения *вверх*!

“Иметь радостное выражение лица” означает, что вы улыбаетесь своим слушателям, когда учите их. Правда, Лонгдол Лама Ринпоче бранил своих учеников, когда давал учение, и грозил им палкой.

Устраните следующую ошибку, заключающуюся в том, что когда вы приводите ряд разлиных разделов, ваше повествование строится так же беспорядочно, как воронье гнездо. Если вы пропускаете трудные положения и ограничиваетесь изложением простых вещей, то ваше наставление подобно жидкой кашице, которую готовят для старых людей. Учителя, которые не поняли правильно внутренний смысл учений и предоставлены догадкам, сравнимы со слепцами, которые с помощью палки нащупывают дорогу.

Мой собственный драгоценный Гуру говорил мне следующее: “Пока ты идешь от своей комнаты до лекционного зала, ты должен породить правильную мотивацию. Представь себе, что главные Ламы линии передачи наставлений, которые ты будешь давать, сидят на твоем троне - один Гуру над другим. Сделай перед ними три простирания и затем представь себе, как Гуру один за другим растворяются друг в друге, пока не остается лишь только твой собственный коренной Гуру. Когда вы восходишь на трон, твой коренной Гуру растворяется в тебе. Как только ты садишься на трон, должен щелкнуть пальцами и продекламировать стих о непостоянстве, например:

Счастье
Сравнимо с масляным светильником,
Который погаснет через несколько минут.
Как мыльный пузырь - кратковременен,
Как сон - мимолетен, как молния и как день преходящи -
Таковы все обусловленные феномены.

Осознайте: “Я тоже существую лишь недолгие мгновения, я тоже так же непостоянен.” Сдерживайте так всякий росток чрезмерно высокого мнения о самом себе, иначе вы можете - как говорил мой Лама - стать высокомерными, когда сидите на высоком троне, и думать: “Теперь я кто-то!”.

В текстах рекомендуется декламировать мантры для подавления демонов; однако в сегодняшние дни мы декламируем *‘Сердечную Сутру’* и хлопаем три раза в ладони. Дже Друбканг Гелег Гьятсо следовал традиции, согласно которой очень медленно поют шесть подготовительных ритуалов, переложенных на мелодию. Когда он давал наставления по Ламриму, то пел эти ритуалы на самом деле явно медленно. Когда некоторые люди просили его несколько сократить эти пения, потому что это бы удлинило время для собственно учения,

он ответил: “Что вы тут говорите? Успешность учений зависит полностью и совершенно от этих начальных пений” и оставался верен себе.

Я уже упоминал, что вы можете уже во время этого учения породить первый вид реализации Ламрима. Но вы должны этим реализациям дать возможность появиться, и это зависит от того, достаточно ли вы накопили заслуг и мудрости, очистили ли вы умственные завесы, достаточно ли произносили молитвенных просьб и т.л. Исходя из этой мысли, декламируют подготовительные упражнения. Будьте при этом внимательны на деле - было бы неприемлемо позволять глазам повсюду блуждать монотонно, автоматически бубнить стихи, в то время как вы нетерпеливо ожидаете наставлений. Вам нужно всерьез отнестись к накоплению заслуг, устранению препятствий и молитве, так как эти упражнения являются решающими для того, разовьете ли вы во время наставлений постижения в соответствующих медитативных темах.

Теперь возвращаюсь назад к вопросу, как нужно учить. После того как вы поднесли мандалу (см. Пятый день), прикоснитесь текстом к своей голове в качестве знака высокого почтения и благословения и развивайте ещё раз правильную мотивацию. Помолитесь, чтобы ваше учение оказало полезное воздействие на ум ваших слушателей. Друбканг Гелег Гьятсо заботился о том, чтобы эти молитвы произносить не только в то время, когда он прикасался текстом Дхармы к голове, но также когда он надевал шляпу.

Как все вы знаете, формула Прибежища, произносимая перед учением, изменяется в одной строке. Обычно она звучит следующим образом:

До тех пор, пока не достигну Просветления,
Я принимаю Прибежище В Будде, Дхарме и Сангхе.
Силою заслуг,
Которые я накопил даянием и другими добродетелями,
Да стану я Буддой на благо всем живым существам!

Лама говорит: “Силою заслуг, которые я накопил даянием Дхармы...”, в то время как ученики говорят: “Силою заслуг, которые я накопил слушанием учения ...”.

В этом месте я должен также упомянуть традицию, по которой принято громко декламировать ту часть текста Ламрим, которая будет преподана в этот день. Персона, дающая учение, должна объяснить, какую часть Ламрима они будут обсуждать, потом один из главных учеников может осуществить это декламирование - лучше всего каждый день, но, по крайней мере, в течение первых 1-3 дней. Когда в силу обстоятельств невозможно так поступать, то нужно всё же, по крайней мере, упоминать, что это является частью традиции.

В то время как вы даете учение, нужно представлять себе, что прибыли боги, такие как Индра, а также наги и другие духи, чтобы слушать. Когда вы декламируете стих, начинающийся словами: “Боги, полубоги...”, вы должны держать руки в жесте даяния Учения. По-видимому, боги не в силах перенести сидения на земле, поэтому Гуру должен им мысленно дать разрешение пребывать в воздухе около слушателей. Если кто-то из вас принял ответственность за сохранение учений, то должен принять эти традиции к сердцу.

РАЗЛИЧИЕ МЕЖДУ ЛЮДЬМИ, КОТОРЫХ НУЖНО ОБУЧАТЬ, И ТЕМИ, КОГО НЕ СЛЕДУЕТ УЧИТЬ (37)

Вообщем-то нужно придерживаться того, что говорится в *‘Передаче Виная’*: “Не учить ничему, о чем не было испрошено”. Другими словами: было бы неправильно давать наставления, о которых вас никто не просил. Вам не следует таккже тотчас соглашаться, как только кто-нибудь выразит просьбу. Вы должны скромно сказать: “Моих познаний недостаточно, чтобы я мог дать учение по этой теме” или “Как я могу наставлять в этой теме таких значительных людей, как вы?” В каждом случае проверяйте, действительно ли у людей имеется серьезное желание получить учение. Обучайте лишь в тос случае, если они являются подходящими сосудами. В *‘Царе медитативного сосредоточения’* говорится:

Пракаша, заяви им сначала следующее:
“Я необразован.”
Если ты уже имеешь опыт, говори: “Как мог бы я
Столь значительных людей, как вы, чему-то научить,
Когда вы такие ученые и мудрые.”

Если же, однако, существует основательная причина, то вы обязаны людям объяснять что-то, даже если они об этом не просили. Дже Цонкапа говорил: “Если ты знаешь подходящий сосуд, то учи, даже если тебя об этом не просят.”

Нужно следовать также двадцати шести правилам, которые описываются в Виная. Там значится: “ Не наставляй никого, кто сидит, в то время как ты стоишь; никого, кто лежит на земле и никого, кто сидит выше, чем ты.” Теперь настала очередь третьего основного заголовка:

Что Учитель и ученики должны делать совместно в конце (38)

После того, как поднесена благодарственная мандала, Учитель и слушатели должны сделать посвящение заслуг, накопленных во время учения, тому, чтобы учение приносило пользу, и чтобы они сами могли достичь совершенного Просветления. При этом они декламируют Молитву Ламрим (из Послесловия *‘Большого изложения этапов на Пути к Просветлению’* Цонкапы. После учения все слушатели не должны одновременно спешить разойтись; одиночки после других должны нехотя покидать помещение - так, будто они не могут перенести расставания с Гуру и Дхармой.

Вторая часть

Подготовительные ритуалы

Четвертый день

Пабонгка Дордже Чанг начал учение этого дня следующими словами Чандракирти:

Теперь у вас есть свободы,
Вы попали в благоприятные обстоятельства;
Если сейчас вы не пользуетесь шансом,
А теряете снова свободу,
Ибо падаете в низшие сферы -
То кто тогда снова оттуда вас вытянет?

Другими словами: мы не переродились теперь в несчастливых уделах, а достигли наилучшего из возможных, человеческого, существования. Мы имеем возможность практиковать Дхарму. Если мы всё же не используем возможности, которые нам предоставляет наша нынешняя ситуация, чтобы достичь того, чего мы всегда себе ожидаем, то вновь упадем в преисполненные страданий нижние миры, где нам не суждено никогда испытать счастье услышать слово “Дхарма”. Стоит нам впасть в такое состояние - кто в силах нас оттуда опять поднять наверх? Поэтому нам нужно попытаться любой ценой достичь того, о чем мы тоскуем - и именно сейчас, пока мы ещё обладем для этого свободой. Посредством Ламрима мы можем

исполнить все наши чаяния. Поэтому нам следует думать и чувствовать: “К благу всех чувствующих существ я хочу достигнуть состояния Будды; ради этой цели я буду слушать учение об этапах Пути к Просветлению и претворять его в практику.”

Подобного рода мотивация является необходимым основанием для слушания. И какого рода учение вы теперь слушаете? Это Дхарма Высшей Колесницы, Дхарма, которая ведет Способствующих Счастью к состоянию Будды.

После этого введения Пабонгка Риннпоче ещё напомнил обсуждавшиеся до сих пор темы и сделал краткое резюме материала предыдущего дня. Затем он перешел к собственно учению.

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ, В КОТОРОЙ НУЖНО ДАВАТЬ УЧЕНИКАМ ПОДЛИННЫЕ НАСТАВЛЕНИЯ (39)

Этот заголовок охватывает несколько разделов: 1) Корень Пути: вера в своего Духовного Мастера; 2) непосредственная поэтапная практика, которой нужно посвятить себя после того, как вверился ему.

При таком разделении, происходящем из текстов великого Цонкапы, уже в заголовках указываются самые решающие пункты нашей практики. Выражение “Корень практики” имеет следующее значение: все листья, плоды и остальные части дерева возникают из его корня. Точно так же все постижения и реализации - начиная с трудом обретаемого, лучшего из возможных, человеческого рождения и вплоть до состояния “Единство Более-Не-Учения” - восходят исключительно к вере и преданности по отношению к Духовному Мастеру. Временное определение “после того, как” во втором подзаголовке проясняет, в какой последовательности нужно практиковать. То есть, все реализации, вплоть до Единства, могут быть достигнуты, если мы правильным образом вверим себя Духовному Мастеру. Поэтому *Вверение* вначале является в особенности важной вещью.

Первые три заголовка, о которых мы уже вели повествование, находятся также в *‘Большом изложении этапов Пути’*. Следующие заголовки, напротив, расходятся с текстом *‘Ламрим ченмо’*; они заимствованы из более компактных наставлений.

КОРЕНЬ ПУТИ: ВЕРА В ДУХОВНОГО МАСТЕРА (40)

Здесь имеются два раздела: 1) что нужно делать во время медитативной сессии и 2) что нужно делать в промежутке между медитативными сессиями.

Деление этой темы на два раздела имеет особый смысл. Вся наша повседневность может быть структурирована в виде потока отдельных дней, а они, в свою очередь, на периоды времени, приходящиеся на медитативную сессию, и на периоды времени между медитативными сессиями. Поэтому всякое действие вашего тела, вашей речи или вашего ума случается либо во время такой медитативной сессии, либо между сессиями. Если вы оба временных промежутка наполняете смыслом, то в целом ваш день является исполненным смысла. Если вы распространяете это на временной масштаб месяцев, лет и так далее, то вся ваша жизнь имеет смысл. Это имеет решающее значение.

Что нужно делать во время медитативной сессии (41)

Этот раздел имеет три подраздела: 1) подготовительные ритуалы; 2) как должна выглядеть основная часть практики; 3) что нужно делать в конце практики.

Было бы ошибкой считать подготовительные ритуалы чем-то второстепенным. Если, к примеру, кто-то захотел приготовить хороший чай, то должен подойти тщательно уже к покупке чая. Соответственно нужно прежде всего совершить подготовительные ритуалы, если хотите во время основной части медитативной сессии испытать глубокое переживание.

Подготовительные ритуалы (42)

Здесь говорится о шести видах активности: 1) уборка комнаты и расстановка символов просветленных Тела, Речи и Ума; 2) честное приобретение даров и их красивое оформление; 3) принятие на удобном сиденьи позы Вайрочаны с её семью признаками, после этого принятие Прибежища с особым позитивным настроем, развитие Бодхичитты и т.д.; 4) визуализация Поля Заслуг и обращение молитвы к нему; 5) Семичленная Молитва и Подношение Мандалы - упражнения, которые содержат все пункты, важные для накопления заслуг и очищения; 6) произнесение другой молитвы, ставшей традиционной через устную передачу, молитвы, благодаря которой собственный ум в достаточной степени проникается медитацией.

ОЧИЩЕНИЕ КОМНАТЫ И РАССТАНОВКА СИМВОЛОВ ПРОСВЕТЛЕННОГО ТЕЛА, ПРОСВЕТЛЕННОЙ РЕЧИ И ПРОСВЕТЛЕННОГО УМА (43)

Гуру Суварнадвипи, согласно его биографии, убирал свою комнату всегда собственноручно. Это упражнение восходит к Сутре, в которой говорится: “Бодхисаттвы сидят со скрещенными ногами в чистом окружении.”

Почему следует содержать в чистоте свою комнату? Если вас пришли навестить ваш Гуру или высокий чиновник, то вы прежде основательно подметете свою комнату - разве не так? Точно так же вы должны из уважения к вашему Гуру, Буддам и Бодхисаттвам убирать свою комнату, когда приглашаете их в ходе своей медитации.

Совершенно нет никакой пользы в том, чтобы, руководствуясь похожими мотивами, наводить порядок с помощью мирян, например, убирать колонны Поталы или монастырей Сера и Дрепунг. Эти люди работают ради собственного пропитания или ради того, чтобы произвести впечатление на других. Вы, однако, должны делать это из уважения к Полю Заслуг, которое приглашаете в ходе подготовки к определенной медитации на Ламрим в вашей комнате, чтобы к благу всех существ достигнуть состояния Будды. Думать так - это безусловно полезно.

В одной сутре упоминаются пять позитивных результатов: мы сами и другие обретают радостное и ясное сознание; это радует богов; накапливается карма для того, чтобы обрести красоту; и будет достигнуто перерождение в небесных сферах после того, как будет оставлено это тело. Мой уважаемый Гуру рассказывал мне, что позитивно настроенные боги всегда посещают человеческий мир и защищают людей, которые практикуют Дхарму правильным образом. Но если вы свою комнату не убираете как положено, то она не является для них привлекательной; в этом случае они не предоставляют вам никакой поддержки, потому что они избегают нечистого. Кроме того, чистая комната радует не только благожелательно настроенных богов, но также вашего Гуру, Будд и так далее.

Вы накапливаете карму для того, чтобы обрести красоту. Под этим подразумевается не только то, что обретается красивая внешность - высказывание относится также к этическому поведению. Нравственное поведение позволяет не внешне, телесно стать значительным, но в глазах Будд и Бодхисаттв иметь прекрасный облик. Великий Цонкапа сказал:

Умные одеваются со скромностью:
Их одежды сотканы из добродетели -
А не из тонкого атласного шелка.
Выразительная речь украшает их горло -
Не ожерелья;
Гуру - благородный венец их, а не драгоценный камень.

Когда говорится, что мы будем перерождаться в небесных сферах, то под этим прежде всего имеются в виду Чистые Земли Будд.

Арья Чудапантака достиг состояния Архата тем, что убирал помещение. Я расскажу вам кратко его историю:

В Шравасти жил однажды брахман, все сыновья которого умирали сразу после рождения. Одна старая женщина-соседка сказала ему: “Позови меня, когда у тебя ещё раз родится сын.” Когда у брахмана родился следующий сын, он пригласил к себе старую женщину. Она порекомендовала ему искупать новорожденного, завернуть в белые пеленки, наполнить ему рот маслом и передать на попечение девушки. Потом он должен был поручить той девушке, чтобы она отнесла его на определенный перекресток, где встречаются четыре

большие улицы. Там она должна была выказывать свое уважение всякому проходящему мимо святому человеку или брахману и говорить: “Этот новорожденный почтительно склоняется к твоим ногам, Благородный.” В случае, если дитя ещё оставалось в живых при заходе солнца, девушка должна была возвращаться.

Девушка была очень добросовестной и провела день на большом перекрестке дороги. Когда мимо проходили некоторые священники тиртиков, она вела себя так, как рекомендовала старуха. Священники говорили: “Да сможет этот ребенок жить дальше, да будет его жизнь долгой, и да исполнятся желания его родителей.”

Позже проходили мимо несколько монахов и произнесли похожие слова. Наконец, девушка с ребенком пошла вдоль улицы к роще Джетавана, где она встретила Будду, который как раз собирал подаяние. Она повела себя так , как поступала до этого, и Будда произнес такие же слова, которые были произнесены другими. Затем он добавил: “Да смогут исполниться все духовные желания твоих родителей.”

При заходе солнца девушка, видя, что новорожденный ещё жив, понесла его домой. Ему дали имя Махапантака (Большая улица), поскольку его относили на большую улицу. Махапантака вырос и стал ученым всех отраслей ведических наук. Он обучал сотню брахманских детей тайным учениям.

Когда у брахмана родился следующий сын, он опять призвал старую женщину. Хотели поступить так же, как с первым сыном; однако в этот раз ребенка дали ленивой девушке, которая отнесла его лишь до маленькой соседней улицы. Мимо не проходили никакие святые люди или брахманы. Будда, который днем и ночью заботится обо всех существах, узнав, что никто не проходит мимо по этой улице, пришел туда сам. Девушка обратилась к нему, и он отвечал теми же самыми словами, что и в первый раз. Когда девушка позже увидела, что ребенок ещё жив, она принесла его домой. Его назвали Чудапантака (Малая улица).

Когда мальчик подрос, его попытались научить читать. Но когда он, к примеру, хотел запомнить слово *siddham*, то всякий раз, как только мог прочитать слог *sid*, снова забывал слог *dham*. Когда он заучивал слог *dham*, то уже не мог вспомнить больше слог *sid*. Учитель Чуды сказал его отцу, брахману: “Мне нужно обучать многих других брахманских мальчиков чтению. Я не могу преподавать ему.”

Чудапантака был направлен к одному человеку, который в силу профессии занимался рецитированием Вед, чтобы тот научил его читать. В качестве первого задания он должен был учить слово *om bhu*. Когда он в конце концов усвоил *om*, то уже снова забыл *bhu.* Запомнив слог *bhu*, он не помнил более слога *om*. Он привел своего учителя в отчаяние, и в конце концов тот сказал разочарованно отцу юноши: “Твой другой сын Махапантака понимает уже после краткого указания, *его*, напротив, я не могу обучать - я должен заботиться о других юношах.”

Отныне имя Чудапантака стало обозначением “тупого”, “тупейшего из тупых”, “низкого”, “нижайшего из низших”.

Когда родители обоих Пантак умерли, Махапантака стал буддистом и монахом. Он был ученым Трех Корзин и Архатом. Чудапантака, когда его наследство оказалось растраченным, пошел к своему старшему брату. Махапантака хотел увидеть, подходит ли его брат для Дхармы, и проверил его. Узнав, что он сам вправе осуществлять духовное руководство братом, дал Чуде монашескую ординацию. Следующие три месяца Чуда провел в попытке заучить следующий стих:

Заставь тело, речь и ум не делать ничего плохого.
Будь свободным от желаний и тем самым - свободным от цепляния за мир,
Будь внимательным и бдительным,
Устрани всё вредоносное и всё страдание.

Пастухи этой местности, слышавшие этот стих, выучили его - однако Чуда потерпел фиаско.

Через некоторое время Арья Махапантака спросил себя: “Как я могу воспитать Чуду? Должен я его хвалить или ругать?” Он решил, что будет больше пользы, если его ругать; итак, он стал упрекать Чуду, взял его за шиворот и выкинул из рощи Джеватана.

Маха сказал: “Ты - тупейший из тупых; как только я смог бы сделать из тебя монаха! Держись подальше!”

Чуда подумал: “Теперь я более не аскет и также не брахман”, и заплакал.
Будда, наш Учитель, шел, полный сострадания к нему.
“Пантака, почему ты плачешь?”, - спросил он.
“Мой настоятель отругал меня.”
После чего Будда произнес:

Существуют слова хвалы дураков
И бранные слова ученых.
Это лучше - получить оскорбление от ученого,
Чем хвалу -от необразованного дитя.

“Мой сын, твой настоятель не принимал на себя трудностей на протяжении трех неисчислимых эонов, чтобы привести к совершенству Шесть Парамит. Этот стих для тебя также не он сочинил - это сделал я. Ты можешь учиться читать у Будды?”
“О, достойнейший почитания”, - сказал Чудапантака, “я тупейший из тупых, нижайший из низших”. Как мог бы я когда-нибудь научиться читать?”
Будда, наш Учитель, отвечал:

Дурак, который знает, что он - дурак,
Это на самом деле - мудрец.
Дурак, который горд своей мудростью,
Есть величайший среди всех глупцов.

Будда дал Пантаке следующий стих для заучивания: “Устраняю грязь, устраняю пятна.” Когда же и это оказалось слишком трудным для Чудапантаки, Бхагаван Будда подумал: “Я очищу его от плохой кармы.”
“Пантака, ты можешь чистить обувь монахам?” - спросил Будда.
Чуда отвечал: “Да, достойный уважения, это я могу.”
“Тогда чисти сандалии и ботинки монахов”, - сказал Будда. “А вы, монахи, должны заставлять его делать это, тем самым он сможет очистить свою карму. Вы должны декламировать эти слова, чтобы он тоже в конце-концов выучил их.”
После того как Чуда научился декалмировать эти два предложения, Будда сказал: “ Теперь ты не нуждаешься в том, чтобы чистить их сандалии, но в дальнейшем повторяй оба этих предложения, подметая храм.”
Выполняя порученное ему задание, подметая храм, Чуда развил великое усердие в этом занятии. Будда действовал так, что левая сторона тотчас же оказывалась опять испачканной, как только Чуда подметал правую сторону храма, а как только левая сторона становилась чистой, правая опять нуждалась в очищении. Пантака не оставлял своего рвения, и таким образом его карма и умственные омрачения были в конце-концов очищены. Тут его посетила мысль: “Когда Учитель сказал: ‘Устраняй грязь, устраняй пятна’, что он имел в виду - внутреннюю или внешнюю грязь?” Теперь ему пришли на ум три строфы, которые он прежде ещё никогда не слышал:

“Грязь” означает привязанность, а не частицы грязи;
“Грязь” - это синоним привязанности, а не нечистот.
Мудрые устраняют этот вид грязи
И следуют добросовестно учениям Сугаты.

“Грязь” означает враждебность, а не частицы грязи;
“Грязь” - это синоним враждебности, а не нечистот.
Мудрые устраняют этот вид грязи
И следуют добросовестно учениям Сугаты.

“Грязь” означает неведение, а не частицы грязи;
“Грязь” - это синоним неведения, а не нечистот.

Мудрые устраняют этот вид грязи
И следуют добросовестно учениям Сугаты.

И так далее. Он попытался понять эти стихи в корне и достиг посредством своей медитации состояния Архата.

Впрочем, в Сутре стихи содержатся в том виде, в каком я их цитировал выше; а в текстах о подготовительных упражнениях и в устной традиции Гуру дается следующая версия:

“Грязь” - это не грязь на земле:
Это - грязь привязанности.

Для вашей практики эта формулировка является более понятной.

Будда захотел довести до всеобщего сведения, какие качества развил Пантака, и сказал: “Ананда, иди к Пантаке и скажи ему: ‘Отныне преподавай монахиням’. Иди также к монахиням и скажи им: ‘Ваш наставник теперь - Пантака.’”

Пантака, который понял, что Будда хотел объявить о его реализациях, пообещал действовать, как было велено.

Монахини были очень удручены этим известием и сказали: “Вы посмотрите, как насмехаются над женщинами! Он ведь не смог даже ни одного стиха выучить за три месяца. Как же он сможет обучать нас, поддерживающих учения Трех Корзин?”

Через некоторое время некоторые из них сказали: “Мы должны выдумать что-то такое, благодаря чему в будущем более не будем иметь дела с такими тупыми головами.” Собрались двенадцать монахинь. Некоторые из них построили сверхбольшой трон для наставлений Пантаки - вообще без ступеней. Другие пошли в большой город Шравасти и распространили среди его жителей объявление: “Завтра нас посетит наш Учитель. Он является одним из величайших Шраваков. Мы будем слушать его Дхарму. Те, кто ещё только должен познавать истину (т.е. не достиг ещё Пути Видения), должны прийти и слушать его, иначе должны будут ещё долго скитаться в сансаре.”

Сотня тысяч людей явилась на учение. Одни пришли ради содержания, другие - ради того, чтобы накопить заслуги. Пантака в этот день сделал прежде всего свой обход по сбору подаяния. Позднее, когда монахи закончили свое медитативное погружение, он повел их к дому монахинь, где проходили затворничества сезон дождей, и где он должен был преподавать Дхарму. Когда он подошел поближе и увидел, что трон является слишком высоким, то подумал: “Либо у них имеется очень большая вера в меня, либо они хотят сделать меня мишенью для насмешки.” Он погрузился на некоторое время в медитацию и узнал, что имеет место последнее. После этого он вытянул свою руку, как слон, вытягивающий хобот, и сжал трон. Лишь некоторые из присутствовавших увидели, что произошло. Потом он сел на трон и вторично погрузился в медитацию. Наконец, он отделил от трона и отправил парить в небо четыре вида магических эманаций в каждое из четырех направлений света. В конце он опять притянул их назад и воссел на львиный трон.

“Сестры, - начал он, - я потратил три месяца на то, чтобы выучить наизусть один-единственный стих. В течение последующих семи дней и ночей я буду объяснять вам его смысл. Бхагаван сказал: ‘Не позволяй телу, речи и уму делать ничего плохого.’ Этим самым он научил нас отвергать десять неблаготворных действий. Когда он говорил о ‘мире’, то относил это к пяти агрегатам. Слово ‘цепляние’ относится к тому, чтобы держаться за привязанность, враждебность и неведение.”

Он преподал только смысл первой половины стиха во всех подробностях и всё же двенадцать тысяч существ познали Абсолютную Истину. Другие обнаружили один из четырех видов результатов (став Вступившими-в-Поток, Единожды Возвращающимися, Никогда-не-Возвращающимися и Архатами). Некоторые люди стали Шраваками, другие - Пратьекабуддами, а ещё другие вступили в Махаяну; все эти люди развили желание соответствующим способом достигнуть Просветления. У большинства присутствовавших возникла вера в Три Драгоценности.

Когда Пантака позднее вернулся в рощу Джеватана, Будда, наш Учитель, объяснил: “Среди моих Шраваков Пантака является тем, кто прежде всего в состоянии производить в других людях позитивные ментальные изменения.”

Однако никогда не думайте: “Медитация важнее всего; виды активности вроде подметания помещений значат немного.” Даже мирянин Анатхапиндика (который передал Сангхе рощу Джеватана), каждый день проходил мимо рощи, чтобы лично подметать её. Когда однажды он не смог прийти, так как был слишком занят, и так как, кроме того, ни у кого не было времени, то - как об этом рассказывается в сутрах - Будда сам взял в свои золотые руки обычную метлу и подмел рощу.

Мой уважаемый Гуру рассказывал мне не раз, что также различные инкарнации всеведущих Далай-лам проводили подготовительные упражнения. От многих подметаний их метелки были так изношены, что не имели больше совсем щетинок - они выглядели, как ослиные хвосты. Многие из этих метелок были сохранены; они были связаны вокруг рукояти желтыми лентами (чтобы показать, что они когда-то были в имуществе Далай-лам). Это - важная деталь из историй жизни Далай-лам; начинающие, как мы, должны бы брать пример с таких образцов и всерьез относиться к этим вещам.

Лучше всего подметать комнату перед каждой медитативной сессией, независимо от того, грязная она или нет. По меньшей мере нужно убираться один раз в день. Всякий раз при этом развивайте упомянутую выше мотивацию. Вы должны представлять себе, что убираете грязь, которая омрачает ваше сознание и сознание других. Подметайте, нацеливаясь на достижение Чистой Земли Будды. Хорошо бы также рецитировать во время уборки стих, как это делал Чудапантака в нашей истории. Вы можете говорить: “Устраняю грязь, устраняю пятна” или даже ещё лучше:

“Грязь” означает привязанность, а не частицы грязи;
“Грязь” - это синоним привязанности, а не нечистот.
Мудрые устраняют этот вид грязи
И следуют добросовестно учениям Сугаты.

Повторяйте этот стих и заменяйте при этом “привязанность” на “враждебность” или “неведение” и т.д. Если вы в данное время проводите практику, которая имеет дело с развитием преданности вашему Духовному Мастеру, то произносите стих: “‘Грязь’ означает недостатки веры, а не частицы грязи...”. Грязь здесь может обозначать всё, в том числе цепляние за двойственность. Вы должны понимать, как вы сможете приспособить рецитирование стиха к соответствующей - по обстоятельствам - практике, которая для вас как раз находится на переднем плане.

Если вы сделались слишком стары или больны, чтобы самому делать уборку, вы можете поручить это одному из ваших учеников; при этом сами вы должны рецитировать стих и проводить визуализацию.

Чистота вашей мотивации определяет, как много позитивного воздействия имеет каждое движение вашей метлы.

Поставьте четыре камня перед дверью вашей комнаты и представьте себе, что они являются четырьмя махараджами.[26] Вы можете также использовать один камень для всех четырех махарадж или представить себе, что лишь один камень является Вайшраваной. Эти визуализации очень важны, так как они инспирируют чистое поведение, и таким образом устраняются препятствия. Если вы живете в большом монастыре, то, может быть, это является непрактичным - установка камней перед вашей комнатой. В этом случае визуализируйте внешние стены своей комнаты в качестве махарадж; эта устно передаваемая традиция восходит к Пурхогу Нгавангу Джампа.

---

[26] Маркировки, состоящие, как правило, из маленьких скальных кусков, из сосуда с соломой или из ца-ца, устанавливаются, как правило, снаружи затворнической комнаты, чтобы обозначить границы затворничества. Правда, в случае, если затворничество проводится в монастыре, не представляется возможным прикрепить маркировки на фактических границах - в этом случае их устанавливают на оконной доске затворнической кельи. При затворничестве по Ламриму они визуализируются в качестве четырех махарадж, хранителей четырех сторон света каждой мировой системы - для устранения препятствия. Если пользоваться только одной маркировкой, то она визуализируется в качестве Вайшраваны, защитника востока, а также покровителя этики и благополучия.

Теперь перейдем к расстановке символов просветленного Тела, просветленной Речи, просветленного Ума. Изображения Гуру, медитативных божеств и так далее должны быть так расположены, как это задано при визуализации Поля Заслуг (см. Пятый день). Впрочем, допускается этот порядок немного изменять, обычно в случае, если имеется недостаточно места для объектов на алтаре.

Многие люди думают, что будет более действенным молиться защитникам Дхармы, царям духов, духам могущества и т.п., и ставят их образы на более высокое место, чем статуи Будды. Я много раз наблюдал такое. Нечто подобное исключительно наглядно свидетельствует о том, что эти люди не приняли правильным образом Прибежище: принятие Прибежища не имеет места в их сознании. Другие люди ставят впереди статуи, изготовленные из золота, серебра или бронзы, а глиняные фигуры задвигают совсем назад. Это говорит о том, что они рассматривают эти фигуры только как вещи, имеющие материальную ценность. Было бы также неправильно развешивать религиозные полотна соразмерно своему алтарю. Некоторые люди развешивают образа (тханка) повсюду и используют их в качестве дверных занавесей. Разве может быть правильным нечто подобное? Имеются также люди, чьи ноги во время сна направлены в сторону Будд и Бодхисаттв. Подобные вещи свидетельствуют о полнейшем отсутствии уважения - ясные признаки того, насколько убогим является их принятие Прибежища. Другие считают старые и износившиеся статуи, тханка и тому подобное мусором и просто приносят их в ящик возле дороги. Это означает, что тем самым они выносят одновременно из дома и свои заслуги. Вы должны считать статуи и так далее действительными Буддами или Бодхисаттвами.

Вы обладаете, быть может, не таким уж большим количеством символов Тела, Речи и Ума Просветленных; однако, чтобы представлять просветленное Тело и напоминать себе о нем, вам нужно, по меньшей мере, иметь изображение нашего Учителя, Будды, а также изображение Дже Ринпоче как представительство Гуру. Краткая сутра или том Ламрима могли бы служить символом просветленной Речи. *Ца-ца*, маленький глиняный конус в форме ступы, является достаточным в качестве символа просветленного Ума, если вы не имеете ничего другого. Если у вас есть ваджра и колокольчик, то можете также установить этим символы просветленного Ума. Некоторым людям кажется, что ваджру и колокольчик следует считать исключительно символическими инструментами, которые держат в руках божества; однако они представляют просветленный Ум. Это является тяжелым прегрешением - недооценивать ваджру и колокольчик.

Нет необходимости каждый день заново устанавливать алтарь, однако важно постоянно видеть фигуры на алтаре как реальные, когда вы их рассматриваете. Тем самым вы следуете объясненной в этом разделе практике.

Было также ошибкой позволять возникнуть чувству скуки в отношении изображений в своей комнате из-за того, что вы уже так много раз их видели. Всякий раз, когда вы в течение дня их видите, это оставляет особенно сильное впечатление. Это означает, что было бы в 16 раз полезнее рассматривать изображение Будды, нежели его совершенно реально иметь перед собой. В *'Сутре белого лотоса'* говорится:

> Даже если кто-то с расстроенным умом
> Рассматривает на стене форму Сугаты,
> То это подействует так, что в конце концов
> Он узрит десять миллионов Будд.

Собственно, в сутре говорится: “Если некто делает подношение форме Сугаты...”; процитированная мною версия восходит к устно передаваемой традиции. Если уж говорится, что будет полезным рассматривать фигуру Будды, даже будучи в состоянии гнева, то тогда насколько же полезным является созерцать её, исполнясь веры! Арья Шарипутра был одним из двух первых учеников Будды и всегда был на его стороне. В этом усматривается результат одного события, имевшего место в одной из его предыдущих жизней, когда он рассматривал, полный восхищения, изображение Будды.

Арья Шарипутра был в той жизни курьером. Однажды вечером он увидел храм и вошел внутрь, чтобы провести там ночь. Он зажег масляный светильник, поставил его и начал снимать сапоги. В этот момент он взглянул на Татхагату, изображенного на фреске в храме, и ему пришла в голову мысль: “Какое чудесное существо! Как хотел бы я повстречаться с ним лично.” Он произнес это тихое пожелание, и это означает, что в качестве результата явилось то, что он стал одним из первых учеников Будды.

Мы видим сейчас Будд, изготовленных из глины, меди и т.п.; однако когда мы достигнем однонаправленной концентрации, которая называется “Поток Дхармы”, мы увидим в них высшие *нирманакайя* (Тела Эманации). А когда мы достигнем первого из уровней Бодхисаттв (*бхуми*), то увидим их как *самбхогакайя*. Поэтому очень важно смотреть на статуи Будд как на действительных Будд.

ЧЕСТНОЕ ПРИОБРЕТЕНИЕ ОСНОВЫ ПОДНОШЕНИЙ И КРАСИВОЕ ОФОРМЛЕНИЕ (44)

“Честное” означает, что подношение является безупречным в двух аспектах: в отношении его происхождения и в отношении мотивов дающего.

Честность “в отношении происхождения подношения” означает, что не было совершено никаких неправедных действий при приобретении объектов, служащих основой подношения. В случае ординированной персоны (монахов и монахинь) должны быть исключены подношения, основа которых приобретена посредством пяти ошибочных видов добывания средств существования, а в случае мирян исключаются вещи, приобретенные посредством убийства, обмана - вроде использования неправильных весов и мер - или с помощью иных неправедных методов. То, что получено в собственность подобным образом, не должно использоваться в качестве подношения.

Санскритское слово, обозначающее “подношение”, - *“puja”* имеет также значение “радовать”. Следовательно, подношение, которое вы делаете, должно радовать Будд и Бодхисаттв. Однако как могли бы им нравиться вещи, которые приобретены неправедно? Впрочем, речь идет о совсем другом случе, если вы уже получили в свое владение вещь одним из вышеописанных способов. Тогда будет хорошо сделать подношение этой вещью, чтобы очистить неблаготворную карму, возникшую из этого деяния.

Пять ошибочных видов добывания средств существования суть следующие: льстить; делать намеки; давать, чтобы получить; оказывать на других давление и притворяться особенно нравственным человеком.

Под “лестью” понимается следующее: если некто делает комплименты собственному спонсору в надежде получить от него что-нибудь. Если спонсор потом действительно дает вам что-то, то эта лесть считается видов ошибочного способа добывания средств к существованию. Но если вы делаете кому-то заслуженный комплимент, то это вовсе не является ошибочным способом пропитания, даже если он или она вам дают что-нибудь.

“Делать намеки” означает, что вы, в надежде получить подарки, рассказываете своему спонсору: “У меня, правда, имеются в настоящее время чай и масло, но почти нет хлеба.” Или что-то вроде: “Ячменная мука, которую я получал от тебя в течение последнего года, мне на самом деле очень помогла.” Тем самым вы прямо даете понять, что хотите хлеба или ячменной муки. Но если вы нечто такое говорите напрямую, при этом не надеясь, что получите что-то в подарок, то тогда речь не идет о намеках.

“Давать, чтобы получить” имело бы место, если бы вы отдали какую-нибудь малость, чтобы обратно получить больший дар. Вы могли бы, например, поднести своему спонсору или кому-нибудь другому ритуальную ленту или кружку чая, с тем чтобы они вас за это вознаградили или пообещали регулярное пособие. Другими словами: ваш подарок является лишь средством, которое вы используете, чтобы взамен получить нечто более значительное. В сегодняшние дни это называется “крючок с наживкой”. В настоящее время люди этого сорта занимаются этим видом ошибочного добывания жизненных средств с величайшим размахом. Если вы, напротив, поднесете своему спонсору без подобной задней мысли подарок, то это не считается неправильным способом добывания средств к существованию - даже если он вас за это вознаградит.

“Оказывать на других давление” означает принуждать кого-нибудь к даянию того, что он или она, собственно, не хотели бы давать, или вынуждать кого-нибудь отдать нечто, предназначенное, собственно, для кого-то другого. Или если бы вы сказали: “Мой спонсор такой-то и такой-то дал мне по-настоящему хороший чай и масло.” Однако если сказать такие вещи совершенно справедливо, не ожидая в результате личной выгоды, то тогда речь не идет ни о каком ошибочном виде добывания жизненных средств.

“Притворяться в поведении особенно нравственным человеком” означает вести себя совершенно небрежно до тех пор, пока пребываешь не на людях, в своей комнате, но - в надежде получить что-то в качестве признания особо дисциплинированного поведения - притворяться при появлении спонсора, что являешься очень хорошим человеком, соблюдающим все нормы. Мой драгоценный Лама, мое Прибежище и мой Защитник, объяснял однако, что если действовать, исходя не из этой мотивации, а с мыслью: “Было бы неправильно ошарашивать этого мирянина” и вести себя, - вопреки обыкновению - как подобает хорошему монаху, то тогда это не называется “притворяться в поведении особо нравственным человеком”.

Следующий пункт: если ординированные персоны вроде нас должны были преступать установленные в трех видах обетов ограничения и добывать материальные вещи посредством промысловой деятельности, то негативные последствия отменяют позитивные, в случае, если эти вещи использовать в качестве подношения.

Было бы ошибкой делать подношение в надежде обрести славу или стремясь впечатлить других. Как сказал Дрогон Ринпоче, “даже подношение для Трех Драгоценностей делают в надежде, что другие это увидят.” Другими словами: всякое подношение, которое мы делаем, исходя из желания стать благодаря этому знаменитыми или в надежде на какую-нибудь другую выгоду, является нечистым, ибо в этих случаях мы находимся полностью и совершенно под влиянием восьми мирских забот (см. Десятый день). Тот, кто совершает приношение даров, исходя из желания достигнуть благодаря этому долгой жизни и здоровья, лишь немногим лучше. Некоторые люди распространяют слух, что они из большого уважения сделали подношение Сангхе, а не ради того, чтобы накопить заслуги. Но главным мотивом при этом служит обеспечение себе хорошей репутации.

Другие основательнее, чем обычно, делают уборку, если ожидают чьего-то визита в свой дом и подготавливают более богатые подношения на алтаре. Они возжигают более одного масляного светильника и наполняют весь дом дымом благовоний. Однако очень трудно сказать, хотят ли они тем самым просто лишь произвести впечатление на своего гостя, и будет им от приготовления этого подношения больше пользы или вреда.

Геше Бэн Гунг-гьел один раз получил известие, что его спонсор изъявил желание посетить его. После того как он приготовил для Трех Драгоценностей лучшие подношения, какие только смог найти, он сел на свое медитативное сиденье, чтобы исследовать свою мотивацию. Когда он в этот момент обнаружил, что подношение было предназначено для того, чтобы произвести впечатление на спонсора, то вскочил, бросил пепел на подношения и выкрикнул: “Монах, не пытайся одурачить самого себя!” Он оставил свои подношения такими, какими они были - полностью и совершенно покрытыми пеплом.

Падампа Сангье, услышав об этом во время остановки в Лангкоре, в верхнем Дингри, произнес хвалу, сказав, что подношения Бэн Гунг-гьела являются лучшими из всех подношений, сделанных в Тибете. Когда люди спросили его о причине этого, он сказал в ответ: “Геше понял, что пепел заставит замолкнуть восемь мирских забот.” Падампа был очень доволен; но, конечно, его хвала относилась не к подношениям, которые Геше Бэн приготовил вначале. Он оценил то, что что он их забросал пеплом!

Это очень важно - делать подношения с Бодхичиттой. Устраняйте при даянии восемь мирских забот и делайте свое подношение не только из-за них, но также чтобы благодаря этому достигнуть более высокого перерождения, конечного освобождения или чего-то подобного.

Говорится, что нужно даяние “красиво приготовить”. Некоторые люди могут возразить: “Речь не идет о том, чтобы произвести впечатление на людей” и приготовляют свои подношения как попало. Было бы ошибкой делать нечто подобное - вы должны при сервировке подношения прилагать усилия и оформить всё как можно красивее. Это означает, что если

устроить свой алтарь красиво, то тем самым создается причина для того, чтобы носить признаки и знаки Будды, когда пробудитесь к Просветлению.

Важно также лично делать подношения; если вы заставляете своих учеников приготовлять подношения, то сами вы не будете накапливать благодаря этому никаких заслуг. Атиша все ещё сам делал подношения наполненных водой чашечек, когда был уже очень старым и дряхлым. Люди говорили: “О, Атиша, это очень утомительно для тебя; мы будем их тебе приготовлять.”

Атиша говорил в ответ: “Тогда вам следовало бы, собственно, во время еды также говорить: ‘О, Атиша, это слишком утомительно для тебя’и поедать мою порцию!”

Когда дхармараджи в древней Индии упражнялись в щедрости, они не поручали какому-то министру или иным чиновникам распределять дары. Раджа приказывал соорудить павильон, в котором он занимал место в окружении драгоценных камней, которые он лично вручал в качестве подарка. Это можно назвать “сверхобычной практикой щедрости”. Таким образом, это очень важная часть данного упражнения - передавать даяние собственноручно.

Вы должны также делать подношение первой порцией своей еды - но только лучшей части, не жухлые листья овощей или заплесневевшую часть *тю* (тибетские сладости), - в случае, если вы достаточно богаты для того, чтобы делать нечто подобное.

Мы склонны лучшее масло и лучшую цампу приберегать для самих себя, а то, что не так хорошо, мы откладываем в сторону и говорим: “Это - для подношений!” Разве тем самым мы не смываем свои заслуги? Иначе обстоит с подношением масляных светильников: так как здесь речь идет о даянии света, а не о даянии растопленного масла, то это означает, что в этом случае является допустимым применение слегка прогорклого масла.

Если кто-то беден, то не надо этого стыдиться. Если вы отказались от обычной жизни, вы, может быть, думаете, что не имеете ничего, что могли бы поднести. Однако имея достаточно сильную веру, человек может сделать подношение, даже если обходится без ничего. Великий Атиша сказал:

> Вода в Тибете имеет восемь хороших качеств, поэтому тибетцы употребляют
> для подношений лишь наполненные водой чашечки.
> Если бы в Индии делать даяние такой водой
> и такими дикорастущими цветами, то люди стали бы платить за это золотом.

Даже если вы не имеете ничего другого для подношений, то всё же можете собрать много заслуг подношением чашек с водой

Теперь я хотел бы поговорить о восьми качествах нашей воды. При этом я следую объяснениям моего драгоценного Гуру о позитивных результатах, которые можно произвести посредством восьми качеств. В *‘Комментарии’* Чим Джампелъянга к *‘Сокровищнице метафизики’* Васубандху эти восемь качеств описываются следующим образом:

> Прохладная, вкусная, легкая и мягкая,
> Ясная, без запаха, благотворная для горла
> И полезная для желудка - эта вода,
> Наделенная восемью качествами.

Соответствующие восемь позитивных кармических воздействий подношения восьми чашечек с водой таковы: ваше нравственное поведение станет чистым, поскольку подносимая вода - прохладная. Так как она является также вкусной, то ваша пища будет всегда приятной на вкус. Легкость ведет к тому, что тело и ум становятся гибкими, а мягкость воды ведет к кроткому уму. Ясный ум возникает из ясности воды, а отсутствие у неё запаха освободит вас от кармических завес. И так как вода не вредит желудку, ваше тело будет свободно от болезней. Так как она столь благотворна для горла, то это ведет к приятному голосу.

Когда Друпканг Гелег Гьятсо отправился в затворнический дом, принадлежащий колледжу Сера Дже, он взял с собой очень мало вещей и припасов. У него не было ни одной чашки для подношения воды. Для этого даяния он должен был основательно мыть свою чашку и затем наливать в неё воду. Если же он хотел пить чай, то сначала просил у Трех

Драгоценностей разрешения одолжить чашку. Только потом он пользовался ею, а когда выпивал свой чай, то полоскал ещё раз чашку и делал новое подношение воды.

В воображении можно подносить всё - летние цветы, фрукты, ясную и прохладную воду и так далее. Мой уважаемый Гуру говорил: “ Делая подношение, можно также рецитировать мантру для умножения подношений (см. Пятый день) и потом посвящать заслуги и так далее. Подробности, относящиеся к этому вопросу, содержатся в биографии Тридагпо Цепела.” Во всяком случае решающее значение имеет вера, а не подносимые вещи.

Некоторые могут придерживаться мнения, что достаточно делать подношение водой, цветами и тому подобным, и что будет справедливым копить свое по-настоящему ценное имущество для своего личного употребления. Такие мысли могли бы привести к перерождению в качестве голодного духа. Следует делать подношение лучшим из того, что имеешь. Монахи, которые ведут неприхотливую жизнь и отказались от всякой мирской деятельности, может быть, считают: “Даяние материальных вещей не является необходимым. В конце концов, говорится, что монахи и монахини должны концентрироваться на том, чтобы подносить результаты реализации своих медитативных упражнений. Будет достаточно, если я буду упражняться в этом виде даяния.” Однако если вы соблазняетесь такими мыслями, чтобы никогда не совершать никакого материального подношения, то после перерождения у вас не будет никакой даже малой вещи, которую вы могли бы пожертвовать в качестве подношения.

Даже если вы можете поднести только один жертвенный пирог с палец величиной и половину благовонной палочки, то вы не должны недооценивать этого: вы умножаете свои заслуги, когда подносите их. Впоследствии эта заслуга принесет вам материальные вещи, так что вы сможете делать потом более существенные подношения. Один пример такого рода содержится в истории жизни Геше Пучунгвы. Геше Пучунгва сам говорил:

“Сначала я возжигал только едкую траву в качестве благовония. Позже я имел приятно пахнущие благовония из четырех компонентов. Сегодня я делаю подношение душистыми *акару, дурака* и тому подобным.”

В действительности он сделал однажды подношение благовонием, стоившим 22 золотые монеты. Некоторые могут возразить: “Я являюсь высокоразвитым существом, которое полностью и совершенно посвятило себя медитации. Не следует надеяться, что посредством таких направленных во вне действий достигнешь Просветления.” Тот, кто говорит такое, показывает тем самым, что он или она не особенно хорошо понимает Дхарму. Держите перед своими глазами пример Бодхисаттв, достигших высших уровней, которые делали подношения Буддам на протяжении кальпы с помощью сотни тысяч эманаций, из которых каждая имела сотни или даже тысячи рук. Поэтому вы определенно должны делать своим единственным телом как можно больше подношений.

Теперь ещё несколько слов о том, как нужно делать подношения. Возьмем подношение чащечек, наполненных водой: при подношении чашечек с водой вы должны прежде всего основательно протереть чашечки. После этого нужно поставить их по прямой линии. Они не должны быть слишком удалены друг от друга, потому что это могло бы вести к вашей разлуке со своим Гуру. Если они соприкасаются, то это могло бы содействовать вашей ограниченности. Если вы ставите чашки с шумом, то можете сойти с ума и так далее. Итак, устраните такие вещи. Если вы ставите чашки пустыми, то ваша заслуга будет уменьшаться. Правильным будет, держа в руке вставленные одна в другую чашки, немного налить воды в верхнюю. Благословите её, произнеся трижды *ом а хум*. Затем налейте большую часть воды из верхней чашки в остальные. Теперь вы можете первую чашку, в которой есть немного воды, поставить на алтарь, а потом поступить точно так же с другими чашками. Так вы избегаете того, чтобы ставить на алтарь пустые чашки. Наполняя потом чашки на алтаре, вы не должны кувшин с водой держать лишь одной рукой, потому что это было бы знаком недостаточного уважения. Ваша поза должна быть такой, будто вы подносите чай махарадже. Ячменное зерно является в середине толстым, а на концах - тонким; такой должна быть струя, когда вы наливаете воду (сначала - тонкая, потом - толстая, затем опять - тонкая). Если бы чаши оказались переполненными, то это могло бы вести к распущенному поведению; если, напротив, их

наполнить недостаточно, то это может означать падение вашего жизненного стандарта. Поверхность воды должна быть примерно на ширину ячменного зерна ниже кромки чашек.

Масляные светильники - это подношение света, поэтому они должны светить ярко. Это означает, что они должны, по возможности, гореть долго, потому что это было бы счастливым предзнаменованием для долгой жизни. О том, как делать другие подношения, например, цветы, вы можете сделать вывод из вышесказанного.

В Сутрах говорится, каждое сделанное подношение будет иметь 10 позитивных результатов.

КАК ПРИНЯТЬ ПОЗУ С ВОСЕМЬЮ ПРИЗНАКАМИ ИЛИ ДРУГУЮ ПОДХОДЯЩУЮ ПОЗУ НА УДОБНОМ СИДЕНЬЕ И С ОСОБЕННО ПОЗИТИВНЫМ УМСТВЕННЫМ НАСТРОЕМ ПРИНИМАТЬ ПРИБЕЖИЩЕ, РАЗВИВАТЬ БОДХИЧИТТУ И ТАК ДАЛЕЕ, ПРИЧЕМ ОБРАЩАЯ ВНИМАНИЕ НА ТО, ЧТОБЫ ЭТИ УПРАЖНЕНИЯ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ПРОНИКАЛИ В СОЗНАНИЕ (45)

Задняя часть вашей подушки для медитации должна быть слегка приподнята. При тантрических занятиях это имеет особое значение. Кроме того, благодаря этому можно избежать при длительном сидении болей в седалище. Под матрасиком, на котором вы сидите, вам нужно нарисовать белым мелом вращающуюся по часовой стрелке свастику. Свастика заменяет двойную ваджру и призвана напоминать о том времени в биографии Будды, которое он проводил на ваджрном троне (в Бодхгайе). Кроме того, это должно придать прочность вашей практике. Однако было бы ошибкой садиться на настоящую двойную ваджру, так как она является атрибутом божеств. Положите траву *дурва* (разновидность травы со многими пучками и длинными побегами) или стебель *куша* над свастикой. Этот обычай также восходит к истории жизни Будды. В текстах говорится: *“Дурва* удлиняет жизнь...” а *“Куша* является чистой и целебной...”. Итак, вы удлиняете свою жизнь, тем что сидите на траве, а *куша* является субстанцией, устраняющей загрязнения и всё нечистое. Когда индийские ачарьи чувствовали себя осквернеными, то в целях очищения проводили ночь на постели из травы *куша*. Расстелите эту траву под своей подушкой для медитации, чтобы противодействовать загрязнениям.

“Поза с восемью признаками” является одинаковой с семичленной позой Вайрочаны, только к последней добавляется счет вдохов-выдохов. Гьялва Энсапа сказал:

> Ноги, руки, спина - это три,
> Из этого становится четыре через зубы, губы, язык.
> Голова, глаза, плечи, дыхание - это следующие четыре;
> Все вместе они суть восемь признаков Вайрочаны.

В идеале ноги сложены в *ваджрной позе* (называемой также *совершенным лотосовым сиденьем*). Также допускается сидеть в *полулотосе* или просто с ногами, положенными друг на друга, в так называемой *позе Бодхисаттв*. Однако при упражнениях Стадии Завершения Ваджраяны необходима ваджрная поза.

Сложите ваши руки одна в другую в жесте медитативного погружения. Правая рука лежит при этой в левой. Кончики обоих больших пальцев соприкасаются примерно на уровне пупка. Ваша спина должна быть прямой - настолько, чтобы позвоночный столб был похож на столбик сложенных монет. Это означает, каналы энергий-ветров вытянуты, если тело держится прямо; тогда энергии-ветры текут беспрепятственно, и ум становится более послушным.

Не сжимайте зубы и губы слишком сильно, но не оставляйте также рот слишком широко открытым; лучше всего оставьте его совершенно естественным. Приложите кончик языка к верхнему нёбу, чтобы ваш рот не высыхал. Этим также воспрепятствуете тому, чтобы слюна вытекала изо рта во время медитативного погружения.

Держите голову слегка наклоненной вперед, чтобы оказывать небольшое давление на гортань. Говорится: “Глаза должны быть направлены на кончик носа”, то есть, вы должны иметь возможность видеть оба крыла носа. Эта позиция глаз помогает устранить блуждание и возбуждение (см. Двадцать первый день). Некоторые люди во время визуализации полностью

закрывают глаза. Это является ошибкой. В других философских системах ученикам с высшими способностями объясняется “взор Дхармакайи”, т.е. учат направлять глаза вверх в пространство. В нашей традиции, впрочем, это не практикуется.

Плечи должны быть на одинаковом уровне - избегайте, таким образом, того, чтобы слишком поднимать их.

Это - семь признаков позиции Вайрочаны. При практике Ступени Завершения они имеют величайшее значение; впрочем, в данный момент было бы неуместным обсуждать это. Чтобы показать, какое решающее значение имеет поза, Марпа сказал однажды: “Даже если собрать вместе все тибетские медитации, то это не сравнится с видом и способом, каким сижу я, Марпа-переводчик.” Описанная здесь поза названа именем Вайрочаны, так как он изображает очищенный аспект агрегата формы в виде божества.

Восьмым признаком является подсчет вдохов-выдохов. Когда основное сознание сопровождается неблаготворными метальными факторами, трудно породить благотворный настрой ума. В этом случае, наверное, человек совершенно механически делает различные шаги по порождению Бодхичитты и декламирует: “К благу всех чувствующих существ, которые были моими матерями...”, в то же время оставаясь разгневанным. Попытка породить позитивное состояние ума в то время, когда основное сознание и сопровождающие умственные факторы являются неблаготворными, наверняка не удастся. Сначала нужно привести сознание в нейтральное состояние. Представьте себе белую хлопчатобумажную вещь с черными пятнами - весьма затруднительно перекрасить её в другой цвет. Однако если сперва материал отстирать - так, чтобы он снова стал белым, то легко можно окрасить его в красный, желтый или любой другой понравившийся цвет. Так называемое нейтральное состояние сознания не является ни благотворным, ни неблаготворным. Оно сравнимо с белой хлопчатобумажной тканью, не имеющей пятен.

Вы, вероятно, зададитесь вопросом: “Как привести сознание в нейтральное состояние посредством подсчета вдохов?” Обратите сознание внутрь и проверьте свою мотивацию. Если вы обнаружили, что находитесь под влиянием привязанности, враждебности и тому подобных чувств, то прежде всего, полностью расслабившись, делайте вдохи и выдохи. Дыхание должно быть бесшумным при прохождении воздуха через нос. Оно не должно быть ни слишком сильным, ни неравномерным. Затем думайте при вдохе: “Я делаю вдох. Это - один.” Повторяйте это, пока не насчитаете до семи, одиннадцати, двадцати одного или иного количества вдохов, при этом, однако, не пользуйтесь вашими четками для счета. Не позволяйте себе при счете отвлекаться. Обычные люди не в состоянии одновременно держать в уме две вещи, и поэтому ум при выполнении этих упражнений переходит от состояния, несущего отпечаток враждебности или привязанности, к нейтральному состоянию.

Рекомендуется следующая визуализация: представляйте себе при выдохе, как ваши умственные омрачения принимают форму черного излучения и вместе с выдохом выводятся наружу. При вдохе вы получаете благословение Будд и Бодхисаттв в форме белого излучения вместе с вдыхаемым в ваше тело потоком. Эта визуализация является, правда, не обязательной, но делает упражнение ещё более эффективным.

Если ум однажды пришел в нейтральное состояние, то можно его легче перевести в позитивное состояние. Мой драгоценный Гуру иллюстрировал это на следующем примере: представь себе, что стоит зима и холодно. Имеется лишь одна-единственная подушка на полу. Она - твоя, но уже занята. Если ты персоне, сидящей на ней, грубо прикажешь встать, то она рассердится. Будет лучше, если немного выждать и сказать: “Там, на той стороне, должно быть, что-то случилось!” Сделай вид, как будто идешь посмотреть. Он, наверняка, тоже встанет, чтобы удостовериться, что же происходит по ту сторону. Если ты достаточно ловок, то сможешь теперь сесть на подушку! Совсем как в этой истории, очень трудно пресечь привязанность просто посредством одного лишь напряжения воли, в то время как ты пребываешь в неблаготворном состоянии духа. Напротив, если направить сознание на движение воздуха, то ему придается другой курс, и таким образом успокаиваются умственные омрачения. Теперь можно легче породить позитивное состояние ума.

Однако если основное сознание и сопровождающие ментальные факторы настроены благотворно, когда вы приступаете к упражнению, то нет необходимости наблюдать за дыханием. Поэтому говорят о семи или восьми признаках.

Но даже если вы не ведете отсчет своих вдохов-выдохов, то безусловно вы должны вначале породить позитивное состояние ума. В начале всякого благотворного упражнения решающее значение имеет развитие правильной мотивации. Цонкапа в своем труде *'С правильным намерением поставленные вопросы'* задает тибетским мастерам медитации следующий вопрос: "Что в начале медитации является настолько же важным, как слова 'на санскрите' в начале текста?"[27] Панчен Лама Лосанг Чокьи Гьялцен ответил на этот и другие вопросы в своем сочинении *'Мелодичный смех Лосанга Драгпа - Ответы на "С правильным намерением поставленные вопросы"'* Он сказал:

Перед каждой медитацией
Нужно правильным способом проверять свой ум,
Так же, как слова "на санскрите"
Должны стоять в начале каждого труда.
Это - то, что подразумеваешь ты, несравненный Гуру.

Итак, непременно следует перед каждой медитацией развивать правильную мотивацию. В одной сутре говорится: "Все Дхармы являются обусловленными, в их основе лежит мотивация." Ачарья Нагарджуна сказал:

Неблаготворное следует за возникновением
Привязанности, враждебности и неведения.
Благотворное следует, если вы свободны
от привязанности, враждебности и неведения.

Атиша сказал:

Если корень - ядовитый, то становятся также ветви
И листья отравой. Если корень имеет целебную силу, то становятся
Ветви и листья тоже способными исцелять. Подобно этому
Становится всё неблаготворным, если зиждется на корне привязанности,
враждебности и неведения.

Другими словами: Если вы находитесь под влиянием умственных омрачений, то тогда даже изучение Дхармы, размышления над нею и медитация приведут к совсем нежелательному результату. Если, напротив, за явно неблаготворными деяниями, вроде убийства живого существа, стоит позитивная мотивация, то они помогут вам завершить накопление заслуг и мудрости.

Когда наш Учитель, Будда, ещё шествовал по Пути, он был когда-то капитаном судна и носил имя Махасаттва. В поисках драгоценных камней он плыл вместе с пятью ста купцами по озеру. На борту находился также один дравид по имени Шакти, который замыслил убить пятьсот купцов. Побуждаемый великим состраданием, капитан убил дравида: во-первых, чтобы спасти жизнь купцов, во-вторых, чтобы тем самым человек позднее не переродился в низших сферах. То есть, посредством этого деяния Будда накопил больше заслуг, чем было бы нормальным способом накоплено заслуг в течение долгих сорока тысяч кальп. Правда, результат убийства никогда не может привести к завершению собрание заслуг, но на основе огромной силы его мотивации сострадания возникло, тем не менее, очень много энергии, направленной на завершение.

Мотивация определяет всё: благотворное и неблаготворное; созревание желанных и нежеланных плодов кармы; усиление кармы и т.д. В Индии как-то жили один брахман и один нищий из касты кшатриев (царей и военных). Брахман хотел выпросить у Сангхи еды, однако сделал это в неподходящее время. Сангха ещё не приступила к еде, и поэтому брахман не получил ничего. Кшатрия оказался более умелым при выборе момента времени: он пошел

[27] Все тибетские переводы буддийских текстов начинаются словами: 'с санскрита' и санскритским заглавием оригинала: это служит гарантом их подлинности.

просить подаяние, когда как раз хотели выбрасывать остатки, и получил поэтому достаточно еды.

"Ты совсем ничего не получил?", - спросил он брахмана.

Тот был очень рассержен и сказал: "Если бы я имел такую возможность, то всем святошам Шакьямуни поотрезал бы головы и оставил их лежать, чтобы сгнили."

Кшатрия, напротив, охватила вера в Сангху, так как он получил много продуктов. "Если бы я был богат", сказал он, "то я бы ежедневно делал подношение Будде и его Сангхе едой с сотней различных вкусовых оттенков."

Оба шли пешком, беседуя друг с другом, и наконец прибыли в город Шравасти. Там они прилегли поспать под деревом. Брахману во время сна отрезало голову колесом проезжавшей по дороге повозки. Приблизительно в это же самое время умер глава купеческой палаты в Шравасти. Он не оставил наследника, и все люди города собрались, чтобы найти человека, который имел бы наибольшие заслуги - он должен был стать наследником купца и тем самым одновременно - их руководителем. В поисках этого человека они наткнулись на спящего кшатрия и увидели, что он всё время лежит в тени дерева, хотя тень переместилась далеко в другие места. Итак, они сделали его своим новым главой. Кшатрия сдержал слово и делал Будде и Сангхе подношение пищи. Он прислушался к Дхарме и в конце концов познал Истину. В Сутрах нередко обыгрывают эту историю:

Сознание идет впереди всех вещей.
Сознание - быстро; оно суть корень.
Если ум - злой, то приносят все речи и дела
Лишь страдание - как колесо,
Что отрезало брахману голову.
Если, напротив, ум чист, то приносят все речи и дела
Лишь счастье - как тень, что следовала за кшатрием.

Иными словами: такие созревшие кармические результаты возникают как последствия нашей мотивации , будь она хорошая или плохая.

Впрочем, недостаточно также иметь хорошую мотивацию лишь в начале благотворного действия; она важна всё время. Когда мы в наши дни встречаем кого-нибудь, то справляемся о самочувствии, Атишу же заботил вопрос: "Ты развил доброе сердце?" Цонкапа сказал:

Черная или белая карма
Приходит от хороших и дурных мотивов.
Если мотивация - благая,
То это - хорошо для Пути и Уровней.
Если мотивация - плохая,
То это также плохо - для Пути и Уровней.
Потому что всё зависит от умысла.

Наше намерение определяет, какого рода благотворный кармический результат мы получим, и насколько он будет далеко идущим. Представьте себе, четыре человека декламировали вместе *'Хвалу Таре'*. Мотивацией одной персоны является Бодхичитта, другой персоны - Отречение, третья персона стремится к лучшему перерождению, а четвертая персона имеет желания, относящиеся к этой жизни: долгая жизнь, здоровье и т.д. Хотя все четверо одинаково декламировали много молитв, но всё же их деяние порождает совершенно различные результаты. Молитва первой персоны идет с развитием Бодхичитты, поэтому она становится причиной для Просветления. Кроме того, при этом речь идет о деятельности Бодхисаттвы и о Дхарме Махаяны. Не так обстоит в отношении других.

Так как практика второй личности базируется на Отречении, то она становится причиной для Освобождения и методом для того, чтобы оставить позади сансару. Речь идет о Дхарме для личности со средними способностями. Молитвы двух других не ведут к Освобождению: они подчинены Истине об Источнике Страдания.

Практика третьей персоны не делает ближе ни Всеведение, ни Освобождение, а только лишь противодействует её перерождению в низших мирах. Она относится к Дхарме для существ с малыми способностями.

В отношении молитв четвертой персоны речь ещё не идет даже об упражнении в Дхарме, так как они направлены лишь на эту жизнь. Отсюда результаты будут, вероятно, лишь к тому относиться, на что этот человек надеется в этой жизни. Атиша сказал:

> Если вы спросите меня, какие результаты имеют действия,
> направленные лишь на эту жизнь, я отвечу:
> Будут испытаны точно эти результаты в этой жизни.
> Если вы спросите меня, что будет происходить в следующей жизни,
> то тогда я скажу: будет существо ада, голодный дух или животное.

Когда монахи и монахи присутствуют на ритуалах или упражняются в дебатах, они должны поэтому заниматься этими вещами, соединяя с мотивацией Бодхичитты. Тогда каждый шаг является более ценным, нежели сотня тысяч золотых монет. Однако если нашим мотивом является получение чая, супа или чего-нибудь другого или установление хороших отношений с руководством монастыря, то тогда мы делаем именно то, что описал Атиша.

Мотивация медитирующего определяет также успех его медитации. Как говорил Атиша, по настоящему полноценной медитацией является медитация о Гуру. Однако если эта медитация сопряжена с желанием получить чай, рулоны шелка и тому подобное, то она будет неблаготворной. Но если медитация, по крайней мере, частично была связана с намерением благодаря этому спастись от океана продолжающихся перерождений, то обретенные заслуги перешагнут границы пространства.

Если не развивать правильную мотивацию для благотворного упражнения - всё равно, идет ли речь о подробной или краткой версии - то оно не будет успешным. Это охватывает такие упражнения, как изучение Дхармы, размышления, медитация, совершение подношений, практика щедрости и так далее; поэтому следует придавать величайшую ценность развитию правильной мотивации. И так как речь идет о Дхарме Махаяны, то недостаточно иметь просто лишь позитивные намерения, а нужно выполнять упражнения в соединении с Бодхичиттой.

У того, кто развил подлинную Бодхичитту, она возникает совершенно спонтанно, и вам не придется тогда применять описанные ниже методы. Если же, напротив, она порождается лишь искусственно, вы должны её совершенно сознательно всё более развивать. В этом случае не представляется возможным придать вашему сознанию новое направление одним лишь речитативом: “Во имя блага всех чувствующих существ...” Начинайте с мысли: “Я обрел эту оптимальную человеческую форму...” и заканчивайте помыслом: “Во имя блага всех чувствующих существ я хочу достигнуть совершенного Просветления, и с этой целью я медитирую над этим учением об этапах Пути к Просветлению.” Я упоминал уже это несколько дней назад. Итак, начинайте с первой темы и размышляйте о том, как это трудно - обрести эту оптимальную человеческую форму существования; затем подготовьте себе почву вплоть до раздела о развитии Бодхичитты. Таким способом начинается постепенное преобразование вашего сознания.

Реализованные существа прошлого дали многочисленные краткие и подробные наставления о том, как развивать правильную мотивацию. Некоторые люди полагают, что достаточно только выучить наизусть определенные тексты для рецитирования, без малейшего духовного изменения самих себя. Однако ум, который развивает мотивацию, это - не рот. Следовательно, нужно придать своему уму новую направленность, заставляя его полностью проникнуться смыслом рецитируемого текста.

Раз возникла эта особая позитивная умственная установка, человек принимает Прибежище. Но обратите внимание: в своем учении я соединяю три текста Ламрим; не позволяйте себе из-за этого запутаться. Каждый текст описывает свою собственную версию подготовительных ритуалов, визуализации для принятия Прибежища и Поля Заслуг. В сегодняшние дни вошло в обыкновение обучать подготовительным ритуалам в соответствии с версией южной линии передачи, так как они имеют правильную целесообразную форму. Но для ежедневного речитативного исполнения лучше подходит версия *‘Быстрого Пути’*.

Прежде чем вы дошли до собственно принятия Прибежища, вам надо породить соответствующую визуализацию. В *'Быстром Пути'* это следующая визуализация: представьте себе в пространстве перед собой гигантский трон, украшенный драгоценными камнями, поддерживаемый восемью огромными львами. Если вы визуализируете трон слишком высоко, то ваш ум может стать возбужденным; если он находится слишком низко, то это ведет к сонливости. Лучше всего, если трон находится на уровне точки в межбровье. На этом гигантском троне стоят, в свою очередь, пять малых тронов: один в центре и четыре - по сторонам света.

Срединный трон несколько выше четырех других. Визуализируйте Будду Шакьямуни, нашего Учителя, на этом центральном троне. По своей природе он является вашим коренным Гуру, который обучает вас Дхарме. Подробности визуализации Будды должны согласовываться с вашим соответствующим текстом для речитативного исполнения. Так как все познания на Пути, а также их результаты достигаются через Гуру, то главная фигура является по природе вашим Гуру. Он принимает здесь форму Будды Шакьямуни, так как Будда Шакьямуни суть Владыка Учений и подлинный источник Дхармы. Правую руку он держит в жесте прикосновения к земле, что означает победу над Камадевой, демоном желаний. Левая рука Будды Шакьямуни держит монашескую чашу, наполненную различными видами нектара. Один из них - это нектар, который всё исцеляет; он символизирует победу над демоническими пятью агрегатами. Далее, чаша содержит нектар бессмертия, который символизирует победу над Ямой, демоническим властелином смерти. Нектар безупречной, изначальной мудрости символизирует победу над демоническими клешами. Доведите до своего сознания, что Будда победил этих четырех демонов, которые когда-то его омрачали, и что мы тоже их скоро победим.

В сердце Будды находится Ваджрадара; он суть Существо Мудрости. В сердце Ваджрадары - синий слог *хум*, Существо Концентрации. Этот вид визуализации, при котором три существа находятся друг в друге, относится к Тантре. Может быть, вы спросите: "Многие люди наставляли меня в Ламриме. Кого я должен визуализировать в качестве центральной фигуры?" Сделайте своим коренным Гуру того, кто для вашего внутреннего развития оказал наибольшую пользу.

Справа от Будды сидит на меньшем троне Майтрейя. Он окружен ещё меньшими тронами, на которых находятся Гуру линии передачи Обширного Метода. Манджушри сидит на троне слева от Будды, в окружении меньших тронов с Мастерами линии передачи Глубинного Постижения. Важдрадара сидит на троне позади Будды и окружен Гуру линии передачи Благодатной Практики (Тантры).

На троне впереди Будды сидит ваш собственный коренной Гуру в своей обычной форме. При этом не следует визуализировать имеющиеся у него, возможно, телесные недостатки, такие, например, как слепота. Его правая рука - в жесте даяния Учения, его левая рука - в жесте медитации. В его левой ладони покоится Ваза Посвящений, наполненная нектаром бессмертия. Эти две позиции рук показывают, что он является Буддой, потому что он может учить Дхарме, будучи одновременно с этим погружен в медитацию о Пустоте. Кроме того, жест даяния Учения должен воодушевлять учеников к изучению Дхармы; жест медитации должен их пришпоривать к тому, чтобы они претворяли изученное в практику. Цонкапа дал ещё иное объяснение:

Главные препятствия, которые удерживают Способствующих Счастью
От того, чтобы практиковать Путь Освобождения, таковы:
Клеши, которые господствуют в сознании,
И Яма, который господствует над телом.

То, что препятствует практике Дхармы, это, следовательно, - умственные омрачения, которые берут верх над сознанием, и властелин смерти, который побеждает тело. В качестве противоядия этому ваш Гуру держит свои руки в жесте даяния Учения и показывает тем самым, что клеши устраняются через обучение Дхарме. Ваза, дарующая жизнь, и нектар бессмертия обозначает победу над властелином смерти. Оба этих символа обозначают ещё

также много других глубинных элементов Пути, как, например, четыре вида тантрической активности, а именно, силы умиротворения, увеличения, могущества и разрушения.

Ваш коренной Гуру окружен другими Гуру, от которых вы получали наставления в Дхарме, начиная с персоны, которая научила вас читать. Если нас кто-нибудь спросит, как много у нас Учителей, мы не в состоянии ответить и должны подсчитывать их число с помощью наших четок. В противоположность этому, однако, мы можем тотчас сказать, как много денег находится в нашем кошельке! Это показывает, что мы ещё недостаточно серьезно принимаем Гуру в качестве основания Пути.

В этой визуализации Гуру, которые ещё живы, сидят на подушках, а тех, что уже умерли, визуализируем на лотосах и лунных дисках.

Здесь можно говорить о “пяти группах Гуру”, так как Гуру в этой визуализации сидят в пяти группах. Другие фигуры Поля Заслуг - начиная с божеств и вплоть до Защитников Дхармы - окружают этих Гуру. Они стоят или сидят на самом большом троне, который служит основанием меньшим тронам. В устной традиции моего драгоценного Гуру медитативные божества окружают пять групп Гуру. Тем самым мы следуем практике Цечолинга Ринпоче. В самом внутреннем круге находятся божества Высшей Йога-тантры (Маха Аннутара Йога-тантра). Они окружены божествами Йога-тантры и - в более широком круге - божествами Чарья-тантры (Тантры Исполнения) и, наконец, божествами Крия-тантры (Тантры Действия). Это составляет четыре концентрических круга божеств. Согласно Чусангу Ламе Еше Гьяцо все четыре вида божеств находятся в одном-единственном кольце по четырех сторонам света, причем божества Высшей Йога-тантры находятся перед центральной фигурой Будды, божества Йога-тантры - справа и так далее. При этом расположении согласно версии Чусанга на изображениях видны только божества Высшей Йога-тантры.

В любом случае медитативные божества окружены Буддами в форме нирманакайя. Преобладающими в этой группе являются Тысяча Будд этой счастливой кальпы, Восемь Татхагат (Сунаман, Ратна и так далее), Тридцать Пять Будд Покаяния и так далее. Хотя существует бесконечное множество Будд, мы, однако, имеем теснейшую связь с Буддами этой счастливой эпохи. Это означает, что в нынешние времена, когда Учения Будды Шакьямуни идут к концу, исполняются молитвы Семи Татхагат. Тридцать Пять Будд Покаяния поэтому имеют очень важное значение, поскольку они оказались самыми действенными при очищении от прегрешений и при восстановлении нарушенных обетов (см. Шестой день).

Будды, в свою очередь, окружены Бодхисаттвами, например, восемью ближайшими детьми (Будды Шакьямуни: Манджушри, Ваджрапани и так далее). Все они - в форме мужских божеств.

Бодхисаттвы окружены Пратьекабуддами, например, группой двенадцати Пратьекабудд. За нею следует круг Шраваков, группа Шестнадцати Архатов (Ангаджа, Аджита и т.д.) и так далее, которые все имеют форму монахов. Они символически изображают качество чистоты, держат монашеские чаши, железные скипетры и книги из пальмовых листьев. Шраваки отличаются от Пратьекабудд несколько более высокими макушечными возвышениями. Эта группа отмечена признаками, которые похожи на знаки и признаки Будд. Шраваки окружены Дака и Дакинями - например, Кандакапалой и Прачандали. Они имеют форму, описанную в Херука-тантре.

За Дака и Дакинями следуют надмирские Защитники Дхармы - во главе с Владыками Дхармы для трех видов живых существ (шестирукий Махакала, Вайшравана и Дхармараджа Яма).

При визуализации четырех махарадж четырех сторон света имеются две устно передаваемые традиции. Согласно одной традиции, они находятся на главном троне; согласно другой, они стоят на подушках облаков несколько ниже трона. Это различие получается из-за того, что первая традиция считает махарадж надмирскими фигурами, в то время как другая признает за ними статус исключительно внутри мирской сферы. Было бы ошибкой включать в эту визуализацию для принятия Прибежища низшие сущности, например, царей духов. Лама Цечолинг Ринпоче однажды показал наставнику Восьмого Далай-ламы тханка с подобным Полем Заслуг. Художник изобразил царя духов в группе Защитников. Ринпоче ткнул пальцем в него и сказал: “Если бы он здесь вместо этого нарисовал драгоценность, исполняющую желания!”

Перед каждой фигурой в этой визуализации для принятия Прибежища находятся книги Дхармы. По своей природе эти книги являются Дхарма-драгоценностью, которая принимает форму книг и тем самым - передаваемой Дхармы. Книги обернуты в шелка и украшены парчовыми полосами красивого цвета, заглавия книг обращены к нам.

Существует много версий визуализации Прибежища. В одной традиции все Три Драгоценности объединяются в одной фигуре, а именно, в Гуру; в других традициях различные фигуры стоят на различных горизонтальных уровнях. Вышеупомянутое описание содержит, впрочем, всю символику, связанную с Тремя Драгоценностями. Однако не следует представлять визуализацию двумерной, словно речь идет о картине. Фигуры также вовсе не являются никакими твердыми скульптурами, а представляют собой радужные тела, чья природа - ясный, лучистый свет. Они являются реально присутствующими и излучают свет. В *'Передаче Виная'* просветленное Тело прославляется тремя аналогиями:

Оно - как огонь в форме тела.
Оно - как маслом подпитываемое пламя.
Оно - как золотой сосуд, в котором горит масляный светильник.

Фигуры дебатируют между собой о Дхарме. Они вообще очень активны: некоторые как раз приходят, в то время как другие уходят, чтобы выполнять различные задания. Имеет место постоянный приход и уход, приблизительно так, как в царском дворце, где люди, ведущие дела по управлению, входят и выходят. Фигуры - от Будды Шакьямуни и до махарадж - отправляют Тела Эманации, которые действуют во имя блага существ, в то время как другие Тела Эманации снова назад в них растворяются. Каждая отдельная пора этих фигур - это тоже поле Будды. Ваша визуализация должна содержать как можно больше подробностей.

Исходите из того, что фигуры Поля Заслуг явно довольны вами. Как разъяснял Друбканг Гелег Гьяцо, вы, как правило, не делаете того, к чему вас побуждают Будды и Бодхисаттвы, а посвящаете себя, наоборот, тому, от чего они вас отговаривают. Следовательно, у них нет никакой возможности быть довольными вами. Но теперь вы делаете нечто, что их радует. Представьте себе, мать имеет сына, который всегда шалит. Если затем этот сын однажды сделает что-то хорошее, то это обрадует мать больше, чем что-нибудь другое могло бы её обрадовать. Также и мы делаем постоянно лишь ошибки. Однако теперь мы здесь и пытаемся медитировать над Ламримом. Это радует Будд и Бодхисаттв больше, чем что-нибудь другое.

Теперь призовите на память причины для принятия Прибежища. Делайте это с помощью следующего речитатива Джампела Лхундрупа под названием *'Драгоценное ожерелье для счастливцев'*

:
С безначального времени я и все чувствующие существа,
которые были когда-то моими матерями, перерождаемся в сансаре.
Уже так долго мы испытываем много различных видов страдания
сансары вообще и страданий низших сфер в особенности.
И несмотря на это, трудно сказать, когда это страдание подойдет к концу.
Однако теперь я достиг чего-то, что очень трудно обрести, но если
однажды завладеешь, является в высшей степени полезным:
драгоценное человеческое существование. Также нелегко повстречаться
с совершенным Учением Будды. Когда я теперь, повстречавшись с этими учениями,
не достигну чистого и совершенного состояния Будды -
высшей формы Освобождения, которая положит конец всем страданиям сансары, -
я должен буду вновь испытать сполна то страдание, которое приносят
сансара вообще и три низших сферы в особенности.
Только Гуру и Три Драгоценности могут меня защитить от этого.
Поэтому во имя блага всех чувствующих существ, моих прежних матерей,
я достигну совершенного состояния Будды.
По этой причине я принимаю Прибежище в Гуру и в Трех Драгоценностях.

Призовите таким образом на память причины для принятия Прибежища, примите правильным способом Прибежище; при этом причинами для принятия Прибежища являются страх и вера. Страшиться нужно общего и особенного страдания сансары. Вера означает наличие действительной убежденности в том, что Три Драгоценности могут защитить от этих страданий. Для сверхобычного принятия Прибежища в Махаяне нужно иметь ещё одну причину: любовь и сострадание ко всем существам, которые подвергаются этим страданиям. В основной части учения я введу в эту тему ещё более подробно.

Представьте себе, вы окружены вашими родителями и всеми чувствующими существами. Они вынуждены переносить страдания, свойственные соответствующей сфере бытия; но вы визуализируете их всех как людей, следовательно, как существ, которые могут понимать и говорить. Вы являетесь ведущим *(унзад)* при рецитировании формулы принятия Прибежища. Представьте себе, как все эти чувствующие существа принимают вместе с вами Прибежище.

При рецитировании четырехчастной формулы Прибежища во время публичной церемонии принято придерживаться следующей последовательности:

Я принимаю Прибежище в Гуру,
Я принимаю Прибежище в Будде,
Я принимаю Прибежище в Дхарме,
Я принимаю Прибежище в Сангхе,
Я принимаю Прибежище в Гуру...

Однако при вашей собственной медитации лучше рецитировать для себя каждую часть этой формулы многократно, одну за другой.

Когда вы говорите: “Я принимаю Прибежище в Гуру”, то направляйте свое внимание на пять групп Гуру и принимайте Прибежище, в то время как получаете от них очищающий нектар. Когда мы ведем подсчет, то вы рецитируете эту формулу один круг на четках. Представляйте себе во время первых пятидесяти повторений, что нектар очищает вас от всех свойств, которые противостоят Дхарме, во время следующих пятидесяти повторений представляйте себе, как возрастают все качества, содействующие Дхарме. При первой половине рецитирования визуализируйте, как пять видов разноцветных нектаров истекают от (групп) Гуру вместе с пятицветными лучами света (белый, красный, синий, желтый и зеленый), причем преобладает белый нектар. Потоки нектара текут в ваше тело и сознание, а также в тело и сознание всех существ. Они очищают всё негативную карму и все умственные омрачения, которые собраны тобой и другими с безначального времени. Здесь речь идет прежде всего о следующих действиях: подвергать опасности тело Гуру, поступать вразрез с его указаниями, мешать умственному покою Гуру, говорить о нем пренебрежительно или не иметь никакой веры - короче говоря, всё неблаготворное и все умственные омрачения, которые вы собрали в связи с Гуру. Они истекают в форме смолянисто-черного потока из вашего тела, и вы ощущаете, что полностью очищаетесь.

Во второй половине рецитирования визуализируют следующее: благие качества Тела, Речи и Ума Гуру здесь принимают форму пятицветных потоков нектара и лучей света и исходят от Гуру вниз - причем теперь преобладает желтый нектар. Представьте себе, как ваша жизнь и жизнь всех чувствующих существ удлиняется, как возрастают ваши заслуги и ваше понимание переданных и реализованных учений. В особенности вы и все другие существа испытываете благословение Тела, Речи и Ума Гуру.

Когда вы рецитируете “Я принимаю Прибежище в Будде”, проводите аналогичную визуализацию. В Тантре понятие “Будда” относится к медитативным божествам четырех классов тантр, в Сутре Буддами являются высшие формы нирманакайя. Очищающие потоки нектара истекают вниз от обоих видов Будд.

Прегрешения, совершенные в связи с Буддами, таковы: пролить со злым умыслом кровь Тела Татхагаты, критиковать качество изображения Будды, закладывать (в ломбард и т.п.) изображения Будды или относиться к ним как к товарам, которые можно покупать и продавать, разрушать символы просветленного Ума (например, ступы) и так далее.

Пример первого вида прегрешений - пролитие крови Тела Татхагаты - являет собой Девадатта (завистливый двоюродный брат Будды), который бросил в Будду из огромной катапульты кусок скалы (см. Двенадцатый день), которым ранил его. Это специальное прегрешение не может быть совершено в наши дни, но другие очень вероятны.

Если рассматривать изображения Будды, чтобы обнаружить допущенные при изготовлении ошибки, то тогда легко впасть в ошибку критики их качества. Махайоги показал однажды Атише статую Манджушри и спросил его, является ли она хорошей и стоит ли покупать её за золотой *шо* (монета), полученный от Ронгпа Гаргевы. Атиша отвечал: "Статуя Манджушри никогда не может иметь никаких недостатков, художник, напротив, был лишь посредственностью." Иначе выражаясь: говорите только о качествах художника; было бы неправильно даже указывать на ошибки изображения.

Мы можем повсюду наблюдать, что изображения закладываются или на них зарабатывают деньги. Вы должны избегать таких злодеяний любой ценой.

Во второй половине рецитирования, в которой вы увеличиваете свои благие качества, представляйте себе, как десять сил, четыре вида бесстрашия, восемнадцать уникальных качеств и так далее втекают в вас в форме исходящего от Будд нектара. В остальном визуализация одинакова с визуализацией вышеописанной.

Когда вы в качестве следующего шага рецитируете: "Я принимаю Прибежище в Дхарме", то очищающие потоки нектара истекают от книг в вашей визуализации. По своей природе этот нектар суть реализованная Дхарма.

В связи с Дхармой совершаемые проступки таковы: отказываться от совершенной Дхармы, продавать тексты, проявлять по отношению к текстам недостаточно уважения, извлекать прибыль из продажи книг Дхармы и так далее. Мы рискуем легко поддаться этому проступку, и это может иметь в высшей степени тяжкие последствия.

Имеет место отказ от Дхармы, когда принижают Махаяну и предпочитают Хинаяну или, наоборот, принижают Хинаяну и превозносят Махаяну; если кто-то отодвигает в сторону либо Сутру, либо Тантру, либо одну из различных ступеней Тантры; возвышает одну из тибетских школ, Сакьяпа, Гелугпа, Кагьюпа или Ньингмапа, а другие ставит ниже и так далее. Выражаясь по-другому: мы совершаем отказ от Дхармы всякий раз, когда на почве наших предубеждений превозносим свое собственное воззрение и презираем другие. Мы совершаем это самое прегрешение также тогда, когда наступаем на написанное, выбрасываем тексты и так далее. Некоторые люди даже садятся на тексты, и создается даже впечатление, словно они хотят намеренно собирать негативную карму. В *'Царе медитативного сосредоточения'* говорится, что совершать отказ от Дхармы было бы явно тяжким проступком. Я ведь обсуждал уже это во всех подробностях (см. Третий день).

Продажа текстов и обращение с ними как с обычными товарами также имеет силу особо тяжкого злодеяния.

О недостаточном уважении к текстам свидетельствует то, что вы кладете их без подстилки на землю, что вы используете в качестве клея для закладки свой зубной налет[28], что вы слюнявите свой палец при переворачивании страницы или ставите предметы на книги Дхармы - это также крайне тяжкие проступки. Когда Атиша однажды увидел одного писца, который ковырялся в своих зубах и вкклеивал зубным налетом цветную бумагу в книгу Дхармы, он не смог перенести этого зрелища. Повернувшись к тантристу, который, собственно, не хотел от него никаких поучений, он сказал: "О нет, так нельзя, так нельзя!" Говорят, это замечание заставило тантриста уверовать в Атишу так, что он в конце концов всё же принял от него наставления. Люди вроде нас, которые имеют постоянно дело с книгами, должны поэтому быть особенно осторожными; мы постоянно подвергаемся опасности совершить эти преступления.

Если вы радуетесь личным вещам, которые приобрели с выгодой из продажи книг, то вы имеете "извлечение прибыли от продажи книг", что также имеет тяжелейшие последствия.

---

[28] Среди тибетцев не принято подчеркивать важные места в книгах. Вместо этого они приклеивают либо цветной кусочек бумаги в начале абзаца, либо закрашивают слова, которые должны быть отмечены, желтым или красным цветом. Так как в Тибете не имеется никаких готовых клеющих материалов, то ленивые ковыряются в своих зубах, чтобы использовать зубной налет для заклеивания закладки.

Пятый из семи Шангпа Ринпоче, Вентон Кьергангпа, был великим Мастером тантры Авалокитешвары. У одного его спонсора, мирянина, как-то вышли деньги; поэтому он продал одно издание *'Сутры Совершенной Мудрости в ста тысячах стихов'*. В надежде очистить свое прегрешение, он, пригласив Ламу Кьергангпа и ещё трех монахов в свой дом, сервировал для них угощение, купив приправу к еде на деньги, вырученные от продажи книг. Следующей ночью Кьергангпа тяжело заболел. Он погрузился в однонаправленную медитацию и смог увидеть белую букву *A*, которая быстро двигалась по его телу и при этом причиняла ему сильные боли. После этого он обратил молитву к своему главному божеству, Авалокитешваре, и Авалокитешвара явился ему.

"Ты и другие, - сказал Авалокитешвара, - извлекли прибыль от продажи текстов. Это скверная вещь. Так как ты больше не имеешь много кармических препятствий, и лишь ещё немного остается умственных омрачений, то для тебя карма этого деяния созрела в этой жизни. Но другие должны будут отправиться в ад. Чтобы очистить твое прегрешение, ты должен сделать подношение *'Сутры Совершенной Мудрости в ста тысячах стихов'*, написанной золотыми чернилами и много *друл-тор*[29]."

Кьергангпа последовал этой рекомендации и излечился от своей болезни.

Когда вы приступаете к визуализации увеличения позитивных качеств, то представляйте себе, что в форме нектара к вам притекает Дхарма - представленная знанием об Истине Пресечения, об Истине Пути и так далее.

В качестве следующего шага вы рецитируете: "Я принимаю Прибежище в Сангхе". Согласно Сутрам, Сангха состоит из Шраваков, Пратьекабудд и Бодхисаттв. Дака, Дакини и Защитники Дхармы образуют тантрическую Сангху. Представляйте себе, как очищающие потоки нектара, исходя из этих фигур, входят в вас.

Преступления в связи с Сангхой таковы: вызывать раскол в Сангхе, воровать предназначенные для Сангхи дары, критиковать Сангху и просрочивать подношение *торма* для Защитников Дхармы, несмотря на то, что имеются соответствующие обязательства. Вы, может быть, пытаетесь уничтожить проступки и умственные омрачения, совершенные в связи с Сангхой; но невозможно очистить их настолько, чтобы вы никогда не должны были испытать созревание каких-нибудь кармических последствий. Это показывает история Учителя Дхармы Супушпачандры[30]. Эти прегрешения являются существенно более весомыми, чем совершенные в связи с Буддой или Дхармой злодеяния. Так как "в связи с Сангхой" относится ко многим людям, то мы должны себя держать настороже. Так как мы часто пребываем в обществе Сангхи, то постоянно подвергаемся опасности совершить этот вид преступления.

Строго говоря, раскол Сангхи можно совершить лишь во время жизни Будды, основавшего Учение; в современности невозможно совершить этот вид злодеяния. Однако если кто-то сеет в Сангхе раздор, то это может быть приравнено расколу.

Арья Сангха состоит из людей, которые напрямую воспринимают Пустоту, независимо от того, миряне они или ординированные персоны. Среди индивидов, которые ещё не достигли состояния Арья, нужны по меньшей мере четверо ординированных, чтобы образовать Сангху. Если из-за того, что кто-то вызвал спор между ними, члены Сангхи раскалываются на почве расхождения мнений на две группы, в каждой из которых по меньшей мере четыре члена, то все участники падают - не только персона, вызвавшая распад единства - рука об руку в нижние миры.

Был когда-то один кадампинский геше по имени Сэльше, который учинил ссору в Сангхе и вскоре после этого умер. Геше Дромтонпа заметил, что если бы его ученик Геше Сэльше умер тремя годами раньше, то он умер бы как Мастер Трипитаки; однако он слишком опоздал умереть - на три года опоздал. "Его монастырь Тёпур стал его гибелью", - сказал Дром. Согласно устной традиции учений Ламрим, Сэльше всё ещё находится в аду. Место, на

---

[29] Разновидность подношения *торма*. (И.У.)

[30] Хотя было предсказано, что это будет стоить ему жизни, Бодхисаттва Супушпачандра всё же пошел, полный радости, в страну царя Вирадатты, чтобы распространять Дхарму. После того, как он привел многих существ к состоянию счастья, он был убит царем в приступе ревности. Позднее царь глубоко раскаялся в этом злодеянии и построил ступу для сохранения реликвий Бодхисаттвы. Однако было слишком поздно, ничто не могло пробудить Учителя к жизни.

котором случается такой раскол, говорят, опаляется этим злодеянием, так что никто в этом месте не может обрести реализаций, даже если практикует там на протяжении двенадцати лет.

Враждебность и привязанность могут расколоть Сангху на клики, члены которых различают “наших” и “других” и думают о том, чтобы “всё же было побольше людей на нашей стороне.” По моему мнению, это уже первый шаг в направлении раскола. Если члены Сангхи не ладят друг с другом, то это, прямо скажем, не способствует изучению Дхармы и созерцанию - и это в особенности вредно, если кто-то хочет достигнуть ступени Дхьяни медитативного погружения. Наибольший вред возникает, если такие конфликты вызывают деградацию учений. В одной сутре говорится:

Члены Сангхи, живущие во взаимном согласии,
Счастливы.
Если они хорошо уживаются, то с легкостью
Переносят аскетическую жизнь.

Другими словами: для членов Сангхи является самым важным умение хорошо ладить друг с другом.

“Воровать собственность Сангхи” - это имело бы место, если бы вы присвоили деньги Сангхи; если бы кто-то не доставлял Сангхе полученные пожертвования и сборы, которые причитаются ей; если бы отдельный член Сангхи стал бы пользоваться тем, что предназначено для общего употребления, и так далее. Управляющие монастырскими делами легко оказываются в ситуации, когда они имеют возможность сделать что-то подобное. Некоторые монахи, в чьи обязанности входит опека спонсоров монастыря, может быть, больше заботятся об интересах спонсора и говорят ему: “Мы не нуждаемся во всем этом.” Тем самым Сангха чего-то недополучает. Даже если утаить от Сангхи лишь кусок масла, то это равняется краже у всего сообщества; это является причиной для перерождения в Аду Авичи. Другие виды растраты внутри Сангхи ведут к перерождению в смежных адах.

Примеры такого рода содержатся в истории жизни Арья Сангхаракшиты. Возвращаясь однажды после путешествия в сферу нагов, он увидел несколько существ в краткосрочном аду на морском побережье. Адские существа приняли разнообразные формы; некоторые выглядели как канаты, другие - как глиняные горшки, иные - как метлы, ступки, колонны, стены или как желоба. Все вздыхали и душераздирающе причитали. Сангхаракшита спросил позднее Будду: “Какая карма пришла к созреванию таким образом?”

Будда объяснил, что адские существа в форме канатов и метл были когда-то во времена распространения учений Будды Кашьяпы людьми, которые утаили от Сангхи канаты и метлы. Канаты и метлы были предназначены для всей Сангхи, но эти люди отложили их в сторону для своего личного пользования.

Тварь, похожая на глиняный горшок, была когда-то мирянином, который помогал Сангхе. Он как-то принес на кухню целебное средство, когда один монах делал некоторые едкие замечания. Человек рассердился и разбил горшок. Так случилось, что он должен был испытать результат этого своего действия.

Тварь, выглядевшая как ступка, была когда-то монахом. Он попросил одного послушника прийти в его комнату и перемолоть зерно ступкой. Так как послушник был как раз занят, то сказал, что сделает это немного позже. Монах разгневался и выкрикнул: “Если бы только я был твоей ступкой, то я бы тебя перемолол вместе с зерном.” Вследствие этих обидных слов он переродился в форме ступки для перемалывания зерна.

Существа, выглядевшие как колонны и стены, были когда-то людьми, которые испачкали харкотиной храм Сангхи. Некоторые также отхаркивались в руки и растирали мокроту по стенам и колоннам монастыря.

Тварь, выглядевшая как желоб для воды, имела крошечную талию. Тем самым пришла к созреванию следующая карма: был когда-то монах, который оставил Сангху голодной, потому что предназначенные для лета припасы выдал только осенью.

Итак, если вы возьмете себе без соответствующего разрешения то, что принадлежит Сангхе - и пусть это лишь полено из принадлежащих ей дров, то, с уверенностью можно сказать, вы переродитесь в одном из краткосрочных адов.

“Критиковать Сангху” означает обижать её членов грубыми словами, давать им оскорбительные имена, либо прямо в разговоре с ними, либо за их спиной. Один брахман по имени Манагаваура обидел члена Сангхи Будды Кашьяпы. Он переродился в качестве морского чудовища. Здесь - краткая версия его истории:

В Индии когда-то было пятьсот рыбаков, которые забросили свой невод в реку Чандака, чтобы поймать рыбу, черепах и тому подобное. Однажды в реке (в северном притоке Ганга) всплыло какое-то морское чудовище. Оно имело гигантские размеры, и пятьсот рыбаков не были в состоянии выловить его. Они попросили помочь пастухов, людей, косивших сено, рабочих по сбору урожая и прохожих. Все вместе они взялись, и бестия была вытащена на берег. Тут увидели, что чудище имеет 18 голов и 23 глаза. Сотнями и тысячами собрались люди, чтобы стать свидетелями происшествия - среди прочих также шесть учителей-тиртиков. Будда, который может видеть всё, вне зависимости от этого происшествия направлялся туда, чтобы говорить о законах причины и следствия. Многие монахи его Сангхи сопровождали его. Насмешники сказали: “Святой человек Гаутама притворяется, будто стоит выше таких банальных событий, и несмотря на это, пришел сюда!”

Те, кто имел веру в него, сказали: “Будда стоит выше таких вещей. Он использует эту возможность, чтобы дать здесь людям чудесные наставления в Дхарме.”

Был сооружен трон и Будда поднялся на него, окруженный своей свитой. Он благословил чудовище, чтобы оно вспомнило свою предыдущую жизнь и смогло понимать язык людей. Затем Будда спросил его: “Ты не Манавагаура?”

“Да”, сказало оно, “я - Гаура”.

“Страдаешь ли ты из-за того, что должен испытывать последствия своего злодеяния телом, речью и умом?”

“Да.”

“Кто склонил тебя к этому?”

“Моя мать.”

“Где она переродилась?”

“В аду.”

“Как переродился ты?”

“Как животное.”

“Когда ты умрешь, где снова переродишься?”

“Я переживу перерождение в аду”, сказала тварь и начала плакать.

Свита Будды была в высшей степени потрясена. Тут попросили Ананду спросить у Будды, кем было это существо, что помнит свои прежние жизни и может говорить, как человек. Итак, Будда рассказал его историю:

“Во времена Будды Кашьяпы, когда правил царя Крикин, пришли несколько брахманов из другой страны и вызывали людей на дебаты. Один брахман по имени Гаурасханти вышел из дебатов с другими философами победителем, и царь дал ему за это право владения горой, на которой состоялись дебаты. Сын брахмана имел длинные белые волосы и поэтому был назван Манавагаура (белый брахман). Этот сын изучил искусство письма и тому подобное и тоже стал ученым, способным побеждать других в дебатах.

Его отец умер и мать испугалась, что могут отнять награду, которую он добыл в дебатах. Она спросила своего сына: “Ты можешь победить всех философов?”

“Я могу победить всех, кроме святых мужей из свиты Кашьяпы”, отвечал он.

“Ты победишь также и их”, - возразила мать.

Из уважения к своей матери он пошел туда, чтобы дебатировать с ними. При этом он встретился с одним монахом, который спросил его о смысле одного определенного стиха. Он не знал ответа, однако благодаря этому обрел веру в Сангху и пошел домой.

“Ты победил монаха?”, - спросила его мать.

“Мама, на самом деле я оказался побежденным.”

“Сын, если это случилось, ты должен читать тексты Будды.”

“Мирянам это не разрешено.”

Тогда ты должен принять монашеские обеты. После того, как ты станешь ученым, сможешь снова снять монашеский сан.”

Она так настаивала на этом, что он стал монахом и ученым Трипитаки.

И снова спросила его мать: “Ты победил этих монахов?”

“Мама, я до сих пор получал передачу учения, однако они обладают передачей и сверх того, они реализовали учения. Я не могу их победить.”

“Сын, ты должен твоих противников атаковать словами, всё равно, о какой бы теме в дебатах ни шла речь! Они так боятся совершить какую-нибудь ошибку, что ничего не скажут, ты выиграешь дебаты.”

Гаура действовал так, как ему посоветовали. В ходе очередных дебатов с монахами он рассердился и сказал: “Ты, слоновья башка, как можешь ты знать, что есть Дхарма, а что - не есть Дхарма!”. Он называл их также “лошадиной головой, верблюжьей головой, ослиной головой, львиной головой, тигриной головой” и так далее. Восемнадцать различных ругательных слов он употребил по отношению к ним и вследствие этого переродился в качестве разновидности морского чудовища с восемнадцатью головами.

Это рассказал Будда.

Было бы также неправедным делом пренебрегать обычными членами Сангхи. К примеру, люди могут сказать: “Эти неспособные монахи”, но так как, как я уже говорил, нет никакого различия между четырьмя обычными людьми, являющимися монахами и Арья Сангхой, то это было бы всё равно что сказать такие вещи самим Майтрейе или Манджушри.

Мы обращаемся с членами Сангхи нашего собственного круга знакомых очень небрежно. Правда, мы говорим “Я принимаю Прибежище в Сангхе”, однако не действуем никоим образом согласно этому. Как говорил мой уважаемый Гуру, когда монахи и монахини сидят рядом в храме, они должны взаимно относиться друг к другу как к своему объекту Прибежища. Но, как правило, мы этого не делаем, а видим лишь ошибки других. Мы думаем: “Этот старый монах в середине ряда чрезвычайно жадный. А с монахом позади него из-за его приступов бешенства просто мука мученическая!” И так далее. Мы видим в каждом члене Сангхи какую-нибудь ошибку и убеждаемся: “Я являюсь здесь действительно позитивным исключением.”

Формула “Я принимаю Прибежище в Сангхе” относится, однако, ко всей Сангхе во всех десяти направлениях. Может быть, вам следует выдумать вашу собственную формулу Прибежища. Я предложил бы в этом случае: “Я принимаю Прибежище в Сангхе - за исключением следующих персон...”

Лама Кончог Йенлаг говорил:

Всегда, когда я вижу Арья Сангху
Я думаю о том, что они являются хорошими друзьями
И проводниками на Пути.

Это означает, что вы должны видеть членов обычной Сангхи и Арья Сангхи как свое Прибежище, когда встречаете их - как людей, которые помогают вам оставить позади себя место, полное опасностей.

Во второй половине визуализации представляйте себе вновь, что возрастают ваши качества, способствующие Дхарме, когда притекает нектар. Бодхичитта и Шесть Парамит, Двенадцать Чистых Качеств, Три Высших Тренинга, Изначальная Мудрость, познающая Пустоту и свойственная Дака и Дакиням, Четыре Вида Благих Деяний, совершаемых Защитниками Дхармы и так далее текут в вас в форме нектара.

Если вы рецитируете формулу Прибежища много раз, то вам нужно визуализировать очищающий нектар в трех различных стадиях: сначала - сокращенная визуализация, потом - подробная и наконец - завершающая.

При краткой версии вы говорите: Я принимаю Прибежище в Гуру”, в то время как потоки нектара текут одновременно от всех пяти групп Гуру. При подробной версии нектар поступает последовательно от каждой отдельной из пяти групп Гуру, а затем при завершающей визуализации потоки нектара идут ещё раз от всех Гуру. Если при каждом шаге будете рецитировать формулу один круг на четках, то весь процесс будет длиться семь кругов.

С другими частями формулы Прибежища надо действовать так же. Будд можно подразделить на пять групп: божества четырех классов Тантр и Будды Сутраяны. Пять групп Дхармы - это Дхарма Шраваков, Дхарма Пратьекабудд, обычная (махаянская) Дхарма и Крия-,

Чарья-, Йога-тантры, а также Высшая Йога-тантра. Пять групп Сангхи - это Бодхисаттвы, Шраваки, Пратьекабудды, Дака и Дакини и Защитники Дхармы.

По обыкновению в конце принято рецитировать ещё раз: “Я принимаю Прибежище в Гуру, в медитативном божестве и в Трех Драгоценностях”, при этом визуализируя, как стекают очищающие потоки нектара. Тексты, однако, не излагают этого более точно.

Это означает, очищение посредством притекающего нетара относится к тантрической традиции; нисхождение очищающих лучей света, напротив, следует причислять к традиции Сутры. Потоки нектара могут нисходить тремя видами: либо они притекают через трубки света, струятся вниз по внешней поверхности световых цилиндров, либо ниспадают в форме сильного дождя.

В качестве следующего шага принято рецитировать следующий стих (из *‘Драгоценного ожерелья для счастливцев’* Джампела Лхундрупа):

Вплоть до самого просветления я принимаю Прибежище
В Будде, Дхарме и Сангхе.
Да смогу я силою заслуг,
Которые собираю посредством даяния и других Парамит,
Достигнуть состояния Будды во имя блага всех существ.

Рецитируя первую часть этого стиха, принимают Прибежище. Когда говорят: “Да смогу я силою заслуг, которые собираю посредством даяния, и других Парамит...”, развивается Бодхичитта. Думайте при этом: “Да смогу я силою заслуг, которые накапливаю тем, что действовал великодушно, вел себя нравственно безупречно, сохранял терпение и так далее, достигнуть состояния Будды во имя блага всех существ.” Это положение я не хотел бы здесь излагать далее, потому что позже вернусь во всех подробностях к тому, каким образом освоить нутром эту мысль (см. Двенадцатый день). Принятие Прибежища сравнимо с приведением себя к подданству царя; развитие Бодхичитты соответствует выплате дани ему.

Теперь визуализируйте результаты, которые приносит с собой развитие Бодхичитты, сделайте эти результаты частью вашего Пути: от Гуру Шакьямуни исходит двойник, он растворяется в вас. Благодаря этому вы принимаете природу Шакьямуни - следовательно, природу Будды. Неисчислимые Будды излучаются теперь вами самим и растворяются в чувствующих существах, которые тоже принимают природу Будды; и все существа теперь - тоже Будды. Радуйтесь этому и думайте: “Когда я развивал Бодхичитту, то думал: ‘Я приведу всех чувствующих существ к состоянию Будды.’ Теперь я достиг моей цели.”

Этой визуализацией вы заранее привносите результаты Бодхичитты на Путь. Это подобно “Превосходной Победе” тантрической Мандала-практики и имеет сравнимые преимущества. Она содержит глубинные положения, которые находятся в таких наставлениях, как *‘Исчерпать содержание сансары’* или *‘Очищение шести видов чувствующих существ и их миров’*, и поэтому является особенно драгоценной.

В качестве следующего шага медитируют о Четырех Безмерных Помыслах. Скажите себе: “В действительности я не могу привести всех чувствующих существ к этому состоянию - я могу сделать это только в своем воображении. Что повинно в этом? Моя привязанность к людям, кторые стоят ко мне близко, и моя антипатия по отношению к тем, кто далек от меня.” (Обдумайте затем следующие слова из *‘Драгоценного ожерелья для счастливцев’* Джампела Лхундрупа, в то время как вы их рецитируете):

Как это было бы чудесно, если бы все чувствующие существа жили в равностности:
свободными от чувств чрезмерной близости или дистанцирования,
привязанности или враждебности. Да смогут они достигнуть этого состояния!
Я приведу их к этому состоянию.
Да смогут благословить меня мои Гуру и божества на то,
чтобы я стал способным сделать это!

Как это было бы чудесно, если бы все чувствующие существа обладали счастьем
И причинами для счастья. Да смогут они обрести это.

Я приведу их к этому состоянию.
Да смогут благословить меня мои Гуру и божества на то,
чтобы я стал способным сделать это!

Как это было бы чудесно, если бы все чувствующие существа были свободны
от страдания и причин страдания. Да смогут они стать свободными от этого.
Я освобожу их всех от этого.
Да смогут благословить меня мои Гуру и божества на то,
чтобы я стал способным сделать это!

Как это было бы чудесно, если бы все чувствующие существа
никогда не разлучались со счастьем более высоких перерождений и Освобождения.
Да смогут они достигнуть этого состояния.
Я приведу их к этому состоянию.
Да смогут благословить меня мои Гуру и божества на то,
чтобы я стал способным сделать это!

Этим начинают процесс порождения Четырех Безмерных Помыслов (Безмерная Равностность, Безмерная Любовь, Безмерное Сострадание и Безмерное Сорадование).

В этом речитативном исполнении не только упоминаются Четыре Безмерных Помысла один за другим, каждый из этих помыслов содержит также ещё четыре других безмерных установки. Всякий раз, когда вы думаете: “Как это было бы чудесно, если бы все чувствующие существа...”, это является Безмерным Стремлением. Мысль “Да смогут они достигнуть этого состояния” является Безмерной Молитвой. Когда вы думаете: “Я дам им это”, “Я освобожу их от этого” и тому подобное, то это является Безмерным Альтруизмом. Мысль: “Да смогут благословить меня мои Гуру и божества на то, чтобы я стал способным сделать это!” является Безмерной Просьбой. Это - традиционное устное объяснение.

Если затем вы развиваете Бодхичитту по формуле: “Во имя блага всех чувствующих существ, которые были моими матерями...”, то это (эта формула) и размышление о Четырех Безмерных не должны производить какие-то разные состояния сознания, оба упражнения, напротив, дополняют друг друга в том, чтобы усиливать потенциал для развития Бодхичитты.

В случае Равностности вы усиливаете Бодхичитту посредством следующей мысли: “Я достигну состояния Будды, чтобы всех существ, которые сравнимы с детьми, любящими спорить, привести к состоянию равностности, в котором они свободны от привязанности и враждебности.” Или вы думаете: “Я достигну состояния Будды, чтобы привести всех чувствующих существ в состояние счастья - начиная с счастья, которое возникнет, если я остужу горячие ады, и вплоть до Блаженства совершенного Просветления.” Или: “Я достигну состояния Будды, чтобы освободить всех чувствующих существ от их страданий - начиная со страданий в адах и вплоть до тончайших иллюзий, которые стоят на пути к их Просветлению.” Эти мысли усиливают силу твоей Бодхичитты и содержат весь Путь для трех видов существ.

Может быть, вы думаете теперь: “Почему нужно развивать Бодхичитту и другие вещи прежде, чем ум обучился в разделе Пути для существ с малыми способностями?” Но даже когда вы обучаетесь в разделах Пути для существ с малыми и средними способностями, вы фактически не практикуете Путь для этих существ. Скорее, вы практикуете эти Пути, чтобы создать освнову для развития Бодхичитты, это относится к Махаяне. Это вам нужно учитывать с самого начала. Если вы хотите взобраться на высокий горный перевал, то вам нужно с самого начала иметь цель перед глазами, то есть думать о ней уже у подножия горы. Также, если кто-то хочет изготовить изображение божества, то должен его себе ясно представлять до того, как провести первую линию, чтобы суметь нарисовать его в правильных пропорциях,

Во время речитативного начитывания принято говорить о желании “быстро, быстро” прогрессировать. Первое “быстро” относится к тому, чтобы стало поскорее - а именно, за одну лишь жизнь - возможным через колесницу Парамит (Парамитаяна) достижение Просветления. Второе “быстро” относится к тому, чтобы достичь состояния Будды за одну столь короткую жизнь, которая имеется в нашем распоряжении. При первом “быстро” применяют методы

низших классов тантр; при втором “быстро” - методы Высшей Йога-тантры, высшие среди четырех классов тантр.

Или по-другому: Во-первых, Просветления можно достигнуть через методы высших классов тантр в течение краткого жизненного срока, который имеется в нашем распоряжении в эти времена упадка. Это одинаково для всех школ - Сакья, Гелуг, Ньингма и Кагью. Во-вторых, имеется Путь, который делает возможным ещё более ускоренный прогресс: с помощью Высшей Йога-тантры, как это преподается посредством тайных устных передач в качестве жизненной артерии Пути. Если вы практикуете соединение тантр Гухьясамаджи, Херуки и Ямантаки, то можете достигнуть Просветления лишь за двенадцать лет. В устно передаваемой традиции Трунгпа Тагпугпы говорится: “Если Просветление не достигнуто, то ошибка заключена в самом практикующем. Как говорится в тайной традиции великого Цонкапы, раньше были люди вроде Миларепы, Гьялва Гётсанга и так далее, которые принимались за жесткие аскетические упражнения и достигали Просветления лишь за три года.”Многие гелугпинские Мастера, например, Энсапа и его ученики, очевидным образом достигли состояния Будды за одну жизнь - даже не заставляя себя принимать слишком экстремальные нагрузки.

Этим завершаются объяснения традиции принятия Прибежища и развития Бодхичитты, изложенной в *‘Быстром Пути’*. Передававшаяся в центральном Тибете традиция *‘Собственных слов Манджушри’* описывает визуализации для принятия Прибежища, одинаковые с вышеописанными. В южной традиции передачи визуализация для принятия Прибежища описывается несколько иначе. В ней речь идет о коренным образом отличающейся устной передаче.

Визуализация южной линии передачи выполняется следующим образом: представьте себе много лотосов, произрастающих из земли посреди красивых облаков и радуг; поэтому видны лишь цветы. Средний цветок является самым большим, на нем сидит Будда Шакьямуни. Справа от него и слева пребывают Майтрейя и Манджушри - каждый на своем собственном цветке лотоса. Они сидят на одном уровне с Буддой Шакьямуни. Позади Майтрейи и Манджушри сидят Гуру, которые относятся либо к линии передачи Обширного Метода, либо к линии передачи Глубинного Постижения. Эти Гуру образуют два ряда; они сидят друг за другом - причем первый сидит соответственно за Майтрейей или за Манджушри, - образуя окружность с Буддой Шакьямуни в центре. Последние Гуру этих двух линий преемственности сидят при этом рядом друг с другом. Вы должны при этой визуализации представлять себе, что каждый Гуру сидит на своем собственном лотосовом цветке. Перед Буддой Шакьямуни, но чуточку глубже, сидят ваши собственные Гуру - те, от которых вы получали прямые наставления. Линия передачи Благодатной Практики (Тантры) не должна визуализироваться.

Между облаками и радугами высоко в пространстве сидят Будды, они простираются веерообразно справа и слева от ваших Гуру. Под Буддами сидят Бодхисаттвы, Шраваки и Пратьекабудды; Защитники Дхармы находятся под ними.

Ниже твоего собственного Гуру находятся три многоцветных лотосовых цветка. На среднем цветке стоит (Шестирукий) Махакала в своей форме Курукелледжняна на солнечном диске. Он является Владыкой Дхармы для существ с высшими способностями. Справа от него стоит на лотосе и лунном диске Вайшравана, Владыка Дхармы для существ со средними способностями. Слева от Махакалы стоит на солнечном диске и лотосовом цветке Яма Дхармараджа, Владыка Дхармы для существ с низшими способностями.

В силу следующих причин они называются Владыками Дхармы для существ с тремя видами способностей: форма Курукелледжняна Махакалы является на самом деле Авалокитешварой, воплощением сострадания всех Будд, которое манифестирует себя здесь в качестве защитного божества. Это означает, что на Пути существ с высшими способностями быстро развиваются Любовь и Сострадание, если положиться на это защитное существо.

На Пути для существ со средними способностями прежде всего практикуются Три Высших Тренинга, причем особенно упражнение в нравственности стоит на переднем плане. Махараджа Вайшравана пообещал Будде защищать часть Виная Трипитаки, а также высший тренинг нравственности. Если положиться на этого Защитника Дхармы, то в сознании развивается данная часть Пути. Дхармараджа Яма представляет преходящность всякого

перерождения; он сортирует людей также по их благотворным и неблагтворным делам. Если положиться на этого Защитника Дхармы, то легко развивается постижение непостоянства, закона причины и следствия и тому подобных вещей, что соответствует Пути для существ с малыми способностями.

Этим способом нужно установить отношения с Защитниками Дхармы, которые осуществляют руководство на Пути. Существует бесчисленное количество тайных и глубинных объяснений того, как Гуру, медитативные божества и так далее помогают практикующим продвигаться по Пути и быстро ведут их к Просветлению. Манджушри передал эти объяснения великому Цонкапе; здесь, однако, не место обсуждать такие вещи в деталях.

Другие Защитники Дхармы стоят справа и слева, ответственные за три вида существ Защитники стоят по центру. Они должны быть ранжированы таким образом, что находятся на разных уровнях (Махакала занимает при этом высшее место). Как затем принимают в действительности Прибежище, уже было описано.

Наша специальная линия передачи включает дополнительно после этого раздел с заглавием “Молитвенная просьба, обращенная к объектам Прибежища”.

Она звучит следующим образом: “Гуру и высшие Три Драгоценности, я принимаю Прибежище в вас и выражаю вам свое почтение. Пожалуйста, благословите мой ум.” Это основано на устных инструкциях великого Сакья Ринпоче.

Пятый день

Приступая к наставлениям, Пабонгка Дордже Чанг процитировал этот стих Нагарджуны:

Это было бы тупостью,
Золотой сосуд, украшенный драгоценными каменьями,
Наполнить отвратительными нечистотами;
Но ещё большей тупостью было бы делать неблаготворное,
После того, как родился человеком.

Развивайте правильную мотивацию и примите правильную позицию, прежде чем начнете слушать. Дхарма, котрую вы теперь будете слушать, является учением, которое ведет Способствующих Счастью к уровню Будд.

Затем Ринпоче напомнил о темах, которые он уже излагал.

Четвертый главный заголовок Ламрима звучит так: “Последовательность, в которой следует давать ученикам подлинные наставления.” Этот заголовок имеет два подраздела. Первый повествует о том, как мы полагаемся правильным образом на Духовного Мастера. Перед этим упражнением делают Шесть Подготовительных Ритуалов, руководствуясь версией *‘Быстрого Пути’*. Вчера я изложил первые три из этих ритуалов; теперь очередь за четвертым.

ПРОСЬБЫ, ОБРАЩЕННЫЕ К ПОЛЮ ЗАСЛУГ (46)

Великий Цонкапа говорил: “Если мы при обучении не можем вспомнить слова, если мы размышляем над словами, но не можем понять их смысл или если медитируем, но без того, чтобы что-то изменилось в нашем сознании, если, следовательно, наши умственные способности очень слабы, то тогда нам следует положиться на силу Поля Заслуг.”

Толстый слой кармически обусловленных умственных омрачений лежит в нашем сознании; мы пребываем в безотрадном состоянии, так как слова, которые мы слышим, не удерживаем (в памяти). Даже если мы размышляем над услышанным, то у нас отсутствует

правильное понимание, а наши медитации не породили ещё в нашем сознании никаких постижений. Однако если мы в такой ситуации направив молитвенные просьбы к Полю Заслуг, соберем заслуги и очистимся от умственных омрачений, то тогда вскоре появятся результаты. Великий Цонкапа спросил Манджушри, какие нужно применять методы, чтобы быстро развить постижения в своем сознании. Манджушри отвечал, что следует соединять друг с другом следующие три вещи: направлять к собственному Гуру молитвенные просьбы; видеть Гуру неразрывно единым с медитативным божеством и постоянно пытаться освоить различные медитативные темы.

Тем, что вы строите свое Собрание Заслуг и освобождаетесь от умственных омрачений, вы приводите собственное сознание к созреванию. Постижения не могут возникнуть, если пытаться только осваивать медитативные темы Ламрима, без призывания благословения Поля Заслуг посредством молитвенных просьб. Несмотря на величайшие усилия, вы будете тогда продвигаться лишь чрезвычайно медленно. Однако если вы привели свое сознание к созреванию, постижения будут появляться без больших издержек, а ваши ошибки будут быстро обнаруживаться, подобно гнойнику, который, стоит ему показаться наружу, легко может быть очищен. Также быстро развиваются ваши благие качества, - созревают подобно плодам, которые сами собой падают с дерева - так что вы уже скоро приступите к их вкушению. Великий Цонкапа был для нас образцом, когда он в Олга Чолунг с полной энергией собирал заслуги и проводил очистительную практику посредством простираний и подношений мандалы. Вследствие этого он имел видение Нагарджуны и его четырех учеников. Во время этого видения Буддапалита, один из учеников Нагарджуны, благословил Цонкапу, возложив на его голову санскритскую копию своего комментария к *'Корню Срединного Пути'* Нагарджуны. Цонкапа в этот день почувствовал желание прочитать этот комментарий и реализовал при чтении этого комментария - что касается обычного человеческого восприятия - безупречное видение, свойственное Прасангике. Он читал уже этот комментарий много раз, но его сознание стало лишь теперь - по крайней мере, по-вилимости - созревшим для этого вида познания.

Существует много подобного рода происшествий в историях жизни высокоразвитых существ прошлого. Чже Келсанг Тензин является Ламой той линии передачи, которою мы здесь занимаемся. В один из дней он был как раз на пути в деревню, называвшуюся Брунгкпа в Дагпо, чтобы там в одном доме читать какой-нибудь текст. Он попросил Келсанга Кедрупа выбрать ему для этого книгу и получил *'Антологию Кадампы'*, которая содержала раздел с заглавием *"Ваджрная Песнь медитации о преобразовании сознания"*. Как только Келсанг Тензин прочитал название, в его сознании пробудилась подлинная Бодхичитта. Когда на следующий день во время своего подготовительного ритуала он возносил молитвенную просьбу к Полю Заслуг, то подойдя к части, в которой призываются авторы Ламрима и которая начинается словами: "Досточтимый Гева Чен, заботящийся с великой любовью обо всех существах...", в то мгновение, когда он произносил имя автора Ваджрной Песни, он, как говорят, почувствовал отчетливое прикосновение к своему лбу. Если собственное сознание имеет нужную степень зрелости, то познания возникают совсем непосредственно, даже во вполне обычных условиях. Дольпа Ринпоче сказал в связи с этим:

> Если вы дополнительно к своей медитативной практике предпринимаете
> усилия по накоплнеию заслуг, очищаете свои умственные омрачения
> и направляете молитвы к Гуру и божествам, то обретете постижения,
> о которых думали, что вы их никогда, ни разу по прошествии сотни лет
> усилий не сможете развить; так бывает со всеми обусловленными феноменами:
> Они не являются неизменными.

Святые прошлого имели привычку говорить в своих устных наставлениях: "Ты равняешься семени без влаги, если не накапливаешь никакого запаса заслуг." Поэтому так важны Накопление, Очищение и Просьбы к Полю Заслуг. И поэтому монахи больших монастырей занимаются не только дебатами: во время своих собраний и дебатов они проводят также много речитативных начитываний. Эти вещи нужно принимать всерьез; они служат Очищению и Накоплению.

Кому следует направлять свои молитвы, если хотите собирать заслуги и очищаться? Их направляют Полю Заслуг. Так как медитация о Поле Заслуг имеет, таким образом, решающее значение, то мы посвятили ей целую главу.

Понятие “Поле Заслуг” должно напоминать о том, что эти визуализации представляют собой благоприятную почву, если кто-то желает увеличить свой запас заслуг. Люди, как правило, много вкладывают в обычное поле, это приносит хороший урожай; но они должны бы также придавать большое значение визуализации Поля Заслуг, потому что оно дает Накопление Заслуг, Очищение и Силу Молитвам. Обычное поле родит лишь один раз снимаемый урожай; однако в Поле Заслуг могут возникнуть безмерно большие результаты из одного крошечного семени. В то время как обычные поля могут быть засеяны лишь в определенные времена года, в Поле Заслуг можно закладывать во всякое время года семена здоровья и счастья. Как было бы жаль, если бы вы это поле оставляли лежать невозделанным и не засеяли бы в это поле никаких семян. Великий Цонкапа говорил:

> В одной сутре значится: “Это священное Поле - источник всего здоровья
> и всякого счастья - стоит всегда наготове.
> Там можно во все времена года высеять семена здоровья и счастья. Поэтому вы
> можете это Поле вспахать бороной веры.”
> Как было бы жаль, если бы Поле осталось лежать невозделанным!

А также:

> Мы считаем Поле Заслуг, превосходнейшее из всех полей,
> Немногим более ценным, чем обычные поля.
> Это неправильно.

Раз Просьбы к Полю Заслуг настолько важны, у вас возникнет, наверное, вопрос: “Как я должен это визуализировать?” Я буду объяснять это упражнение, начав с описанной в *‘Быстром Пути’* версии Поля Заслуг. Каждый текст Ламрима имеет свою собственную версию Подготовительных Ритуалов.

Теперь вы, наверное, задаетесь вопросом: “Прежде чем я начну заниматься визуализацией Поля Заслуг, мне нужно растворить визаулизацию для принятия Прибежища. Как это делается? Из текстов это неясно.” Фактически существуют три различных инструкции о растворении визуализации для принятия Прибежища; я не делаю однозначного выбора в пользу определенной инструкции, чтобы оставить медитирующим некоторую свободу действий. Инструкции гласят: объекты Прибежища превращаются в золотой свет, который растворяется в точке вашего межбровья. Другой возможностью было бы представлять себе, что визуализация растворяется в состоянии Пустоты. Или вы представляете себе, как визуализация для принятия Прибежища поднимается в пространство, и после того как вы визуализировали ниже неё Поле Заслуг, вы заставляете объекты Прибежища сплавиться с Полем заслуг в процессе призывания Существ Мудрости в Поле Заслуг. Эти три указания формулируются в текстах лишь неопределенно, они принадлежат к устно передаваемой традиции.

Первым шагом при визуализации Поля Заслуг является благословение земли. Вы можете рецитировать следующий стих (из *‘Драгоценного ожерелья для счастливцев’* Джампела Лхундрупа):

> Да не будет обнаруживаться на окружающей земле
> Никаких неровностей, камней и тому подобного.
> Да станет она гладкой, словно ладони собственных рук,
> Имеющие природу ляпислазури
> И всё же являющиеся совершенно мягкими.

Забудьте тесные границы своей комнаты и представьте себе широкое основание - такое, словно вы находитесь в центре обширной равнины. Поверхность - ровная и состоящая либо полностью из золота с красивыми вкраплениями из лазурита, либо из ляписа с вкраплениями из золота. Земля прогибается при прикосновении к ней и возвращается пружинисто к

первоначальной форме, когда прекращается давление на неё. Стоит только к ней прикоснуться, как возникает чувство большого счастья. Повсюду находятся благородные деревья, на которых сидят различные дивные птицы, поющие песни Дхармы. Имеются пруды, на дне которых скапливается золотой песок, и вся равнина окружена горами драгоценных камней. Представьте всё окружающее как чистую страну Будды - так, как это описывается в сутрах. Когда при этом говорится об отсутствии камней, то под подразумевается отсутствие острых камней и глиняных черепков. В Индии люди старались выбрасывать старые сосуды, и так в конце концов целая страна оказалась усеянной битыми черепками. В вашей визуализации, напротив, земля является совершенной - без каких-либо трещин или борозд.

Теперь вам нужно благословить подношение. На самом деле вы поставили, может быть, лишь семь чашечек с водой и зажгли одну благовонную палочку, но если вы при этом думаете, что земля и небо совершенно заполнены многочисленными подношениями - подобными тем, что делал Арья Самантабхадра[31], то соберете заслуги, соответствующие этому даянию. В *'Аватамсака-сутре'* говорится: "Пожертвование воды, повсюду вода, водяные балдахины..." Другими словами: можно делать подношение воды в форме солнечных зонтов, балдахинов и победных стягов. Подобно этому делают подношение цветами, благовониями, светильниками, ароматизированной водой, едой и так далее. Такие вещи, как еда, которые трудно визуализировать в их исходной форме, следует представлять в сети световых лучей вокруг них. Мантра "Облака подношений" служит как для благословения, так и для подношения даров.

> *Ом намо бхагавате, ваджра сара прамардане татхагатая, архате самьяксам буддая, тадьята, ом ваджре ваджре, маха ваджре, маха теджра ваджре, маха видья ваджре, маха бодхичитта ваджре, маха бодхи мандопа самкрамана ваджре, сарва карма аварана вишодхана ваджре сваха.*

Это означает, если произносить эту мантру, то прольется дождь подношений вокруг Будд и Бодхисаттв, даже если были приготовлены лишь скромные реальные дары.

Затем призывают Силу Истины (как это описано в *'Ожерелье для счастливцев'* Джампела Лхундрупа):

> Силою Истины Трех Драгоценностей, великою силою благословения
> всех Будд и Бодхисаттв, вместе с могуществом, которого они достигли
> посредством завершения обоих Собраний, силою чистоты и непостижимости
> Дхармадхату (сфера Истины), да станет всё Таковостью.

Когда вы говорите: "Да станет всё Таковостью", ваша визуализация растворяется в Таковости - всё равно какой бы большой или маленькой она ни была.

Теперь мы подошли к собственно визуализации Поля Заслуг. В *'Быстром Пути'* в связи с этим упоминаются две визуализации. Одна следует практически поддерживаемым наставлениям, другая следует *'Гуру Пудже'* - совершенно необычному наставлению, которое содержится в *'Чудесной книге Гелугпы'*. Это упражнение являлось йогой Гьялва Энсапы и махасиддхи Чокьи Дордже. Они достигли состояния Единства за одну лишь жизнь, упражняясь в этой Гуру-йоге, при выполнении которой визуализируют трех существ в одном.

В этом месте произносите речитативом следующий стих (из *'Драгоценного ожерелья для счастливцев'* Джампела Лхундрупа):

> На широком Пути богов,
> Где Блаженство едино с Пустотой,
> Посреди громоздящихся облаков

---

[31] Бодхисаттва Самантабхадра известен своими роскошными подношениями для Будд. Говоря практически, существуют две возможности для того, чтобы визуализировать множество подношений Самантабхадры: согласно Сутре и согласно Тантре. В Сутре принято все, что является хорошим и роскошным, подносить в венце пятицветных лучей света. В Тантре даяние является Единением Блаженства и Пустоты.

Подношений Самантабхадры
Стоит древо исполнения желаний,
Полное листьев, цветов и плодов.
На вершине его кроны покоится драгоценный трон
В радужно светящемся пятицветье.
На нем лежит огромный лотос,
А сверху - диски солнца и луны -
Сиденья для моего коренного Гуру,
Который является трижды добрым ко мне.
Его природа суть природа всех Будд;
Он проявляется в виде монаха, в шафрановых одеждах,
С одним ликом, двумя руками и лучезарной улыбкой.
Его правая рука осуществляет жест даяния Дхармы,
Его левая рука - в жесте медитации
Держит наполненную нектаром чашу.
Он одет в три одежды Дхармы светящегося шафрана,
На голове его - желтая шапка пандита,
А в сердце покоятся Шакьямуни и синий Ваджрадара
С одним ликом и двумя руками, держащими ваджру и колокольчик.
Ваджрадара покоится в единении с Дхатошвари;
На них драгоценные украшения и одежды из лучшего шелка,
И они переживают Блаженство и Пустоту как единое.

В этом месте вы узнаете природу вашего сознания как изначальную мудрость неразрывно единых Блаженства и Пустоты. “Широкий путь богов”, синоним для пространства, обозначает сознание. В этом пространстве возникает теперь визуализация Поля Заслуг. Этот первый шаг должен нам помочь в том, чтобы видеть всё как Единство Блаженства и Пустоты. Я мог бы здесь дать многие глубинные объяснения смысла мантры *эвам* (Таковость), посредством которой можно уверовать в мудрость Блаженства и Пустоты, а также в то, как, исходя из этого понимания, самому возродиться в качестве божества. Но так как среди вас имеется много людей, ещё не посвященных в высшие тантры, то сейчас момент является неподходящим для того, чтобы обсуждать такие вещи. Того, что было сказано мною до сих пор, должно быть достаточно. Во всяком случае, следует визуализировать Поле Заслуг посреди подношений Самантабхадры на громоздящихся скоплениях облаков. В центре драгоценного основания находится молочное озеро, из которого возвышается древо исполнения желаний. Оно состоит из семи драгоценных субстанций: оно имеет золотые корни, серебряный ствол, ветви из ляпислазури, хрустальные листья, красные кораллы в качестве цветов, лепестки цветов из особого камня и бриллиантовые плоды. Все части дерева имеются в наличии числом, кратным семи. Дерево исполняет каждое ваше желание, точно так, как вы себе это представляли; оно равносильно исполняющему желания драгоценному камню *чинтамани*. Шелест его листьев рассказывает о Четырех Дхармах, а именно - о Непостоянстве, Бессамостности, Страдании и Нирване. На одном огромном цветке посредине дерева стоит драгоценный, поддерживаемый восемью львами, трон. Львы являются, на самом деле, великими Бодхисаттвами, которые приняли эту форму в качестве знака их уважения к Будде и поддерживают трон. Так же, как львы господствуют над всеми дикими зверями, Будды господствуют над всеми мирскими божествами и тиртиками. Восемь львов символизируют, кроме того, Восемь Великих Сил, а если это четыре льва, то они указывают на Четыре Вида Бесстрашия.

Над этим троном находятся одиннадцать уровней лотосовых цветов. Чем выше уровни лотосов, тем больше расстояние между ними. Самый верхний лотос имеет четыре лепестка. На его пыльнике лежит солнечный диск из превосходного огненного кристалла. Над ним находится лунный диск из кристалла воды. Оба диска подобны двум натянутым одна над другой оболочкам барабана (впрочем, барабаны не имеют никакой рукоятки).

Лотос символизирует Отречение. Лотос произрастает в болоте, однако от этого не становится грязным, так же, как с установкой Отречения можно избежать сансарического загрязнения. Солнце приводит к созреванию всё, что является ещё незрелым; поэтому оно

символизирует созревающее воздействие, которое оказывает абсолютная Бодхичитта (мудрость, познающая Пустоту) на сознание. Лунный свет смягчает жару; его белая природа символизирует относительную Бодхичитту (желание пробудиться к Просветлению), которая изгоняет страдание ненависти. Это сиденье, состоящее из трех частей, показывает, что фигура, сидящая на нем, стал Мастером Трех Принципов Пути. Лотос является также символом Пути для существ с малыми и средними способностями; солнечный и лучнный диски являются символами Пути для существ с высшими способностями.

В качестве следующего шага надо визуализировать центральную фигуру на лотосовом основании. Кто это - центральный образ в Поле Заслуг *'Гуру Пуджи'*? Как говорят некоторые, это Дже Ринпоче; другие говорят, это - собственный коренной Гуру, иные называют даже его "Гуру Пуджа Дже Лама". Его называют "Лама", потому что он суть собственный Гуру, "Лосанг" - потому что он суть Цонкапа (чье имя, полученное при монашеском посвящении, было Лосанг Драгпа); "Тубванг", так как он - наш Учитель Шакьямуни, и "Дордже Чанг", так как он - Будда Ваджрадара. Итак, он имеет одновременно четыре аспекта, которые рассматриваются как неразрывные. Означает ли это, что здесь в центральной фигуре соединяются друг с другом четыре разных потока сознания? Нет, не это имеется в виду; как можно было бы сделать из четырех различных потоков сознания один! Во всех четырех потоках сознания с давних пор речь идет об одном бытии. Они являются нам, может быть, в качестве четырех различных потоков сознания; однако можно посредством логических умозаключений и ссылок на тексты доказать, что на самом деле являются одним. Четыре потока - одного бытия. Для нас, однако, Ваджрадара - синий, держит ваджру и колокольчик и носит одежды самбхогакайя. Будда Шакьямуни, напротив, имеет покрытую ушнишей голову и голые стопы; он показывается во внешнем проявлении нирманакайя. Оба кажутся не имеющими никакой связи, но эта видимость обманчива. Будда показывался в в форме высшей нирманакайя, когда он учил Виная или Сутрам. Когда он учил Тантрам, то манифестировал свою форму Ваджрадары, а когда он учил Гухьясамаджа-тантре, то проявил себя как божество с тремя ликами и шестью руками. Давая наставления в Херука-тантре, он манифестировал себя как многоголовый Херука с двенадцатью руками. Он являлся в бесчисленных разных формах, смотря по тому, каким сутрам или тантрам он учил; тем не менее он всегда был Шакьямуни. Таким образом, Ваджрадара и Шакьямуни являются одним бытием; речь не идет о двух различающихся потоках сознания. Даже после того, как Будда Шакьямуни прекратил деятельность для своих прямых учеников и вошел в нирвану, он являлся ещё много раз в Индии в качестве ученого или йогина и преподавал Дхарму в этих формах. В период первой волны распространения учений в Тибете он являлся как Шантаракшита, Падмасамбхава и другие и учил Дхарме. Во время второй волны распространения Дхармы в Тибете он манифестировал себя в форме многих ученых и Мастеров, чтобы обучать Дхарме: Атиша, Дже Цонкапа и так далее. Следовательно, Дже Лосанг Драгпа в силу своей природы тоже един с Шакьямуни.

Как сказал Будда, Шакьямуни-Ваджрадара станет являться в будущем, когда возобладают пять видов упадка, в форме (многих) Гуру. Теперь вы, может быть, задаетесь вопросом: "Кто тогда эта эманация Шакьямуни-Ваджрадары, работающая в настоящее время во имя моего блага?" Вам не нужно идти далеко, это - ваш собственный Гуру. В *'Шрикхасама-тантре'* говорится:

Все эти существа являются воплощениями
Пяти Дхьяни-Будд;
Являясь подобно исполнителям роли
или искусным изображениям,
Они суть воплощения всё того же Великого Блаженства,
Они переживают всё то же Великое Блаженство,
Но принимают различные формы.

Эту цитату можно интерпретировать по-разному. Её можно отнести к ступени "Изоляции тела" во время практики Стадии Завершения. Но её можно также понимать в качестве указания о том, как следует вверять себя своему Духовному Учителю. Этого же рода объяснением служит следующая цитата:

Представьте себе, один танцор появляется на сцене в костюме танца Черного Убора. Люди говорят потом: “Сюда приходит маг Черного Убора”, хотя, собственно, выступал лишь исполнитель танца. Затем танцор снова исчезает и надевает маску Дхармараджи (благодаря чему он становится Защитником Дхармы Ямой). При этом выступлении люди говорят: “Это - Дхармараджа.” Однако в действительности речь идет всё время о том же самом танцоре, даже когда он носит различные костюмы и имена. Похожим образом является Победоносный, Ваджрадара, как Шакьямуни, Дже Цонкапа или как ваш собственный Гуру. Все они - одного бытия.

С этой убежденностью необходимо визуализировать центральную фигуру Поля Заслуг под именем “Лама Лосанг Тубванг Дордже Чанг.” Однако по своему смыслу он является даже чем-то ещё большим, нежели это, ибо говорится: “В силу своей природы он воплощает всех Будд.” Вы должны добиться убежденности, что Гуру представляет изначальную мудрость всех Будд в телесной форме. В разделе о преданности Духовному Мастеру я буду вдаваться в эти вещи ещё более подробно.

Если вы не поймете эти вещи правильно, то ваша медитация о глубинной практике Гуру-йоги будет оставаться лишь бледным подобием того, чем она могла бы быть - всё равно, как бы много вы ни медитировали об этом. В *‘Большом изложении этапов Пути’* по этому поводу говорится:

Это было знаменитое наставление, которое называется “Гуру-йога.
Однако оно не принесет никаких плодов, если лишь
Несколько раз над ним медитировать.

В речитативных текстах говорится о Трех Видах Доброты. В традиции Сутры под этим имеется в виду следующее: предоставление обетов, передач и обучение Дхарме. В традиции Тантры речь идет о предоставлении инициаций, объяснении тантр и передаче учений (Тантры). Можно говорить о “троякой доброте”, поскольку все три вида блага получают от одного Гуру.

Внешне центральная фигура имеет форму Победоносного, великого Ламы Цонкапы - монах, одетый в одежды шафранового цвета. Цвет его (внешних) одежд - шафрановый, это равнозначно символу рулевого. Его правая рука - в жесте даяния Учения; его левая рука - в жесте медитации держит монашескую чашу, полную нектара. Между большим и указательным пальцем каждой из рук он держит синие лотосы (называемые также *утпала*). Лотосы - полностью распустившиеся, и их лепестки находятся на одном уровне с его плечами. На цветке справа от Цонкапы находится Меч Мудрости, на острие которого вьется пламя. На лотосе слева покоится экземпляр *‘Сутры Совершенной Мудрости в восьми тысячах стихов’*, причем от книги исходит звучание её содержания. Вы можете также представить себе, что в особенности излагаются те темы в тексте, которыми вы как раз занимаетесь в своем обучении, созерцании и медитации.

Его три одежды - цвета шафрана. Вообще говоря, имеются три цветовых оттенка у шафрана: желтый, красно-желтый и красный. Накидка Дже Цонкапы, его верхняя жилетка и его нижняя часть одежды имеют соответственно эти цвета. Он носит желтый головной убор пандита, острая верхушка которого направлена вверх. Различные цвета имеют многие значения, но это заняло бы сейчас слишком много времени, если бы мы стали все это обсуждать. Такие подробности вы можете заимствовать из наставлений о *‘Толпах богов из Тушита’* и из наставлений о *‘Гуру Пудже’*.

Представьте себе, что Будда Шакьямуни сидит в сердце Цонкапы, Ваджрадара - в сердце Шакьямуни. В сердце Ваджрадары находится, в свою очередь, Существо Концентрации, синий слог *хум* , фигуры не являются отдельными друг от друга существами, они сидят один в другом, как вложенные сосуды. Будда Шакьямуни находится в сердце Цонкапы, чтобы показать, что Гуру принимает, правда, внешне форму монаха, но внутренне является Шакьямуни. В сердце Шакьямуни находится, в свою очередь, Ваджрадара, знак того, что Гуру втайне является Ваджрадарой. Мы говорим здесь о “трех существах, причем один покоится в других.” Вы, может быть, теперь думаете, этих трех образов достаточно. Но, так как в

отношении первых двух речь идет о Существе Самайя, а в отношении Победителя Ваджрадары - о Существе Мудрости, визуализируют ещё синий *хум* в его сердце, это служит в качестве Существа Концентрации. Эта медитация о трех существах имеет много глубинных признаков, но, так как они относятся к Тантре, я не осмеливаюсь объяснять их здесь более детально.
Теперь, согласно тексту *'Драгоценное ожерелье для счатливцев'* начитывается другой речитативный текст:

Мой Гуру, украшенный признаками и знаками,
Окруженный пятицветной радугой,
Излучает тысячи лучей света.
Он восседает в ваджрной позе, его чистые агрегаты
Суть пять Дхьяни-Будд,
Его четыре элемента - четыре супруги;
Его органы чувств, сосуды, мускулы и суставы
Являются в действительности Бодхисаттвами;
Поры на его коже - это двадцать одна тысяча Архатов;
Его конечности - гневные божества.
Лучи света, исходящие из его тела,
Являются стражами небесных направлений.
Индра, Брахма и другие боги
Простираются к его стопам.
Вокруг него находятся:
Мой собственный Учитель, бесчисленные медитативные божества,
Будды и Бодхисаттвы,
Дака и Защитники Учения.
Три двери их отмечены тремя ваджрами;
От слога *хум* исходят лучи света с крючками на своих вершинах
И приводят сюда Существ Мудрости из мест пребывания.
Они сплавляются с визуализируемыми существами
И становятся с ними совершенно едиными.

Гуру сидит в ваджрной позе. В своей медитации вам следует воспринимать его пять агрегатов как Пять Дхьяни-Будд. Эта медитация заимствовала инструкции к визуализации мандалы тела из коренной тантры Гухьясамаджи, имеющиеся во всех подробностях в *'Гирляне ваджр'*, содержащей объяснения к Гухьясамаджа-тантре. В этом месте я могу только ввести в эти вещи. Описанная там медитация направляется на мандалу тела трехголового, шестирукого Гухьясамаджи. Кто не может это визуализировать, должен ориентироваться на аспект божества с одним ликом и двумя руками, описываемого в Йога-тантре. Символический агрегат формы Гуру, по своей природе суть Будда Вайрочана, сосредоточивается между вершиной его макушечного возвышения и его волосяным покровом. Агрегат различения, по своей природе суть Будда Амитабха, простирается от волосяного покрова вплоть до горла. Остальные агрегаты следует визуализировать похожим образом (как описывается в Гухьясамаджа-тантре).

Пять Дхьяни-Будд, символы пяти Агрегатов, находятся, таким образом, один над другим. Их макушечные возвышения касаются соответствующего лотоса сидящего над ними Дхьяни-Будды. Производите эту визуализацию в середине тела Гуру - как сердцевину дерева. Четыре элемента его тела рассматриваются в качестве Четырех Супруг, которые охватывают руками Будд. Восемь Бодхисаттв, Кшитигарбха и так далее, представляют его сосуды, мускулы, суставы и его шесть органов чувств, глаза и так далее. Его сосуды и мускулы имеют природу Майтрейи, который покоится на макушечном возвышении Гуру. Самантабхадра пребывает в восьми больших суставах. В данном речитативном тексте пять ваджрных спутниц - Ваджрарупа и т.д. - специально не упоминаются; однако они находятся здесь, как в телесной мандале Гухьясамаджи, в единении с соответствующим мужским Бодхисаттвой.

В тексте говорится: "Поры его кожи суть...Архаты." Когда говорится об этих Архатах, речь идет не о Шраваках или Пратьекабуддах, а о махаянских Архатах, следовательно, об Арьябуддах. Более того, в каждой отдельной поре центральной фигуры можно найти Чистую

Землю. Представьте себе, как в каждой из этих Чистых Земель бесчисленные Будды совершают Двенадцать Деяний: некоторые побеждают Мару, другие вращают Колесо Дхармы и так далее. Подразумевается именно это, когда говорится, что все Чистые Земли появились из тела одного Будды (см. Двенадцатый день). В одной из тантр Авалокитешвары упоминаются имена всех Чистых Земель в этих порах, а также имена Татхагат, которые живут там. Представьте себе, что можно назвать всех Будд. В большинстве текстов говорится о двадцати одной тысяче, что означает, что речь идет о великом, но не точно исчисляемом множестве.

Визуализируйте десять гневных божеств на десяти сегментах конечностей, и представьте себе, что они - той же природы, что эти сегменты; Ямантака, к примеру, визуализируется на правой руке.

В сердце центральной фигуры находятся пять божеств; Акшобхья, Дхьяни-Будда, является самым большим. Будда Шакьямуни сидит в его сердце, а Ваджрадара, в свою очередь, в середце Шакьямуни. Перед Акшобхьей сидит Мамаки в сексуальном единении с ним. Манджушри, один из восьми Бодхисаттв, сидит позади Акшобхьи и глядит вперед.

От тела центральной фигуры исходят лучи света, на концах которых находятся различные воплощения, вроде Стражей сторон света и так далее. Представляйте себе, что великие боги, как Индра и Брахма, простираются к стопам центральной фигуры.

Даже если вы всё это можете визуализировать не особенно четко, всё же важно быть убежденным в том, что агрегаты, элементы, органы чувств и так далее в действительности являются Пятью Дхьяни-Буддами, Четырьмя Супругами, гневными божествами и так далее.

Тем самым я объясняю, как представлена центральная фигура; теперь следует визуализация свиты.

От сердца центральной фигуры исходят лучи света; некоторые идут направо и при этом расширяются - на них пребывают Ламы линии передачи Обширного Метода. Другие лучи света идут влево; там, где они распространяются, находятся Ламы линии передачи Глубинного Постижения. На лучах, которые идут вперед, покоятся Ламы, которые обучали вас лично Дхарме. На лучах, исходящих назад, сидят, несколько возвышаясь, Ламы линии передачи Благодатной Практики.

Существует много глубокообоснованных объяснений насчет того, как следует упорядочивать Гуру линии передачи Благодатной Практики. Самые знаменитые среди них - это Ваджрадара, Тилопа, Наропа, Домбхипа, Атиша и так далее. Но как сказал всё же Друбканг Гелег Гьяцо, Гуру двух других линий передачи продолжали линию Благодатной Практики от одного Гуру к следующему, не позволяя ей вырождаться; поэтому нет необходимости визуализировать ещё другую линию передачи. В отличие от этой точки зрения, как сказал Кардо Лосанг Гомчунг, линия передачи Благословенной Практики должна состоять из Гуру линии передачи Гухьясамаджи, Херуки и Ямантаки. Дже Нгаванг Джампа и Лама Йонгдзин Ринпоче исходили из того, что она прежде всего содержит две линии передачи: тантры *‘Шестнадцать Капель Кадампа’* и *‘Тайной устной линии передачи Гелугпы’*.

Глубокообоснованное наставление, которое я получил от моего уважаемого Гуру, указывает путь к тому, как связать эти различные версии. Я их передам вам теперь, не скрывая чего-либо.

Представьте себе вертикальный ряд фигур в группе позади центрального образа. Все образы в этой последовательности, за исключением Ваджрадары (самая верхняя фигура), имеют форму Манджушри - начиная с самого Манджушри и вплоть до вашего собственного Гуру. Справа от этого вертикального ряда находятся Гуру Гухьясамаджа- и Ямантака-тантры. Каждая из этих двух групп образует свою собственную вертикальную линию. Слева от образа Манджушри находятся линии передачи Херука-тантры и Тантры Шестнадцати Капель, которые образуют соответственно свой собственный вертикальный ряд. Дже Шераб Гьяцо описывает подобное расположение в своих сочинениях. Существуют ещё другие указания, но если кто-то желает познакомиться во всех подробностях с этой темой, то должен консультироваться с *‘Книгой Кадампы’*, с сочинениями Качен Намкха Дордже о *‘Гуру Пудже’*, с наставлениями к *‘Гуру Пудже’*, написанными наставником Цечолингом, с биографиями Гуру линии передачи этих упражнений, а также с вышеупомянутыми сочинениями Шераба Гьяцо.

Имеется также ещё совершенно особенное устное указание о том, как нужно упорядочивать Гуру старой и новой школ Кадампа (см. Шестой день).

Это - всё, что я имею сказать о визуализации Гуру.

Лотосовый цветок на первом уровне имеет четыре лепестка. Представьте себе тридцать двух божеств ваджрной системы Акшобхья группы Гухьясамаджа на переднем лепестке; тринадцать божеств Ямантака-тантр стоят на лепестке справа от Гухьясамаджи и шестьдесят два божества Херука-тантр, соответственно версии Луипа, на лепестке слева от Гухьясамаджи. Девять божеств Хеваджра, в версии Дордже Тхад-па, стоят на заднем лепестке.

Согласно другим традициям, визуалируется стоящий Гухьясамаджа - который считается важнейшей отцовской тантрой - на лепестке справа от центральной фигуры. Божества Херука, то есть важнейшие материнские тантры, стоят слева от центральной фигуры. Божества Ямантака из тантры, объединяющей все главные положения материнских и отцовских тантр, стоят на среднем лепестке перед центральной фигурой.

В любом случае вам следует визуализировать всю мандалу каждой тантры вместе с пребывыающими там божествами. Если это является для вас слишком трудным делом, то можете создавать главных божеств вместе с их свитой (без их мандал). Если также и этого не можете, то довольствуйтесь визуализацией важнейших божеств.

На втором уровне визуализируют других божеств Высшей Йога-тантры, причем Калачакра стоит впереди. Божества Йога-тантры относятся к третьему уровню, божества Чарья-тантры - к четвертому, и божества Крия-тантры - к пятому. На шестом уровне находятся Будды в форме высшей Нирманакайя, на седьмом - Бодхисаттвы, на восьмом - Пратьекабудды, на девятом - Шраваки и на десятом - Дака и Дакини. Визуализируйте Защитников Дхармы на одиннадцатом уровне.

Белый *Ом*, природы ваджрного тела и Будды Вайрочаны, проявляется на макушке фигур Поля Заслуг, красный *А*, символ ваджрной речи и Будды Амитабхи, - в их горле, а синий *Хум*, символизирующий ваджрный ум и Будду Акшобхью, - в их сердце. Эти три слога являются по своей природе тремя ваджрами (просветленное Тело, просветленная Речь, просветленный Ум). Несмотря на то, что речитативные тексты упоминают об этом не очень внятно, говорится, нужно также визуализировать в их пупке желтый *Сва*, являющийся по своей природе Ратнасамбхавой, а также зеленый *Ха*, имеющий природу Будды Амогасиддхи, в области таза каждой фигуры. Лишь Будды обладают тремя ваджрами. Все фигуры Поля Заслуг должны рассматриваться так, будто они являются по своему существу Буддами. Даже Шраваки, Пратьекабудды и так далее здесь имеют силу манифестаций Будд. Рассматривайте всех их без исключения как эманации вашего Гуру. Существует также наставление, по которому каждая фигура состоит из Существа Самайя, Существа Мудрости и Существа Концентрации.

Более того, говорится, что наша визуализация Поля Заслуг должна содержать три элемента: величайшая ясность при визуализации проявлений, убежднность в том, что они - настоящий божества, и вера в то, что они обладают всеми высшими качествами.

Когда процесс визуализации доведен до совершенства, приглашают Существ Мудрости. По сути, нет необходимости их призывать: они сами собой являются перед вами, когда вы представляете их себе и имете веру. В одной сутре говорится: “Муни (Победоносные) являются перед каждым, кто старается их себе представить.”

В дебатах мы представляем воззрение, что “нет никакого места, в котором не пребывал бы Будда.” Это можно перенести в тантрическую практику: растворение двойственности суть Единство природы тела и сознания. То есть, где воспринимается нечто посредством ума, также должно наличествовать и тело.

В одно единственное мгновение проходит их Всеведение
Мандалу всех объектов знания...
Куда простирается их изначальная мудрость,
Туда достигают также их тела.

Это означает: в любом месте, которое они охватывают своим Всеведением, одновременно также есть их просветленное Тело. Как только мы попытаемся визуализировать божеств Поля Заслуг, божества являются перед нами - исключительно по причине нашей кармы и наших (вытекающих из неё) умственных омрачений мы не можем их видеть. Это явственно следует

также из историй о видениях Асангой Майтрейи и о встрече Чандрагомина с Авалокитешварой. Муни приходят к нам, и им совершенно не приходится предпринимать для этого какие-то усилия - так же, как отражение луны появляется совсем спонтанно на чистой водной поверхности. Как только мы визуализируем Поле Заслуг, Будды приходят к нам, однако мы их не видим - точно так же, как мы, к примеру, не видим нагов и духов, которые живут в водных бассейнах и в маленьких молитвенных домиках на краю дороги.

Получите ли вы теперь благодаря присутствию Будд благословение и заслуги, зависит от того, верите ли вы в то, что они лично присутствуют перед вами. Итак, приглашением Существ Мудрости преследуют две цели: хочется преодолеть возможные сомнения, что эти Существа, ваши объекты Прибежища, могли не прийти к вам, а кроме того, этим самым укрепляется собственная визуализация.

Затем исполняйте речитативом *'Драгоценное ожерелье для счастливцев'*:

Вы, Защитники всех чувствующих существ,
Божества, поборовшие могущественного Мару
С его ордами,
Вы, кто постиг в совершенстве все вещи -
О, Бхагаван Будда и ваша свита,
Пожалуйста, придите сюда! *Дза хум бам хо*:
Вы становитесь неразрывно едиными с Существами Самайя.

Рецитируя эти слова, думайте: "Божества Поля Заслуг имеют качества Всеведения, Любви и Могущества. Как описано в истории Магадхабхадри, все прибывают в одной "бесконечной магической процессии"[32]. В это же время из сердца Существ в Поле Заслуг исходят лучи света. Этот свет достигает сердца Будд во всех десяти направлениях, и из сердца каждого Будды порождаются совершенные Поля Заслуг. Все эти Поля Заслуг сплавляются с тем, которое теперь стоит над вашей первоначальной визуализацией. Затем из этого Поля выходят многие полные собрания Существ Мудрости, которые сплавляются с каждым божеством вашего Поля Заслуг. Представляйте себе, что каждое божество вашего Поля Заслуг теперь совершенным образом воплощает ваш объект Прибежища.

Эта визуализация помогает нам узнать, что никакая фигура внутри Поля Заслуг не является стоящей выше или менее ценной, чем другие. Кроме того, это является жестом, предвещающим счастье для будущего, который содействует тому, чтобы мы на самом деле пришли к вкушению плодов Пути.

Эта медитация является в остальном заимствованием из тантрической традиции. Призываются Существа Мудрости, они приходят, становятся едиными с Существами Самайя и после этого их радуют подношениями.

В качестве следующего шага мы подносим божествам Омовение. Образы Поля Заслуг не являются загрязненными негативными деяниями, кармическими завесами и тому подобным; здесь речь идет, однако, об основном положении следующего стиха: "Дхармакайя - безупречна; но для того, чтобы служить тебе и чтобы доказать мое почтение..." Другими словами: Мы делаем это упражнение, чтобы *нас самих* освободить от кармы, умственных омрачений и тому подобного.

Существует много возможностей для визуализации Дома Омовений; но так как эта специальная практика относится к Высшей Йога-тантре, Дом Омовений имеет здесь четыре входа и украшенный фасад (как небесные дворцы в центре тантрической мандалы). Дом имеет только один этаж; его крыша поддерживается четырьмя колоннами, изготовленными из драгоценных субстанций. Потолок внутри здания украшен балдахином из жемчуга, а в середине дома находится ванная комната. Хрустальный пол в ванной покрыт слоем золотой

[32] Дочь Анатхапиндики. Она была отдана в невесты королю чужой страны и должна была жить в одном месте, расположенном далеко от центрального Тибета. В своем отчаянии она призвала Будду, и вследствие этого он прилетел к ней однажды утром вместе со своими Шраваками. (См. также Девятый день).

пыли. В центре пол немного выгнут вверх - как панцирь черепахи. В остальном купальное сооружение выглядит так, как это описывается в других текстах Высшей Йога-тантры. Имеется нужное количество деревянных сидений или тронов для божеств Поля Заслуг, и дорожки с соответствующими четырьмя ступенями ведут с трех сторон к площадкам. Низкие стены, изготовленные из ценных субстанций, окружают здание, и имеются отделанные драгоценностями ниши для сохранения одежды божеств, которые они теперь скоро снимут. Представляйте себе, кроме того, новые одежды, которые вы позже поднесете фигурам Поля Заслуг, а также кувшины для воды в купальне и тому подобное.

Если вы имеете специальные ритуальные предметы для ритуала омовения, то возьмите одну чашку в качестве символа бассейна. Налейте в неё немного воды из вашей вазы для инициаций. Затем нарисуйте водой из вазы две горизонтальные линии на своем ритуальном зеркале (причем павлиньи перья из чаши служат инструментом рисования). Потом нарисуйте две вертикальные линии, так чтобы на квадратном основании появилось девять помещений. Теперь отметьте водой из вазы несколько точек: одну - в центре квадрата и соответственно по одной точке в четырех небесных направлениях (пространства по углам оставляют свободными). Квадратное основание представляет Дом Омовений; пять точек символизируют пять семейств Дхьяни-Будд.
Теперь исполняйте речитативом:

Здесь - благоухающий Дом Омовений
Со светлым, лучащимся полом хрустальным,
С великолепными колоннами
Из ценных отборных субстанций;
Украшенный балдахином из мерцающего жемчуга.

Так же, как после рождения Будды
Омыли боги его тело,
Я омываю тоже небесной водой
Тела Сугат.
Ом сарва татхагата абхишеката самайя шрие а хум

Из миллионов позитивных деяний
И превосходных качеств рожденное тело,
Речь, исполняющая чаяния бесчисленных существ,
Ум, схватывающий всё, что для понимания имеется:
Я омываю тело Шакьямуни-Ваджрадары.
Ом сарва татхагата абхишеката самайя шрие а хум

Я омываю тела линии передачи
Обширного Метода,
Я омываю тела линии передачи
Глубинного Постижения.
Я омываю тела линии передачи
Благодатной Практики.
Я омываю тела Гуру моей линии передачи.
Ом сарва татхагата абхишеката самайя шрие а хум

Я омываю тела Будд, наших Учителей.
Я омываю тело священной Дхармы,
нашего Защитника.
Я омываю тела Сангхи, нашего Проводника.
Я омываю тела Трех Драгоценностей,
нашего Прибежища.
Ом сарва татхагата абхишеката самайя шрие а хум

С начала исполнения этого стиха либо визуализируйте, что божества Поля Заслуг планируя, опускаются к Дому Омовений, либо визуализируйте лестницу, по которой они нисходят. В любом случае вам следует произносить мантру *Ом сарва татхагата абхишеката самайя шрие а хум* и отсылать по три богини для каждого божества Поля Заслуг. Одна богиня омывает тело, одна натирает его благовонными субстанциями и одна подносит новые одежды. В процессе омывания божеств представляйте себе, как богини первой группы зачерпывают воду из бассейна и льют её над своим божеством Поля Заслуг; при этом появляется великое блаженство в их сознании.

После омовения их тела досуха вытираются. При этом рецитируют следующий стих и следующую мантру:

Я вытираю их тела безупречными тканями -
Без пятен и надушенными избранными ароматами.
Ом сарва татхагата абхишеката самайя шрие а хум

Упражнение является одинаковым с традиционным ритуалом благословения. Богини второй группы осушают Будд Поля Заслуг, слегка прикасаясь к пяти точкам их тела: лоб, горло, сердце и оба плеча, поэтому вся вода с их тел собралась в этих точках. Нет нужды обтирать их с головы до пят, так, как это мы вынуждены делать после купания.
После этого они умащиваются. Рецитируйте:

Я умащиваю эти сверкающие тела Муни
- такие блистающие, как облагороженное, отполированное золото -
Самыми лучшими благоухающими мазями,
Испрошенными в миллиардах миров.

Мазь - золотого цвета, с тонким запахом и не является жирной.

Затем представьте себе, как богини подношений из третьей группы подают им новые одежды. Рецитируйте:

С нерушимой верой
Я подношу вам небесные одеяния -
Мягкие, легкие и прозрачные -
Вам, имеющим неразрушимые ваджрные тела.
Да смогу и я тоже обрести ваджрное тело.

Каждая фигура получает подходящую одежду: одеяния мирного божества или одеяния гневного божества. В частности, представьте, что Дромтонпа получает синий плащ с подкладкой из рысьей шкуры, а также пояс, который может шесть раз быть обернут вокруг его талии. Его одежда символизирует, что Путь для существ с различными способностями содержится в практике Шести Парамит. Визуализировать это - значит оставить знак, в высшей степени предвещающий счастье.

Затем богини передают фигурам Поля Заслуг подобающие им украшения и атрибуты. Рецитируйте:

Так как Будды по природе наделены
Признаками и знаками,
Они не нуждаются ни в каких других украшениях.
Тем не менее я приношу в дар набор ценнейших
Драгоценностей и атрибутов,
Чтобы все существа смогли достигнуть
Тела с такими признаками.

Старая одежда (оставленная божествами в отделанных драгоценностями нишах до того, как они вошли в Дом Омовений) превращается в свет, который втекает в ваше межбровье. Но

можно также представлять себе, что каждая сфера перерождения представлена своими делегатами, уполномоченными получить свою долю реликвий. Шесть желобов тянутся из бассейна и по ним течет вода омовения к шести мирам. Почувствуйте, как эта вода забирает у всех чувствующих существ всё их страдание. А так как люди являются так по-особому ненасытными, то представьте, кроме того, как вода превращается в блага, которые удовлетворяют все мыслимые человеческие потребности. В конце концов Дом Омовений и всё остальное растворяются в Пустоте.

СЕМИЧЛЕННАЯ МОЛИТВА И ПОДНОШЕНИЕ МАНДАЛЫ - УПРАЖНЕНИЯ, КОТОРЫЕ СОДЕРЖАТ ВСЕ СУЩЕСТВЕННЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ДЛЯ НАКОПЛЕНИЯ ЗАСЛУГ И ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ (47)

Геше Дольпа сказал:

> Если вы также дополнительно к вашей медитативной практике предпринимаете усилия по накоплению заслуг, очищаете свои умственные завесы и направляете молитвы к Учителям и божествам, то обретете реализации, о которых думали, что вы никогда, ни разу спустя сотни лет стараний не сможете развить их; так обстоит со всеми обусловленными феноменами: они не являются неизменными. Однажды у вас возникнут реализации.

Здесь дается указание о том, как это важно - создавать запас заслуг. Семичленная Молитва и Молитва Мандалы содержат все важнейшие положения этого процесса; эти упражнения важны, на каком бы Пути вы ни находились.

Некоторые люди, возможно, недостаточно серьезно воспринимают эти упражнения и думают: “Они для тех, кто ещё не может делать ничего благотворного”, или “Речь идет лишь о подготовительном упражнении, которое не очень важно для настоящей практики”. Это, однако, не соответствует действительности: не существует нигде в Сутре или Тантре более хороших методов увеличения заслуг и очищения умственных омрачений, чем методы подношения Семичленной Молитвы Полю Заслуг - Гуру, Буддам и Бодхисаттвам. Даже при тантрических упражнениях эта Молитва важна. Во всех четырех классах тантр объясняются Семь Звеньев (Семичленной Молитвы); и это означает, что даже на Стадии Кедрим Высшей Йога-Тантры следует увеличивать заслуги и очищать умственные загрязнения, делая подношение Семичленной Молитвы Полю Заслуг - выражение почтения, подношения и т.д. Великий Цонкапа, воплощение Манджушри, практиковал упражнения по накполению заслуг и очищению в Олге и развил вследствие этого сверхобычные видения и постижения. Он показал нам на своем примере, как быстро являются постижения, если сознание практикующего созрело в достаточной степени. Даже Бодхисаттвы на десяти великих ступенях направляют усилия в первую очередь на то, чтобы накопить заслуги и очиститься. Бодхисаттвы на первой ступени излучают сотни тел; эти тела направляются в сотни полей Будд и делают подношения. Бодхисаттвы второй и последующих ступеней излучают ещё больше тел, которые совершают всё больше подношений, пока, в конце концов, Бодхисаттва не достигает состояния Будды. Поэтому является очевидным то, что мы тоже должны делать подношения даров.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче объяснил это во всех подробностях.

Упражнения, известные как Семь Звеньев (Семичленные), необходимы, таким образом, как в Сутре, так и в Тантре для накопления заслуг и очищения. Они способствуют двум вещам: ваши ошибки созревают, подобно гнойнику, который готов лопнуть, и ваши хорошие качества становятся зрелыми, как плоды, которыми, сняв их вскоре, можно насладиться. Мастера прошлого говорили: “Практикующие, которые не прилагают усилий для накопления заслуг, - всё равно что сухие семена.” Это означает для вас: в то время как вы медитируете о темах

Ламрима, вы должны одновременно каждый раз стараться с помощью Семичленной Молитвы накапливать заслуги и очищать себя. То есть, невозможно извлечь пользу из Пути, если практиковать только части, которые вам лично по вкусу.

Понятие “Семь Звеньев” имеет следующее значение: если, к примеру, колесница состоит из семи частей, то при отсутствии одной из составных частей это будет нечто нефункциональное. Это относится также к “Семи Звеньям”: если одно звено отсутствует, то при накоплении заслуг и очищении не будет правильного прогресса.

Я вдаюсь теперь в детали “Семи Звеньев”.

I: Поклонение (48)

Существует три способа выражения поклонения: посредством простираний, посредством словесно выраженного почтения и через мысленное поклонение. Следующая Семичленная Молитва происходит из *‘Царственной Молитвы благородных деяний’*:

Всем Татхагатам трех времен -
Этим львам среди людей -
Находящимся в десяти направлениях Универсума,
Я поклоняюсь каждому в отдельности
Чистым телом, чистым словом и чистым сознанием.

Этой могущественной молитвой благородных деяний
Я простираюсь перед всеми Буддами
И представляю себе, что обладаю телами,
Бесчисленными, как атомы в этом мире.

В объяснениях к этой Молитве говорится: нужно представлять себе, что излучаешь неисчислимые тела и каждое из них имеет бесчисленные головы. Однако, возможно, это не практично! Также будет достаточно, если вы представите себе все тела, в которых вы перерождались с бесчисленного времени - правда, в человеческой форме.
Далее говорится:

На каждом атоме пребывает так много,
Сколько атомов имеется в Универсуме,
Будд, окруженных Бодхисаттвами.
Таким образом, Будды пронизывают все феномены.

Это означает, что бесчисленные Будды могут восседать на одном единственном, крошечном атоме. Представьте себе, сотня людей одновременно рассматривала бы одно ячменное зерно: одно зерно притягивает к себе зрительное сознание сотни людей. Мудрость всех Будд может похожим образом покоиться также в одном единственном атоме. В каждом атоме, который воспринимается Буддой, может также находиться телесная форма Будды. Это особый признак состояния Единства, потому что сознание и энергии-ветры Будды идут всегда параллельно. В Молитве далее говорится:

Я воспеваю благие качества Будд
Неиссякаемым океаном гимнов,
Безбрежным морем всех мыслимых мелодичных звуков.
Так восхваляю я всех Сугат.

Даже если кто-нибудь поднимет один единственный палец в знак уважения к Полю Заслуг, то этим уже совершается телесное поклонение. Имеются различные способы выражения телесного поклонения. Когда касаются земли четырьмя конечностями и головой, то это называется

“полупростиранием”. При “полном простирании” нужно распластаться всем телом на земле. Полное простирание упоминается прежде всего в *‘Сутре разбросанных палок’*, где говорится:

> Ложись при простирании всем своим телом
> на землю, как упавшие деревья, - так,
> как это делал Кумара Манибхадра.

Какие благоприятные результаты имеют простирания? В *‘Сутре классификации кармы’* упоминаются 10 позитивных воздействий; например, можно достичь представительного тела с золотой внешностью. В других сутрах говорится, что с каждым атомом земли, которая покрывается телом при простирании, будет собрана заслуга для того, чтобы стать владыкой мира. Простирание телом, сидящим на корточках, упоминается в тантрах; пандит Наропа имел обыкновение практиковать этот вид простираний. Пурхог Нгаванг Джампа должен был сказать: “Кто верит в позитивное действие простираний, тот будет желать: ‘Если бы только мои тело, мои руки и мои ноги были длинее!’

Прежде чем сделаете простирание, сложите руки вместе. В традиции тиртиков ладони прижимают друг к другу, мы, однако, не делаем так: мы складываем большие пальцы в чашеобразно сложенные вместе руки, чтобы руки не были пустыми. Так руки похожи на исполняющий желания драгоценный камень. Затем вы кладете сложенные вместе руки на голову: этим самым закладывается семя для получения макушечного возвышения Будды. Затем приложите руки к межбровью, чтобы засеять семя для достижения *урны*, завитка волос на лбу. Когда вы после этого кладете руки на горло, то засеиваете семя для Просветленной Речи - голоса с 60 благозвучными нюансами. Потом положите руки на сердце, чтобы засеять семя достижения Просветленного Ума. Благодаря этим действиям ваши заслуги возрастают и вы очищаетесь; карма и препятствия тела, речи и ума очищаются.

Говорят, если вы складываете вместе свои руки в форме чаши, в то время как наклоняетесь или опять поднимаетесь от земли, то вы переродитесь с круглыми животными копытами. Поэтому нужнно держать свои пальцы близко один к другому и класть их плоско на землю. Не делайте никаких кулаков. Правильная позиция приведет к тому, что вы разовьете сеть света между пальцами рук и пальцами ног (признак Будды). Приложите свои ладони и лоб к земле. Существует связь между тем способом и образом, которым вы поднимаетесь с земли, и той скоростью, с которой вы преодолеете сансару. Поэтому будьте при вставании так же проворны, как рыжая лиса.. Если вы недостаточно быстро встаете, а вяло остаетесь лежать на земле, то можете переродиться в качестве животного из рода пресмыкающихся, которые ползают на животе, например, рептилии. Итак, не поддавайтесь искушению отдохнуть на земле. Если вы между двумя простираниями неправильно поднимаетесь, а оставляете позвоночник несколько согнутым, то можете переродиться в качестве животного, который не способен к прямохождению. Таким образом, поднимайтесь совершенно правильно. Было бы ошибкой пытаться делать как можно больше торопливых простираний; выполняйте каждое отдельное простирание тщательно. Дже Ринпоче предостерегал от того, чтобы прежде всего стараться выполнять большое количество простираний, к примеру, делая сто тысяч простираний в качестве подготовительного упражнения, *нендро*; он советовал нам придавать ценность качеству исполнения.

Некоторые могут заявить: “В будущем я проведу затворничество, посвященное подготовительным упражнениям (*нендро*)[33], и воспринимают это как основание для того, чтобы сократить практику простираний. Это неправильно. Нужно накапливать заслуги и очищать умственные омрачения вплоть до Просветления. Начинающие вроде нас должны твердо в

[33] Большинство школ тибетского буддизма рекомендуют проводить подготовительное затворничество, прежде чем получать наставления или проводить длительное затворничество по практике божеств. При подготовительном затворничестве начитывают по меньшей мере, смотря по обстоятельствам, по 100 тысяч раз стихи принятия Прибежища и развития Бодхичитты, подношения мандалы и простираний, и начитывают мантру Ваджрасаттвы с соответствующими визуализациями. В традиции Гелуг ценится продолжительная практика этих методов очищения и накопления заслуг, а не только во время определенных периодов времени.

течение всей жизни работать над этими вещами. Накопление заслуг и очищение себя намного важнее, чем занятия медитацией: вы ничего вообще не достигнете, если просто говорите, что уже оставили свои подготовительные упражнения позади себя, а потом легкомысленно относитесь к этим вещам.

Если вы с готовностью прилагаете усилия к тому, чтобы увеличивать заслуги и очищать умственные омрачения, то вам не нужно беспокоиться, даже если вы ещё никаких ста тысяч простираний не сделали. Это иллюстрируется следующей историей: четверо людей как-то однажды вместе проводили затворничество. Некоторые из них ещё не сделали сколько-нибудь большого количества простираний, и другие спросили их о количестве сделанных простираний. Те ответили: ”Для вас важно лишь то, чтобы суметь предъявить большое количество?” Идеалом было бы делать много тщательно выполненных простираний; подсчет служит тому, чтобы иметь возможность практиковать благотворное действие сорадости.

Можно также соединить практику поклонения с повседневными занятиями. Когда вы идете вдоль улицы и при этом, например, случайно видите символы Просветленного Тела, Просветленной Речи и Просветленного Ума, вы должны сложить вместе ладони. Тем самым вы уже выражаете поклонение. Кто действительно знает, как практиковать, тот может каждое движение тела превратить в Дхарму - так говорят.

II: Подношения (49)

В *‘Царственной молитве благородных деяний’* далее говорится:

Отборные цветы и многочисленные гирлянды
Я подношу Победоносным,
А также звуки цимбал
И собрание наилучших ароматизированных вод, солнечных зонтов,
Масляных светильников, а также превосходных благовоний.

Великолепные одежды и самые лучшие благовония
Я подношу Победоносным,
А также гору ароматных порошков,
Такую высокую, как гора Меру -
Превосходное собрание уникальных вещей.

Все эти обширные подношения, несравненные,
Я представляю себе
И поклоняюсь всем Победителям,
Тем, что эти дары силою своей веры
В благородных деяниях подношу.

Мы находим в высшей степени достойным сожаления, если плодородное поле один год остается невозделанным; но это, собственно говоря, не есть в сущности большая потеря. В сотню, даже тысячу раз прискорбнее, если мы не собираем никаких заслуг посредством Поля Заслуг. Не все благие дела могут быть приписаны Дхарме; чтобы действие стало Дхармой, оно должно быть, по меньшей мере, связано с желанием достигнуть лучшего перерождения. Однако если благотворное стоит во взаимосвязи с Полем Заслуг, то положение вещей - иное. Когда вы собираете заслуги тем, что поклоняетесь Полю Заслуг, делаете ему подношения и т.д., то эта заслуга становится неизбежно причиной вашего состояния Будды - даже если ваша мотивация ни разу не простиралась так далеко, чтобы желать лучшего перерождения. Даже кто-нибудь, кто со злым умыслом делает подношение Будде, достигнет однажды по причине этого своего деяния Просветления. Через силу Поля Заслуг обнаруживаются особые результаты. Один пример: даже если семя засеять неправильно, наверняка будет достигнут хороший результат, если поле является особо плодородным.

“Ароматизированная вода” в вышеупомянутых стихах - это жидкость, которая возникает посредством кипячения в воде различных благоуханных веществ, вроде благовоний. “Отборные цветы” и т.д. - это никакие не уникальные вещи, предложение “превосходное собрание...” относится ко всем прежде упоминавшимся дарам. Благовоние состоит лишь из одного сорта, например, из сандала. “Благоуханный порошок” состоит из сандалового дерева и других веществ. “Гора” относится к “горе благоуханного порошка”. В некоторых других традициях “порошок” означает порошок перемолотых благовоний, “гора” означает матерчатый мешочек, в котором хранится этот порошок. Такие мешочки висят на балдахинах и источают благоухание, приходя в движение от ветра. В *‘Молитве благородных деяний’* упоминаются 7 видов даров: отборные цветы и т.д.

Уникальные дары - это те чудесные объекты, которые создают Будды и Бодхисаттвы благодаря своей Бодхичитте и своим молитвам. Этот вид даров, впрочем, мы не можем подносить, но существуют другие вещи, которыми мы можем пожертвовать (в данной категории подношений). *‘Сутра, испрошенная Сагарамати’*, упоминает две возможности: высоко держать Дхарму и развивать желание высшего Просветления. В *‘Сутре белого лотоса сострадания’* упоминается третий вид даров этой категории: претворять свое познание Дхармы в практику. Из наставлений нашего Гуру мы знаем четвертый вид первоклассного подношения: трансформировать в подношение добродетельные дела.

Держать высоко Дхарму означает, что мы поддерживаем переданные и реализованные Учения; но даже если мы запечатлеем в памяти лишь один единственный слог одной мантры, то это уже относится к данному виду подношения. Претворять изучение Дхармы в практику означает, что мы должны практиковать смысл всего того, что изучили или запомнили наизусть. Мы должны следовать примеру геше Чен Нгавы, который во время чтения книги о Виная отбросил тотчас же шкуру, на которой сидел. Говорится, если вы сначала хотите дождаться благоприятного расположения планет, прежде чем приступить к практике, то может так случиться, что умрете прежде, чем это произойдет. С другой стороны, уже имеет место подношение собственной практики, если некто претворяет в практику знание об очищении собственной сферы проживания. Люди, которые изучают классические сочинения, должны заниматься этим исключительно для того, чтобы претворять смысл текстов в практике. Бутон Ринпоче рекомендовал не вести себя подобно описанным ниже людям:

Они желают шествовать как победители и стыдят других;
Их дела лицемерны, и они используют общие слова,
Болтают что угодно украдкой, вводят других в бешенство:
Этот вид дебатов приведет их в ады!

Ещё пару слов о том, как преобразовать свои заслуги в материальное даяние и поднести их: представьте себе всю добродетель, которую вы накопили через изучение Дхармы и так далее, как вещественное даяние - так, как это описывается в следующей цитате: “В середине океана, вода которого является чистой нравственностью...”; “Даяние спокойного озера познаний...”. В *‘Гуру Пудже’* говорится: “В море исполнения желаний находятся мои дары, реальные и воображаемые...”Это - подношение твоих заслуг, представленное в качестве рощи удовольствий.

“Развивать желание высшего Просветления” означает, что мы развиваем Бодхичитту и посвящаем это Буддам и Бодхисаттвам, чтобы их порадовать.

Тем самым мы описали четыре вида первоклассных даров, которые мы можем поднести. Невозможно сделать никаких даров, которые были бы лучше, чем эти четыре. Ординированные среди нас (монахи и монахини) принципиально делают подношение своей практикой, следуя основным монашеским правилам. Таким образом, беднейшие также не подвергаются опасности предаться ложным видам добывания средств существования. Даже если есть деньги, то мы, монахи и монахини, должны в первую очередь упражняться в подношении практики. В своем сочинении *‘Ступени Учения’* Дролунгпа также рекомендует делать подношение этого рода:

Ты подносил статуям и ступам

Почтение и дары,
Реально имеющиеся и воображаемые,
А также десять даров безупречной духовной практики...

Теперь подносите мандалу. *'Собственные слова Манджушри'* отличаются по этому вопросу от обоих сочинений *'Быстрый Путь'* и *'Простейший Путь'*. В соответствии с обоими последними текстами сначала делают подношение даров и потом - мандалу. В *'Собственных словах Манджушри'* говорится, что прежде нужно поднести мандалу. Тем самым следуют практике, в которой сначала делают подношение Гуру.

"Мандала" называется по-тибетски *кхьил кхор* (буквально: вращаться в центре). *'Кхьил'*, или 'центр' , обозначает также 'сущность'. *'Кор'*, или 'вращаться', означает 'заимствовать'. Отсюда слово "мандала" означает также 'заимствовать сущность'. Это имеет очень глубокий смысл.

Мандала в нормальном виде имеет форму круга. Однако её форма может - в зависимости от вида активности - быть также четырехугольной и т.д. Некоторые люди говорят: "Внешняя деятельность, такая, как подношение даров, не так важна, как внутренняя деятельность вроде медитативного погружения". Но в *'Пятидесяти строфах почитания Гуру'* (Ашвагхоша) говорится в тантрическом контексте:

Подноси своему Гуру
Со сложенными руками
Мандалу и цветы.

Однажды Дромтонпа посетил великого йогина Гомбаву. Гомбава проводил всё свое время в однонаправленной концентрации, во время которой его ритуальные предметы для подношения мандалы оставались нетронутыми и покрылись пылью. На вопрос Дрома, почему он не делает никакого подношения мандалы, Гомбава отвечал, что он направил свой ум внутрь и очень сильно сконцентрировался на этом. "Что бы это должно значить? - спросил Дром неодобрительно, - Атиша был намного лучшим Мастером медитации, чем ты, и тем не менее трижды ежедневно делал подношение мандалы." После этого Гомбава делал больше усилий, чтобы делать подношение мандалы, и развил впоследствии высокую ступень реализации.

Тот, кто является человеком состоятельным, должен обзавестись мандалой из золота, серебра, меди или чего-то подобного. Впрочем, можно применять также мандалы из камня, шифера, керамики или дерева. Дже Ринпоче пользовался во время своего затворничества в Олге мандалой из камня. Содержимое мандалы может состоять из драгоценностей, зерен и целебных трав. Также достаточно иметь камни-голыши или песок. Больше всего заслуг накапливается, если делать подношение только лучшим из того, что имеешь. Основание, на котором делается подношение мандалы, должно быть настолько большим, насколько это возможно - но по меньшей мере таким же по размеру, как ваша собственная чашка для питья. Вы должны подносить мандалу по крайней мере один раз в год, но лучше - один раз в месяц.

Капните чуточку духов на кончики своих пальцев. Затем положите либо свой большой палец в середине ритуальной тарелки и водите пальцами вокруг кромки, либо положите свои пальцы в середину и водите большим пальцем по краю. Настоящее подношение затем делается следующим образом: держите основание мандалы в своей левой руке, одновременно держа в руке немного зерен, и вытирайте много раз правым предплечьем основание по часовой стрелке. Представляйте себе при этом, что тем самым вычищаете свои неблагие деяния и умственные омрачения. Вытрите основание потом трижды в противоположном направлении и представьте себе, что тем самым ваш жизненный срок, ваши тело, речь и ум благословляются.

Декламируйте затем Молитву для длинной, краткой и внутренней мандалы.

Теперь я хотел бы описать различные традиционные методы наполнения мандалы. Ты можешь представлять себе восток на основании мандалы либо на той стороне, которая обращена к Полю Заслуг - и тем самым к существам, которым делается подношение - либо на той стороне, которая обращена к тебе самому. Если мы делаем мандалу в качестве подношения, то должны восток визуализировать там, где сидят существа, которым мы адресуем подношение. Сторону, обращенную к самому себе, нужно визуализировать в качестве востока, если хотите мандалой

что-то выпросить. В данном месте является уместным выполнять упражнение в соответствии со второй версией, так как, проводя ритуал согласно второй версии, просят Поле Заслуг о благословении.

Версия мандалы с 37 кучками относится к традиции Сакья Дрёгона Чёпага. 37 кучек представляют следующее: гора Меру (1), четыре континента (4), восемь промежуточных континентов (8), драгоценная гора (1), древо исполнения желаний (1), корова, исполняющая желания (1), самовозникающий урожай (1), семь знаков царской власти (драгоценное колесо и т.п.) (7), драгоценная ваза (1), восемь богинь (8), солнце (1), луна (1), зонт (1), победный флаг (1).

Дже Ринпоче следовал традиции с 23 кучками. Различие между этой мандалой и мандалой с 25 кучками состоит в том, что в первой не делают никаких двух кучек для могущественного золотого основания и ставят цепь железных гор.

Руководством для визуализации горы Меру и четырех континентов служит *'Абхидхармакоша'* (Васубандху). Вы можете найти там подробные описания расположения элементом мандалы. Моря и гора Меру окружены железными горами. Гора Меру в середине состоит из четырех видов драгоценных веществ. Восточная сторона - белая, южная - синяя, западная - красная и северная - золотая.

Представьте себе, что на каждом континенте имеется особая драгоценная вещь, вроде драгоценной горы и деревьев, исполняющих желания. Они являются богатством соответствующего континента, и вы будете их символически подносить посредством последующих кучек, насыпая их на кучку континента. Корова, исполняющая желания, состоит из драгоценных веществ: её моча и экскременты из золота. Когда говорится о самовозникающем урожае, речь идет о сорте риса без мякины. Если урожай снимают утром, то уже к вечеру вырос новый урожай; если урожай снимают вечером, то утром поле снова готово к жатве. В подношении мандалы с 25 кучками не приготовляют никаких специальных кучек для этих четырех вещей - они содержатся в подношении четырех континентов.

Семь драгоценных символов царской власти упоминаются в следующем стихе: "Из золота моря Джамбуна сделанный..." Эти семь вещей (вместе с драгоценной вазой) парят в пространстве между горой Меру и континентами в небесных и промежуточных направлениях. Восемь богинь - богиня красоты и т.д. - принадлежат террасам горы Меру, на которой они стоят. В версии с 25 кучками не делают никаких кучек в качестве репрезентации этих богинь, а представляют их как часть горы.

Кучка, которая представляет солнце, подносится слева от горы Меру, кучка для луны - слева, кучка для драгоценного зонта - позади горы. Победный флаг представляйте перед горой и тем самым - прямо перед собой, что имеет смыслом предвестие особого счастья. Можно солнце подносить также на западе, луну - на востоке, зонт - на севере и победный флаг - на юге. Это также является символом предвестия особого счастья.

Затем делайте подношение всех богатств богов и людей, насыпая кучки в середине.

Представляйте себе, что четыре континента, небесные сферы и все остальное вмещаются в мандалу - без того, чтобы одно стало меньше, а другое больше. Учитель Цечолинг дал однажды очень полезное объяснение во время своего пребывания в Таши Лхунпо: можно видеть целиком лицо человека в пузырьке на поверхности чайной чашки. Это так, будто видишь маленькое лицо в выпуклом зеркале или гору - через игольное ушко.

Постройте визуализацию биллиона Универсумов в три ступени, умножая свою визуализацию каждый раз в тысячи раз. Иначе выражаясь: начинайте с группы в одну тысячу миров, потом переходите к тысяче групп, каждая из которых состоят из тысячи миров, и затем визуализируйте тысячу таких групп миров.

Садапрарудита произнес стих: "Я подношу это опыленное благовониями основание...", когда он делал подношение Дхармодгате (см. Седьмой день). Существуют две версии данного текста. В одной говорится: "Всё это я визуализирую для Поля Будды...", а в другой: "Всё это я визуализирую в Поле Будды..." Когда говорится "для", то тем самым должно выражаться то, что визуализация проводится "для Будд в Поле Заслуг". Было бы, однако, ошибкой подносить им нечистый мир горы Меру или четырех континентов. "В Поле Будды" означает, следовательно, что гора Меру, четыре континента и всё остальное являются нечистым миром

лишь в первый момент (визуализации); во второй момент всё преобразовано в чистую сферу. Каждая из этих двух визуализаций имеет определенную пользу.

Дагпо Ринпоче сказал в своих *'Стихах о мандале'*: Брахма и Индра помогают тем, кто держит свои обеты..." Это означает: в случае, если вы соблюдаете обеты монаха или монахини, то должны представлять себе, что Брахма помогает вам делать подношение мандалы. Если вы не живете с такими обетами, то представьте себе, что вам помогает некая духовная персона. Однако, так как гора Меру и пять континентов появились на основе коллективной кармы чувствующих существ, то вы не нуждаетесь безусловно в помощи Брахмы, Индры и т.д., чтобы сделать подношение: совершенная мировая система горы Меру и континенты являются также результатом твоей собственной кармы, твоего собственного вклада в коллективную карму, которая создает окружение.

Визуализируйте биллион миров, состоящих из горы Меру и четырех континентов, если вы этим видом визуализации овладели. В случае, если вы не в состоянии это сделать, то достаточно визуализировать только одну мировую систему. Если вы делаете подношение мандалы правильным способом, то тогда это то же самое, если бы вы подносили на самом деле гору Меру, континенты и т.д. Один пример: в одном из прежних перерождений дхармараджа Ашока, будучи ребенком, положил землю в монашескую чашу Будды Випашьяина и представил себе при этом, что там золото. Из этого возникло точно так же много благ, как если бы он сделал подношение настоящего золота. В качестве результата в своей более поздней жизни, став царем Ашокой, он воздвиг 10 миллионов ступ за один единственный день. Поэтому не существует ничего лучшего для накопления заслуг, чем подношение мандалы - упражнение, практически легко выполнимое и простое. Вы пополните тем самым свои накопления и много более того обретете. Поэтому вам безусловно нужно приобрести такую круглую медную тарелку!

Когда в конце подношения мандалы содержимое тарелки стряхивается в материю, где оно хранится, то его опрокидывают либо в направлении, где сидит сам практикующий, либо в противоположном направлении. Если хотите получить прежде всего благословение, то нужно содержимое опрокидывать в собственном направлении; если речь идет больше об избавлении от препятствий, то будет лучше содержимое опрокидывать прочь от себя.

Придавайте больше ценности тому, чтобы правильно проводить визуализацию, нежели тому, чтобы сделать как можно больше подношений мандалы. В случае, если вы хотите один раз сделать подношение большой мандалы, то достаточно много раз рецитировать тот раздел из подготовительных упражнений, где делается подношение мандалы. Рецитируйте стих: "Я подношу это окропленное благоухающими составами основание...", вместе со стихом "до самого Просветления я принимаю Прибежище в Будде, Дхарме и высшем собрании..." Затем сделайте подношение с семью кучками: одна - для горы Меру, четыре - для континентов и по одной - для солнца и луны.

Бикшуни Лакшми имела видение Арья Авалокитешвары после выполнения большого количества подношений мандалы; Дже Цонкапа очень сильно старался в Олга Чолунг выполнять такие упражнения и развил в качестве результата правильное видение. Поэтому каждый должен прилагать усилия к тому, чтобы выполнять эту практику.

Шестой день

Ачарья Чандрагомин сказал:

Если слоненок потянется к траве или сухим листьям,
Что растут на краю глубокого болота,
То он их, наверное, не достигнет,
А вместо этого утонет в болоте.
Стремление к удовольствиям мирской жизни
Имеет точно такие же последствия.

Если слоненок отправится к краю глубокой пропасти, привлеченный растущей там травой, то он может свалиться в бездну. Подобное случается с нами, когда мы привязываемся к счастью этой жизни. Мы совершаем всевозможные неблаготворные деяния, и когда в конце концов упадем в пропасть низших сфер, то будет очень трудно нас оттуда когда-нибудь снова освободить. Поэтому лучше стремиться к чему-то, имеющему неизменную ценность, и нет лучшей возможности осуществить это, чем следовать правильным образом наставлениям об этапах Пути к Просветлению (Ламрим). Исходя из этого, мы должны развить правильную мотивацию, думая таким образом: "Я хочу ради блага всех чувствующих существ достигнуть состояния Будды. С этой целью я слушаю наставления в Ламриме и претворяю их в практику."

После этого Къябдже Пабонгка Ринпоче дал обзор уже рассмотренных тем.

Медитационная сессия имеет три части: подготовительные ритуалы, основная часть и завершение. Существует шесть подготовительных ритуалов; пятый ритуал состоит из Семичленной Молитвы и Подношения Мандалы. Объяснения к первым двум частям (Семичленной Молитвы) завершены.

III : Очищение (50)

Мы не развиваем в нашем сознании никаких новых реализаций, а те, что уже были нами обретены, снова улетучиваются. В этом виноваты наша негативная карма и наши умственные омрачения. Негативная карма, сверх того, служит причиной всего несчастья в этой и следующих жизнях. Если мы хотим устранить несчастье, то должны очищать нашу негативную карму. Посредством очищения мы можем устранить бесконечную массу кармы - даже пять особо тяжких преступлений и тяжелые прегрешения, последствия которых при нормальном развитии вещей мы должны были бы несомненно испытать. Сторонники философской системы Вайбхашика исходят из того, что такие вещи не могут быть очищены. Но согласно позиции Прасангики, это возможно. Нагарджуна в *'Письме к другу'* сказал:

Каждый, кто когда-то вел себя гнусно,
Может позднее стать добродетельным;
Настолько же обаятельными и прекрасными,
Как в безоблачном небе луна, вы становитесь тогда,
Как Нанда, Ангулимала,
Аджаташатру и Шанкара.

Говорится также: тяжелые негативные деяния весят легко для умных; малейший порок дурака является, напротив, тяжелым. Как это понимать? Прежде всего, речь идет о том, умело очищаются снова негативные действия или нет. Брахман Шанкара убил свою собственную мать. Ангулимала погубил 999 человек. Аджаташатру приказал казнить своего собственного отца. Но хотя они совершили эти особо позорные преступления, им удалось на основе мощной очистительной практики узреть Истину (т.е. вступить на Путь Видения).

Посредством выполнения сильной очистительной практики неблаготворные деяния устраняются с корнем, с помощбю заурядной очистительной практики они ослабляются. Самая слабая очистительная практика препятствует тому, чтобы негативная карма ещё более возросла. Если же вообще не очищаться от неблаготворных действий, то они удваиваются с каждым днем, который проходит; так из одного маленького неблаготворного действия получается нечто огромное. Один пример: если кто-то убьет насекомое, то это считается относительно незначительным проступком. Однако если его не очистить, то сила этого проступка спустя 15 дней будет уже возросшей в 16384 раз. Тем самым это действие становится настолько же тяжким, как убийство человека.

Мы не хотим очищать наши негативные действия. Повинна в том наша недостаточная вера в закон причины и следствия, это означает, что мы нисколько не боимся действовать неблаготворно. Обладай мы верой в закон, мы бы отказались даже от малейших негативных

поступков. В своих путешествиях Атиша, например, строго очищал каждый мельчайший промах, а именно - как только он допускал их и притом со всей открытостью. Мы могли бы тоже делать это, но, как правило, придерживаемся мнения, что мы не совершаем никаких тяжелых проступков, которые стоило бы очищать. Мы приходим к этому ложному выводу, потому что не размышляем о том, как возникают проступки. Если бы мы достаточно обстоятельно поразмышляли об этом, то стало бы очевидным, как много негативного - злонамеренных помыслов, бессмысленной болтовни и т.д. - мы сделали телом, речью и умом с тех пор, как встали сегодня утром. Может быть, мы имеем духовный сан и нарушаем наши обеты так часто, как падают дождевые капли во время проливного дождя, если оставляем без внимания допущенные нарушения главных обетов и, более того, ещё утверждаем даже, что это несущественно. Но уже когда игнорируют правильное ношение нижнего одеяния монашеских одежд (и ставят под сомнение смысл соответствующего предписания), это может означать нарушение одного из важнейших тантрических обетов. [34] Также частота, с которой мы нарушаем важнейшие обеты Бодхисаттвы, сравнима с каплями, падающими во время проливного дождя. Нарушение одного из вторичных обетов Бодхисаттвы в тысячу раз тяжелее, чем нарушение одного из центральных монашеских обетов. Нарушение одного из центральных обетов Бодхисаттвы в тысячу раз тяжелее, чем нарушение одного из вторичных обетов Бодхисаттвы. Нарушение одного из вторичных тантрических обетов является проступком ещё более тяжелым в тысячу раз, а нарушение одного из важных тантрических обетов ещё тяжелее в тысячу раз.

Итак, когда мы рассмотрим ошибки, которые совершили с момента утреннего подъема, то увидим, что уже много раз создали полные причины для всех различных перерождений в низших сферах. Каждый день мы отягощаем себя многими неблаготворными делами - десятью неблаготворными действиями, нарушениями трех видов обетов и т.д. Это означает, тяжелейшие из этих действий ведут к перерождению в адах, средней тяжести действия - к перерождению в сфере голодных духов, и незначительные проступки - в сфере животных.

Чтобы совершить “тяжелый проступок”, вовсе не нужно убивать человека и не надо воровать никакой лошади - даже если мы одного из наших учеников в приступе ярости назовем “собакой”, то это может быть “тяжелым проступком”. Если - в аспекте кармического анализа - мы критикуем более высоких существ, то это считается по объекту тяжелым проступком. Поэтому мы уже сегодня создали полные причины для будущего перерождения в трех низших сферах.

Вы, может быть, спросите теперь: “Если это на самом деле так, то что мы можем тогда сделать?” Мало помощи от того, чтобы такими размышлениями просто лишь заставлять себя бояться и оставаться в бездействии. Вы должны все негативные действия, которые накопили с безначалья сансары, очищать, например, делая сто тысяч простираний или начитывая стослоговую мантру. Вы должны выполнять эти упражнения до тех пор, пока у вас не появятся знаки, что действия очищены. Соответствующие знаки описываются в *‘Мантре Кандакари’* и приводятся в *‘Большом изложении этапов Пути’*. Упражняйтесь в медитации Ваджрасаттвы и декламируйте по вечерам перед сном 21 раз стослоговую мантру. Не бойтесь также никаких усилий, чтобы всем телом делать подношение простираний и при этом произносить *‘Сутру покаяния в нарушении обетов’*[35]. Очищайте вечером свои нарушения, допущенные в течение дня, а утром - нарушения прошедшей ночи. Не оставляйте никакого нарушения обетов целый день без внимания. Даже если вы не выполняете много других практик, этого более чем достаточно - твердо работать над этими упражнениями.

---

[34] Монах, правда, нарушает лишь один из своих второстепенных обетов, когда он свои одежды неправильно одевает, но существует один тантрический основной обет, который гласит, что нельзя никогда пренебрегать своими обетами *пратимокши*. Итак, монах, нарушая первый обет, тем самым автоматически нарушает также другой обет.

[35] В Приложении ко второму тому перевода *‘Ламрим ченмо’*, выполненного А.Кугявичусом, помещен перевод этой сутры под названием *‘Исповедь Бодхисаттвы [пред 35 Буддами]’*. (См.: Чже Цонкапа. Большое руководство к этапам Пути Пробуждения. - Т.II. Этап духовного развития средней личности /Пер. с тиб. А.Кугявичуса. Под общей ред. А.Терентьева. - Спб., 1995. - С. 158-163. (И.У.)

Ваши неблаготворные дела являются причиной для всякого страдания в этой и будущих жизнях. Когда вы сможете их очистить, то это освободит вас от страдания, и вы сумеете развить постижения и способности.

Если кто-то в этой жизни болеет, то это восходит к таким совершенным раньше деяниям. Когда такая личность заставляет теперь совершать ритуалы и тому подобное, то это, пожалуй, мало помогает, поскольку результаты этих ритуалов приходят к созреванию не во взаимосвязи с болезнью. Но остерегайтесь из этого делать ложный вывод, что такие ритуалы являются бесполезными! Представьте себе: в поле уже растет горох, а кто-то сеет поверх него ячмень, чтобы воспрепятствовать гороху расти дальше. Это примерно тождественно результату такого ритуала. Когда неблаготворные действия уже породили последствия, то уже невозможно ничего больше сделать против них. Вы должны поэтому свои ошибки признать *прежде*, чем испытаете их последствия - покаяние равняется уничтожению семян.

Если вы покаетесь в незначительных проступках, то они тем самым очищаются, у тяжких преступлений уменьшается их сила.Если вы признаетесь в тех своих прегрешениях, которые обычно низвергают в низшие миры, то они вместо этого созреют в этой жизни, как тяжелая лихорадка или ещё что-нибудь вроде этого. Вообще говоря, негативные действия не имеют, конечно, в себе ничего хорошего, однако, они имеют одно позитивное свойство - могут очищаться. Нет фактически ни одного неблаготворного действия, которое не могло бы быть очищено. Масштаб, в котором погашается негативная карма, зависит от интенсивности вашего желания её очистить и от силы выполняемых с этой целью упражнений. Поэтому так важны глубокое раскаяние и крепкая решимость воздерживаться в будущем от подобных действий.

Некоторые люди, практикующие Дхарму, имеют в этой жизни неприятные переживания. Это нужно оценивать позитивно, потому что такие вещи означают, что негативная карма, результаты которой при ином развитии событий пришлось бы испытать в будущей жизни, созревает в этой жизни. С такими практикующими случается, например, что падает их жизненный уровень. Карма, которая при обычном ходе вещей пришла бы к созреванию лишь в одном из будущих перерождений в качестве голодного духа, тем самым созревает в этой жизни. С другой стороны, некоторые люди, которые совершают много зла, имеют всегда счастье, долгую жизнь и т.д. Это надо понимать как следствие некоторых остатков позитивной кармы предыдущих жизней, которые приходят к созреванию в этой жизни. Позже они будут переживать состояния, в которых должны будут претерпеть тяжелейшее страдание. Дромтонпа - истинный царь Дхармы - был таким практикующим, который должен был перенести много страданий. Он навлек на себя к концу своей жизни проказу. Остерегайтесь, следовательно, ложных воззрений! Болезнь и другие невзгоды суть основание для радости! Если кто-нибудь разрушает гневом часть своей добродетели, то это означает большую потерю; если очищается прегрешение, то это означает большой выигрыш.

Если хотите очистить неблаготворные действия, то нужно применить все четыре противодействующие силы полностью. Согласно некоторым интерпретациям, “противодействующая сила опоры” суть объект, перед которым проводится очищение. В нашей традиции также говорится, что наши провинности всегда имеют отношение к определенной опоре. Ради очищения мы должны опираться на соответствующую опору - так же, как упав на землю, при вставании опять должны опираться на землю. Так как наши неблаготворные деяния всегда имеют отношение к Буддам или к живым существам, то сила опоры состоит в том, чтобы принять Прибежище (в Будде и т.п.) и развить Бодхичитту (для чувствующих существ). Эти оба упражнения я уже обсуждал.

“Сила преодоления” суть раскаяние. Кто раскаялся, тот избегает того, чтобы повторить неблаготворное действие. Вы должны знать закон причины и следствия, чтобы раскаяние возымело силу. Представьте себе, трое людей съели отравленную пищу: один из них лежит при смерти, один заболевает, а у третьего еще не обнаруживается никаких признаков болезни. Третий человек почувствует сильное сожаление, попробует применить всевозможные противоядия и решит больше никогда не употреблять этот вид пищи. Все живые существа совершали одинаковые ошибки - это подобно яду. Одни из них уже готовы переродиться в низших сферах. Другие страдают постоянно в условиях серьезных и хронических болезней трех ядов, - что соответствует в приведенном примере второму человеку, который как раз болен, - эти существа будут в конце концов тоже падать в низшие сферы. Также и мы накопили

негативную карму; мы должны об этом сожалеть и дистанцироваться от того, чтобы когда-нибудь снова сделать что-нибудь подобное.

“Сила, удерживающая в стороне от неблаготворного” означает упражнение в сдерживании. Вы должны начинать это правильным образом, то есть, приняв непреложное решение, не оставаться бездеятельным после признания пользы очистительной практики. Сдерживание практикуют так: если мы отказываемся от определенного негативного действия, например, употребления оскорбительных слов, то существует опасность, что наше обещание никогда снова этого не делать станет ложью. Однако если мы вообще не упражняемся в сдерживании, то тогда четыре силы являются неполными. Откажитесь совсем от вещей, которых вы желаете полностью и совершенно избегать. От других вещей вы можете отказаться на год, а от иных, напротив, лишь на один месяц. Принимая каждый день заново решение оставить определенные действия, вы сможете постепенно также отказаться от вещей, от которых вы можете (пока) отказаться лишь на один день. Этим способом прерывают привычку к деланию определенных вещей. Это одно особенно действенное и с очевидностью полезное наставление моего уважаемого Учителя.

Говорится, “сила противоядия” состоит прежде всего из шести видов активности. Это суть методы, применяя которые, вы очищаете действия, в которых раскаялись: например, провозглашение имен Татхагат; начитывание мантр; декламирование наизусть сутр; медитация о Пустоте; подношение пожертвований и все действия, которые совершаются в связи с изображениями Будды или в связи со статуями. Может быть, вы в реальности ни разу не произносили: “Я сознаюсь в этом, я очищаю это...” (слова из *‘Сутры раскаяния в нарушениях обетов’*), но каждое благотворное дело - будь то лишь начитывание мантры *Ом мани падме хум*, - которое связано с желанием очистить посредством этого нечто неблаготворное, считается силой противоядия. Когда мы, обычные монахи и монахини, например, думаем, что подвергаем себя жаре и холоду ради участия в учении, и что переносим это ради очищения, то эти формы активности причисляются к данной силе противоядия.

Мы должны, однако, постоянно применять все четыре силы. Простейший из шести видов противоядия - это провозглашение имен Будд. В прошлом святые делали подношение простираний и декламировали при этом *‘Сутру раскаяния в нарушениях обетов’* (она известна также под именем *‘Сутры трех благородных накоплений’*). В этом тексте, предназначенном для речитативного исполнения, содержатся все четыре силы. Он так полезен, что сам великий Дже Ринпоче, чье влияние простирается столь же далеко, как пространство, с его помощью завершил оба вида накоплений и провел самоочищение. Великий Дже Ринпоче каялся, таким образом, в своих неблаготворных делах, рецитируя эту сутру. Также великие Мастера, такие как Намкха Гьялцен из Лходрага, очищались этим способом от своих умственных завес. Все позднейшие Мастера выполняли это упражнение, и великий Мастер Лосанг Намгьял назвал его наиболее действенным. Когда вы очистите свои неблаготворные дела, в вашем сознании может возникнуть спокойствие - как у того, кто уплатил проценты гигантского кредита.

Люди, которые хотят выполнить большое количество простираний, должны развить соответствующую умственую установку, медитируя на почитание; телесно им не нужно на этом месте делать что-либо кроме складывания своих рук в жесте почтения. Простирания они должны выполнять потом во время части, относящейся к покаянию.

Покаяние практикуют следующим образом. Сначала декламируют три раза мантру, посредством которой увеличивается благое: *Ом самбара самбара вимана сара маха ваджра хум. Ом смара смара вимана скара маха ваджра хум*. Потом произносят *‘Сутру раскаяния в нарушениях обетов’*.

Упоминаемые в этой сутре божества являются уже частью Поля Заслуг. Чтобы заставить их выступить вперед, мы проводим следующую визуализацию: 34 световых луча исходят из сердца вашего Гуру. Десять из них идут вверх, десять - вниз, семь лучей - вправо от Гуру, и семь - влево от него. На концах этих лучей света появляются 34 драгоценных трона, поддерживаемых слонами и украшенных жемчужинами. Так как слон - сильнейшее из всех животных, то здесь этим самым выражается, что эти Будды - могущественнейшие, когда речь идет об очищении негативной кармы. Все 35 божеств имеют тела различного цвета и держат разные символические предметы. Для простоты их можно, однако, также подразделить на группы по семь Будд. Каждая из этих групп имеет тела разного цвета и символические

предметы одного из пяти Дхьяни-Будд. Первая группа принимает форму Акшобхьи, следующая - форму Вайрочаны, после этого идут Ратнасамбхава, Амитабха и Амогасиддха. Эта схема имеет два исключения. Будда Шакьямуни принадлежит, собственно, к первой группе, однако здесь достаточно образа Шакьямуни в сердце Гуру. Кроме того, Царь Могущественных Нагов (Гейя-раджа) от шеи и выше - белый; в остальной части - синий. Он держит свои руки в жесте покорения нагов: оба средних пальца при этом вытянуты вверх и соприкасаются. Все собрание должно визуализироваться несколько впереди Поля Заслуг.

Эту сутру можно рецитировать тремя способами. Согласно первому способу, рецитируют всю сутру от начала и до конца столько раз, сколько нужно. По второму способу, рецитируют столько раз, сколько вы желаете, только первый раздел, который начинается нашим Учителем Шакьямуни Буддой и заканчивается Буддой Царь Владык Гор (Шайлендра-раджа). При этом повторяют только имена много раз (в то время как вторую часть сутры произносят лишь единожды). Третья возможность такова: если, к примеру, мы хотим произнести сутру 25 раз в течение медитативной сессии, то начинаем с того, что имя каждого Татхагаты - одного за другим - провозглашаем по 25 раз. Благодаря этому легче получается воспринять отчетливо каждого отдельного Будду, от которого ожидается помощь. Как во второй системе, после провозглашения имен проходят лишь один раз второй раздел сутры. Рецитирование имен отдельных Татхагат очевидным образом оказывает помощь. Вы можете прочитать об этом в соответствующих комментариях. Говорится, если дополнить обращение к 35 божествам ещё именами семи Будд медицины, то будет исполняться каждая молитва, которую произносят в эти времена упадка, когда учения Будды ещё существуют (см. Четвертый день). Так как мы стремимся к немедленным позитивным результатам и призываем благословение, то должны выполнять дальнейшие простирания, провозглашая имена этих семи Будд.

Слово “Татхагата”, правда, в оригинальной сутре не ставится перед каждым именем, однако было бы неправильно имена этих Будд произносить без вежливого обращения. Поэтому следуйте традиции Дже Ринпоче и ставьте титул “Татхагата” перед каждым именем.

Также можно рецитировать такие сочинения, как *‘Общее раскаяние’*. Возвращайтесь потом при строфе “привязанность, ненависть...” к основному тексту. Наши неблаготворные деяния являются при покаянии центральными. Три яда сознания являются причиной этих деяний, а три двери тела, речи и ума суть средства, посредством которых мы их совершаем.
В *‘Сутре раскаяния в нарушениях обетов’* говорится также: “Я раскаиваюсь в каждом отдельном негативном поступке”; тем самым подразумевается, что наше раскаяние относится к нарушениям всех видов обетов. При этом важно, чтобы мы вспоминали те неблаготворные дела, которые совершаем в течение продолжительного времени, тем самым мы также всерьез воспринимаем их очищение. В *‘Царственной молитве благородных деяний’* говорится:

Под влиянием привязанности, ненависти и неведения
Я совершал неблаготворное телом, речью и умом.
Во всех этих деяниях я раскаиваюсь в каждом по отдельности.

IV: Сорадование (51)

Сорадование есть упражнение Бодхисаттв и, возможно, нам с трудом удается мысленно относить его к себе. Но если правильно практиковать это упражнение, то не существует лучшей возможности воздвигнуть оба Собрания (заслуг и мудрости). Когда-то Сутара, нищий, так сильно обрадовался даянию, сделанному Будде и его Шравакам царем Празенаджитом, что ему от этого пришло больше заслуг, чем самому царю. Дже Цонкапа сказал:

Если кто-то желает собрать много заслуг,
Не прикладывая к тому усилий,
То лучший способ для этого - радоваться благотворному -
Так говорят.

Таким образом, в нет необходимости изнурять тело и голос, так как можно такой же безмерный запас заслуг накопить, просто радуясь во время отдыха. Царь Празенаджит просил однажды

Будду дать наставление о том виде Дхармы, которую он мог бы практиковать без больших трудностей, одновременно с этим исполняя царские обязанности. Будда порекомендовал ему делать три вещи: упражняться в сорадовании, развивать Бодхичитту и делать посвящение своих заслуг. Поэтому мы тоже должны упражняться в сорадовании, умственной установке, полностью свободной от ревнивых мыслей или чувства конкуренции. Как правило, мы становимся ревнивыми, когда кто-нибудь, кто нам не нравится, делает что-то хорошее, и говорим: "Они делают это лишь формы ради - нет пользы в том." Таких мыслей нужно избегать. Когда обычные монахи и монахини правильным образом сорадуются, если, к примеру, товарищ по комнате выполняет "Подношение Сотни Светильников", то это становится также для них чем-то очень полезным. Если его уровень (реализации или посвящения) ниже, чем наш, то мы приобретаем в двукратной мере больше пользы, чем он; если он стоит на равном уровне, то польза от сорадования - такая же, как у него; однако даже если он выше нас стоит, то мы получаем ещё половину. Что могло бы быть более выгодным делом?

А когда мы радуемся деяниям Будд, Бодхисаттв прошлого и т.д., то пожинаем десятую часть благих результатов, которые они получили, так как их сознание намного выше, чем наше. Даже если мы всю жизнь посвящаем совершению позитивного, то, несмотря на это, получаем лишь долю заслуг, которые Бодхисаттва первой ступени создает за один единственный день. Заслуги Будды превышают их еще во много раз. Следовательно, когда мы радуемся заслугам Бодхисаттв, то приобретаем, быть может, половину их заслуг (то есть во много раз больше, чем сами накапливаем заслуг в течение целой жизни), и поэтому данная установка сознания - сорадование - действует как эффективный метод для создания колоссального собрания заслуг.
Дхарма процветает здесь, в центральном Тибете, и многие люди выполняют простирания, занимаются даянием, обходят святые объекты, делают подношения Сангхе и Учителям, упражняются в медитации, изучают Дхарму и т.д. Когда мы всему этому радуемся, то накапливаем огромную массу основополагающих качеств. В *'Царственной молитве благородных деяний'* говорится:

> Я радуюсь всем заслугам Будд десяти сторон света,
> Бодхисаттв, Пратьекабудд,
> Тех, что ещё обучаются,
> И тех, что на стадии Не-Учения-Более,
> А также всех других живых существ.

В этом пункте, по обыкновению, упражнение начинают следующим образом: сначала - сорадование тому, как Будды (до их Просветления) в первый раз когда-то породили Бодхичитту, потом - сорадование деяниям ученых и йогинов прошлого в Индии и Тибете и, наконец, также сорадование таким вещам, как упражнения сотоварищей по рецитированию текстов. Об этой части медитируют двумя способами: 1) радоваться собственным добродетелям; 2) радоваться добродетелям других.

РАДОВАТЬСЯ СОБСТВЕННЫМ ДОБРОДЕТЕЛЯМ (52)

Этот надзаголовок включает два положения: 1) радоваться по поводу добродетелей наших прежних жизней, о которых мы можем судить путем правильного логического познания; 2) радость по поводу добродетелей нынешней жизни, о которых мы можем узнать посредством достоверного прямого восприятия.

РАДОВАТЬСЯ ПО ПОВОДУ ДОБРОДЕТЕЛЕЙ НАШИХ ПРЕЖНИХ ЖИЗНЕЙ, О КОТОРЫХ МЫ МОЖЕМ СУДИТЬ ПУТЕМ ПРАВИЛЬНОГО ЛОГИЧЕСКОГО ПОЗНАНИЯ (53)

Вы имеете в этой жизни хорошую телесную форму. Проследите мысленным взором, какими благоприятными условиями для практики Дхармы вы наделены, и размышляйте снова и снова о том, что вы, следовательно, в жизнях, предшествовавших нынешней, придерживались чистого

нравственного поведения. Вы должны были практиковать щедрость и терпение и т.д. В то время вы, должно быть, сделали много хорошего; держите это постоянно перед глазами! Вы действовали безошибочно, делая нечто, исполненное смысла для вас самих, и так вы обрели в нынешней жизни это чудесное, драгоценное человеческое бытие. Какой будет следующая жизнь, знает уважаемый монах сам! Разные святые прошлого говорили:

Ваши исполненные ценности прежние жизни
Дали вам ваше нынешнее драгоценное человеческое тело.
Вы, почтенные монахи,
Надо надеяться, в вашей следующей жизни
Не свалитесь вниз, в бездну.

Проверяя наше теперешнее поведение, мы можем узнать, где переродимся в нашей будущей жизни - для этого нам не нужны просить никаких ясновидцев о предсказании.

РАДОВАТЬСЯ ПО ПОВОДУ ДОБРОДЕТЕЛЕЙ ЭТОЙ ЖИЗНИ, О КОТОРЫХ МЫ МОЖЕМ УЗНАТЬ ПОСРЕДСТВОМ ДОСТОВЕРНОГО ПРЯМОГО ВОСПРИЯТИЯ (54)

Призовите себе на память все позитивное, что вы сами сделали: все речитативные исполнения текстов, каждый акт щедрости, каждый вид услуг, которые вы оказали другим, а также все ваши занятия, ваши созерцания, ваше слушание Учения, ваше участие в церемониях или дебатах. Затем порадуйтесь этому, не чувствуя при этом гордости. Потому что гордость лишь уменьшила бы ваши заслуги.

Этот вид подсчета очень полезен. Мы, напротив, часто вычисляем лишь, сколько финансовых средств нас удовлетворит - при этом нашего имущества, даже если мы его намного увеличим, может оказаться ещё мало, чтобы в этой жизни подарить нам немного счастья. Если же мы, напротив, увеличиваем свой благотворный потенциал, то благодаря этому получим хорошее телесное рождение в качестве богов или людей и можем жить этими обретенными заслугами вплоть до нашего Просветления. Наши негативные деяния, наоборот, приведут нас в такие места, как ваджрные ады, которые расположены далеко под землей на расстоянии многих йоджан.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче рассказал после этого историю геше Бэн Гунггьяла, который ежедневно вел подсчет своих благих и неблагих деяний (см. Тринадцатый день)

Этот вид упражнения в счете мы должны бы начинать теперь, потому что когда нам предъявят к выплате счета в присутствии Ямы, мы окажемся беспомощными.

РАДОВАТЬСЯ ДОБРОДЕТЕЛЯМ ДРУГИХ (55)

Это означает радоваться позитивным действиям друзей, врагов и чужих или качеству пяти видов существ. Кроме того, это может относиться к деяниям Мастеров прошлого, чьи истории жизни мы можем читать. С этим видом сорадования мы развиваем новую заслугу; когда мы радуемся по поводу собственных позитивных дел, то усиливаем их позитивную силу. Гунтанг Ринпоче сказал:

Ты спрашиваешь, как можно накопить позитивное в то время, когда отдыхаешь?
Радуйся!

Мы живем в Тибете, стране, где повсюду встречается Дхарма. Поэтому достаточно приучить нас к тому, чтобы при ходьбе, сидении и отдыхе посвящать себя практике сорадования. Но наше сорадование должно быть сорадованием Бодхисаттвы, будучи связанным с желанием принести благо другим. Представьте себе, все члены одной семьи были бы совершенно зависимы от отца в том, что касается жизненного пропитания. Ничто не могло бы отца в этом положении сделать более счастливым, чем ситуация, когда старший сын нашел бы свой собственный способ пропитания. Это иллюстрирует маленькое различие, имеющееся между

тем, как это упражнение выполняется в его общей форме и тем, как оно выполняется в его особенной (бодхисаттвенской) форме.

V: Просьба о вращении Колеса Дхармы (56)

Первоначально наш Учитель, Будда, после своего Просветления в течение семи недель не вращал колесо Дхармы. Потом, как говорят:

> Пять учеников положились на Брахму,
> И тот попросил Будду.
> Так завращалось Колесо.

Божество Брахма просил, таким образом, Будду дать Учение, и тогда повернул Будда Колесо Дхармы в первый раз, дав своим первым пятерым ученикам наставление о Четырех Благородных Истинах. Будда перечислил Четыре Благородные Истины трижды и упомянул при этом 12 аспектов. Тем самым он стал вращать колесо передаваемой Дхармы. Аджнятакаундинья первым из пятерых учеников достиг архатства, а остальные четверо стали "Вступившими-в-поток". Этим самым стало варщаться Колесо реализованной Дхармы в сознании учеников, что может происходить лишь после того, как они получили передаваемую Дхарму. Этому, однако, должна предшествовать просьба о вращении Колеса передаваемой Дхармы. По этой причине просьба о вращении Колеса суть часть Семичленной Молитвы. В *'Сокровищнице метафизики'* Васубандху говорится:

> Колесо Дхармы, Путь Видения...

Это показывает, в какой последовательности случаются вещи. Если вы просите о том, чтобы Колесо Дхармы могло вращаться, вы должны - предполагается, что вы имеете тарелку для мандалы - девять раз рукой, полной подношений, заправить тарелку и визуализировать это в качестве золотого Колеса с тысячью спиц, в то время как произносите просьбу. Вы можете самого себя визуализировать даже в качестве Брахмы. Затем излучайте неисчислимые эманации самого себя, которые идут к Буддам в десяти направлениях. Если это превышает ваши способности, то можете также представлять, что вы посылаете эманации самого себя к каждой фигуре Поля Заслуг. В случае, если и это слишком трудно, просто представляйте себя, что один из ваших двойников делает подношение Колеса. В *'Царственной молитве благородных деяний'* говорится далее:

> Вы - светочи мира в десяти направлениях,
> Вы достигли не-привязанности и
> Уровня просветленных Будд,
> Вы - Защитники, я умоляю вас:
> Вращайте высшее Колесо Учения!

VI: Просьба к существам Поля Заслуг о том, чтобы они не вступали в нирвану (57)

В одной сутре говорится: "Будды не вступают никогда в нирвану..." Вообще говоря, Будды не входят, следовательно, в нирвану, и Дхарма также не исчезает. Всё же согласно обычному восприятию высшая нирманакайя вступает в нирвану, и поэтому нужно Будду, нашего Учителя, просить этого не делать. Не предпринимать этого было бы тяжелой ошибкой. Незадолго перед тем как вступить в нирвану, Будда сказал Ананде: "Татхагаты долго упражнялись в четырех видах бесстрашия и четырех чудесных силах. Они достигли ваджрного тела и поэтому могут жить эон или дольше, если пожелают этого." Однако Ананда, которым овладел демон, не понял, что Будда этим хотел сказать. Следовательно, он не высказал эту просьбу по отношению к нашему Учителю, и Будда вошел - что касается обычного восприятия

- в восьмидесят лет в нирвану. Итак, это имеет решающее значение - высказать просьбу прежде, чем стало слишком поздно. Рассыпьте в этом месте (в этой части Семичленной Молитвы) пять раз полную пригоршню зерна на тарелку мандалы и представьте себе, что это ваджрный трон. Вы можете визуализировать, что каждому члену Поля Заслуг делаете подношение ваджрного трона; но это слишком трудно, представьте себе лишь один ваджрный трон, который растворяется в троне Поля Заслуг. В *'Царственной молитве благородных деяний'* говорится:

Все те, кто, согласно обычному восприятию,
Имеет намерение вступить в нирвану,
Я умоляю вас со сложенными руками:
Пребывайте в этом мире в течение
Стольких эонов, сколько существует атомов,
Чтобы всем существам помогать и им приносить счастье.

Во время исполнения просьбы о пребывании и просьбы о вращении Колеса Дхармы представляйте себе, что члены Поля заслуг принимают обе просьбы.

VII: Посвящение Заслуг (58)

В заключение очень важное значение имеет посвящение заслуг. Мастера школы Кадампа говорят в своих сочинениях, посвященных преобразованию ума:

Две вещи стоит делать:
Одну - в начале, одну - в конце.

Это относится к тому, чтобы в начале развивать правильную мотивацию, а в конце - посвящать заслуги. Посвящения всегда являются разновидностью молитвы, но вместе с тем, чтобы из молитвы получилось посвящение, нужно иметь нечто такое, что посвящаешь.

При этом надо обсудить шесть положений: (1) Что посвящается? Ваши заслуги. (2) Почему вы их посвящаете? Тем самым они не будут потерянными. (3) Какой цели вы их посвящаете? Тому, чтобы достигнуть высшего Просветления. (4) Чьему благу посвящаете вы их? Благу всех живых существ. (5) Как вы их посвящаете? В *'Украшении для реализации'* говорится: "посредством методов и правильного восприятия". Итак, мы развиваем при посвящении вид мышления, объединяющий Метод и Мудрость - к примеру, тем, что мы правильно воспринимаем три составные части посвящения (то, что посвящается; цель, которой посвящается; существа, ради блага которых это происходит - все они не существуют как обладающие самосущим бытием). Тем самым избегают того, чтобы считать посвящаемое истинно существующим. (6) Природа этого посвящения: оно проводится из желания не дать пропасть собственным заслугам. Соедините его с желанием преобразовать ваше добродетельное действие в причину вашего совершенного Просветления!

Этот вид молитвы имеет великую силу. По причине молитв нашего Учителя, Будды, мы не имеем, например, недостатка Дхармы. Шарипутра стал мудрейшим среди мудрых - посредством силы своих посвящений, своих молитв и т.д. Наша добродетель подобна лошади, а наши молитвы подобны узде. Из сырого материала, каким являются золото и серебро, можно изготовить статую божества или обычный сосуд - это полностью зависит от художника или скульптора, который работает с этим материалом. Являются ли воздействия наших позитивных действий высокими или низкими, зависит, похожим образом, от наших молитв и посвящений. Был один человек, который собрал очень много заслуг. Но, однако, когда он лежал на смертном одре, то увидел прекрасного слона, к которому у него возникла привязанность, вследствие чего он переродился в качестве Бхумисудрда, ездового слона Индры. Со времен моего раннего детства я произношу следующую молитву:

Во всяком месте, куда драгоценные учения ещё не достигли,
Или где они между тем пришли в упадок,

Да смогу я, побуждаемый великим состраданием,
Разъяснять эти приносящие пользу сокровища Дхармы.

Как результат этой молитвы я даю теперь продолжительные наставления! Жаль, что вместо этого я не просил о том, чтобы иметь возможность уединиться в какой-нибудь заброшенной горной местности для однонаправленной медитации.

Избегайте того, чтобы в своих молитвах посвящать заслуги счастью этой жизни. Без посвящения ваши заслуги могут быть уничтожены, если вы впадете в гнев. В *'Бодхисаттвачарьяаватаре'* говорится:

Всё равно, как бы много выдающихся деяний
Вы ни совершили в течение тысячи эонов -
Великодушием или подношениями
Даров для Татхагат -
Все они исчезнут в одном приступе бешенства.

Итак, гнев разрушает заслуги, которые накапливаются в течение тысячи эонов. Во *'Вступлении на Срединный Путь'* Чандракирти говорится:

Если вы разгневаетесь на Бодхисаттву,
То разрушите в мгновение ока
В течение сотни эонов великодушием и нравственным поведением
Накопленные свои заслуги.
Так что нет никакого более скверного проступка,
Чем потеря терпения.

Как здесь говорится, гнев разрушил бы в течение сотни эонов собранные заслуги. Мы разрушаем в течение тысячи или сотни эонов накопленные заслуги, в зависимости от уровня нашей реализации и объекта нашего гнева. Если люди, не являющиеся Бодхисаттвами, сердятся на Бодхисаттву, то разрушают тем самым в течение тысячи эонов накопленные заслуги. Если у вышестоящих Бодхисаттв возникает гнев по отношению к нижестоящим, то они разрушают тем самым заслуги сотни эонов.

Средство, с помощью которого можно воспрепятствовать тому, чтобы разрушить гневом собственные заслуги, объясняется в *Сутре, испрошенной Сагарамати'*:

Как капля воды,
Которая достигает океана,
Не испарится, пока океан не высох,
Так же позитивное, которое посвящается Просветлению,
Не исчезнет, пока не достигнуто Просветление.

Наши заслуги подобны каплям воды, качества Будд и Бодхисаттв - это океан. Когда мы посвящаем свои заслуги, то смешиваем свои заслуги с их заслугами, и поэтому наши заслуги не исчезнут, пока мы не достигнем Просветления.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче привел аналогию с двумя посыльными, которые смешали ячменную муку различного качества.[36]

[36] Один посыльный имел целый мешок тончайшей ячменной муки, другой имел немного черной ячменной муки низшего качества. Второй коварно предложил обе массы муки смешать. Первый был согласен, но позднее стал жаловаться. Однако было слишком поздно: обе массы муки разного качества были уже смешаны, и второй посыльный съел больше, чем ему было положено.

Вышеупомянутой цитаты не имеется в известной, распространенной версии этой сутры. Однако, так как Будда учил стольким многим сутрам, то вполне возможно, что Сагарамати испросил более чем одну сутру.

В одной сутре объясняется, как посвящать заслуги: “Раздели их со всеми живыми существами.” В *‘Украшении для реализации’* (Майтрейи) говорится:

Лучше всего выполнять особую форму
Совершенного посвящения.
Она суть аспект правильного восприятия,
Её признак - это правильное видение.

Другими словами: Совершайте особое посвящение, не держась при этом за представление, будто вещи истинно существуют.

Самая известная форма посвящения добродетели цели совершенного Просветления - это мысль: “Да смогу я силою этой заслуги достигнуть совершенного Просветления ради блага других.” Здесь мы разделяем заслуги со всеми чувствующими существами. Это так, как будто мы смешали эти заслуги с заслугами Победоносных - с заслугами, которые возникли из их далеко простирающихся действий, направленных на благополучие чувствующих существ, которые никогда не придут к концу. Тем, что мы делаем подношение своих заслуг, мы способствуем тем действиям, которые совершаются ради других. Исходя из этого, очень важно молиться о том, чтобы эти заслуги смогли привести всех чувствующих существ к Просветлению. В *‘Украшении для сутр’* Майтрейи говорится:

Заслуги стойких
Направлены на одну цель.

Прежде чем произносится посвящение, возникает ментальный фактор, который содействует тому, чтобы заслуги не исчезли.

Ещё несколько слов о свидетелях при посвящении: вы просите Будд и Бодхисаттв быть вашими свидетелями - подобно тому как вы просите кого-нибудь явиться в суд в качестве своего свидетеля. Прежде чем растворить визуализацию тайного собрания Гухьясамаджа-тантры, произносят посвящение о том, чтобы тайное собрание стало свидетелем.

Мы создаем не много позитивного, однако если посвятим его нашему совершенному Просветлению, то оно не исчезнет вплоть до достижения нами Просветления.

Существует три способа посвящения заслуг: Мы можем их посвятить тому, чтобы удалось закрепить Учение Будды в собственном сознании и в сознании других; тому, чтобы во всех будущих жизнях мы были под покровительством нашего Духовного Учителя и тому, чтобы удалось достигнуть несравненного, совершенного Просветления. Каждое посвящение должно принадлежать одному из этих трех замечательных видов. Это означает: “Молитвы Бодхисаттв - так широки, как Ганг...” Другими словами: если священная Дхарма поддерживается, то это становится причиной для того, чтобы учения распространялись. Под “священной Дхармой” мы подразумеваем переданные и осуществленные учения Дхармы. Заслуги посвящают распространению тех и других. И в *‘Молитве благородных деяний’ говорится:*

Даже самое малое то благотворное, что я накопил
Посредством поклонения, даяния, покаяния,
Сорадования и двух видов просьб,
Я посвящаю полностью совершенному моему Просветлению.

Если мы всё это посвящаем этим правильным способом, то это ведет к нашему совершенному Просветлению. Однако обе вещи - сохранение святой Дхармы в сознании и результат, совершенное Просветление, - зависят от того, принимаете ли вы покровительство Духовного мастера. Отсюда:

За то, что я встретился с учениями превосходного Учителя,
Следует благодарить доброту моего Гуру:
Поэтому я посвящаю это благотворное деяние тому,
Чтобы каждое живое существо
Было окружено заботой Духовных Учителей.

Согласно этому изречению, достаточно ваши заслуги посвящать тому, чтобы быть постоянно под покровительством Гуру. Поэтому выразите свое посвящение одним из трех только что описанных способов.

Когда мы говорим “саме малое то благотворное”, то благодаря этому мы противодействуем нашему преувеличенно высокому мнению о самих себе и памятуем об опасности развить гордыню. “Благотворное, что я накопил”, относится ко всей накопленной нами самими позитивной карме. Строка “я посвящаю полностью совершенному моему Просветлению” есть собственно посвящение заслуг совершенному Просветлению.

Посвящаете ли вы заслуги с тем, чтобы это стало *причиной*, или в расчете на определенный *результат* делаете посвящение заслуг, - разницы нет, так же как нет разницы, просите ли вы ячменя, служащего главным продуктом для приготовления еды, или цампы (еда из размолотого ячменя), готовой еды.

Так как мы, однако, часто не знаем, как нужно правильно посвящать заслуги, то мы ещё рецитируем дополнительно:

С искусностью доблестного Манджушри
И тем же способом, как Самантабхадра,
Я посвящаю всё позитивное тому,
Чтобы смог научиться во всем им следовать.

Я посвящаю все свои заслуги
Способом, который все Татхагаты
Трех времен превозносили в качестве лучшего:
Я посвящаю их, принимая во внимание эти благородные деяния.

Здесь в краткой форме объясняется, какие моливы произносили Будды трех времен и как они выполнялись. То есть, эти две строфы содержали бесчисленные миллионы молитв Бодхисаттв, которые свои заслуги посвящали так же, как Манджушри и Самантабхадра. Однако обратите внимание: мы должны выполнять посвящение заслуг всегда вместе с правильным восприятием, правильным видением всех составных частей.

Теперь, каким образом Семичленная Молитва оказывает противодействие трем ядам? Поклонение противодействует нашей гордыне; покаяние суть противоядие от всех трех ядов; сорадование противодействует ревности и зависти; просьба вращать Колесо Дхармы противодействует тому, чтобы у нас был недостаток Дхармы; просьба к Учителю о том, чтобы он не уходил в нирвану, противодействует тому, чтобы недооценивать Учителя, а посвящение заслуг есть главное противодействующее средство от гнева. Семь частей содержат, кроме того, процессы накопления заслуг, самоочищения и увеличения благотворного. Посредством четырех с половиной звеньев (Молитвы) усиливаются собственные Накопления. Звено раскаяния действует очищающим образом. Половина звена сорадования и звено посвящения увеличивают собственные заслуги.

Сочинения не разъясняют это положение в деталях, однако, согласно устной традиции уважаемого Дагпо Ринпоче, каждое из этих семи звеньев оставляет после себя кармический отпечаток. Звено простираний оставляет отпечатки, которые в конце концов породят макушечное возвышение, *ушнишу* Будды. Я уже упоминал об этом (см. Пятый день). Совершение подношений оставляет отпечатки, посредством которых обретаются богатство или сиддхи, именуемые “сокровищница пространства”[37]; раскаяние оставляет отпечатки для совершенного преодоления обоих видов завес; сорадование оставляет отпечатки для того,

[37] Способность магически создавать богатства.

чтобы обрести харизматическое тело; просьба вращать Колесо Учения оставляет отпечатки для того, чтобы получить Брахма-голос Будды. Отпечатки, получаемые из просьбы не входить в нирвану, помогают тому, чтобы мы достигли важдрного тела, или обретению знаний, необходимых для удлинения жизни. Посвящение ведет к тому, что мы достигнем общих признаков Будды.

Теперь вы можете выполнить обширное подношение манадалы, сделав это либо до произнесения следующей просьбы, либо после этой просьбы. Просьба звучит так:

> Я принимаю Прибежище в Гуру и Трех Драгоценностях.
> Прошу вас, даруйте свои благословения моему уму.
> Прошу вас, даруйте свои благословения мне и всем чувствующим существам,
> которые когда-то были моими матерями, чтобы преодолеть все виды извращенных
> помыслов - от недостатка почтения к нашим Духовным Наставникам
> и до приверженности к дуалистическим признакам самости.
> Прошу вас, даруйте свои благословения, чтобы мы быстро сотворили все виды
> чистых помыслов - правильное почтение к Духовному Учителю и всё остальное.
> Прошу вас, даруйте свои благословения и устраните
> все внешние и внутренние препятствия.

По обыкновению, мандалу подносят перед этой просьбой. Если у великого царя хотят просить нечто, очевидным образом важное, то нужно ему предварительно сделать богатый дар. Так как мы хотим просить существ Поля Заслуг о трех очевидно важных вещах, то нам следовало бы сделать подношение мандалы. Мы просим при этом не о вещах, в которых мы нуждаемся для самих себя - долгая жизнь, здоровье и т.д., - но, например, о том, чтобы преодолеть извращенный образ мышления, в частности, недостаточное почитание наших Духовных Наставников. Далее, мы просим о том, чтобы развить все правильные установки, и о том, чтобы могли быть устранены все внутренние и внешние препятствия. Исходя из тантрического видения, мы должны были бы скорее сказать: "...начиная от недостатка почтения к нашим Духовным Наставникам и до тончайших дуалистических явлений, которые начинаются во время видений, внутреннего свечения и фазы превышения порога (которые возникают непосредственно перед вступлением в состояние Ясного Света). В тексте, которым мы пользуемся для подготовительных ритуалов, об этом после слов: "...от недостатка почтения к нашим Духовным Наставникам..." не упоминается; однако, по моему мнению, вы можете вставлять тантрическую версию в это место. Это означает, нет ничего внутри Дхармы, что не было бы включаемо в вышеупомянутые три вещи. Следующие препятствия упоминаются: внешние препятствия для практики - войны, цари, которые преследуют Дхарму, и тому подобное; внутренние препятствия - болезни и т.д.; и тайные препятствия, которые имеют место, если наш ум неспособен извлечь пользу из Дхармы или не подходит для этого.

Как правило, мы вставляем еще слова: "Пожалуйста, благословите нас..."

МОЛИТВА О ТОМ, ЧТОБЫ НАСТАВЛЕНИЯ ПРОНИКЛИ В НАШЕ СОЗНАНИЕ (59)

Как я уже упоминал, молитвы, обращенные к собственному Учителю, представляют собой лучший метод для развития познаний и способностей в своем сознании. Учителя при этом следует рассматривать как неразрывно единого с собственным медитативным божеством (Идамом). Духовный опыт и реализации возникают на основе силы благословения, которая даруется нам, а благословение Будд и Бодхисаттв, в свою очередь, предоставляется нам на основе наших молитв.

Такие молитвы могут принимать многие формы; однако нижеприведенная версия содержит могучую силу благословения. Это означает, что было бы действительно достойным сожаления, если бы вы эту версию пропускали при собственных речитативных начитываниях:

(*Молитва к коренному Учителю)*
Мой драгоценный коренной Гуру, воссядь
На лотос и лунный диск над моей головой;
Заботься обо мне в силу своего великого сострадания
И одари меня сиддхи тела, речи и ума.

(*Молитва к Учителям линии передачи Обширного Метода)*
Наш Учитель, Бхагаван, Несравненный Спаситель,
Майтрейя, Непобедимый, святой представитель Победоносных,
Арья Асанга, предсказанный Буддой:
Я направляю свои просьбы вам, трем Буддам и Бодхисаттвам.

Васубандху, главное украшение ученых Джамбудвипы,
Арья Вимуктисена, познавший Срединный Путь,
Вимуктисенагомин, который всё ещё внушает нам почтение:
Я направляю свои просьбы вам троим, открывшим глаза миру.

Паранасена, достигший чудесного состояния,
Винитасена, упражнявший свой ум на Глубинном Пути,
Вайрочана, почитаемый за свои могущественные дела:
Я направляю свои просьбы вам, трем друзьям существ.

Харибадра, распространивший Путь Мудрости,
приводящей к совершенству,
Кузали, все наставления Победоносных воспринявший в себя,
Ратнасена, заботившийся обо всех с любовью:
Я направляю свои просьбы вам, трем предводителям существ.

Сурванадвипи, чей ум был исполнен Бодхичитты,
Дипамкара Атиша, поддержавший традицию основоположников,
Дромтонпа, объяснивший благородный Путь:
Я направляю свои просьбы вам, трем опорам Учения.

(Молитва к Учителям линии передачи Глубинного Постижения)
Шакьямуни, Поборник Учения, не имеющего равных,
Превосходный Спаситель,
Манджушри, воплощающий Всеведение Победоносных,
Нагарджуна, превосходнейший Арья, постигший Глубинный Смысл:
Я направляю свои просьбы вам, трем коронным украшениям
философии.

Чандракирти, объяснивший образ мышления Арьев,
Видьякокила, лучший ученик Чандракирти,
Видьякокила Младший, истинное дитя Победоносных:
Я направляю свои просьбы вам, трем проницательным ученым.

Дипамкара Атиша, в корне понявший Зависимое Возникновение
И Путь основоположников поддержавший,
Дромтонпа, объяснивший благородный Путь:
Я направляю мои просьбы вам, двум драгоценностям Джамбудвипы.

Та часть, которая начинается словами “Наш Учитель, Бхагаван, несравненный Спаситель...”, относится к линии Обширного Метода. Часть, начинающаяся словами “Шакьямуни, Поборник

Учения, не имеющего равных...” относится, напротив, к линии передачи Глубинного Постижения. Обе части содержат просьбы к нашему Учителю, который стоит в начале обеих линий. Одно место в тексте относится также к глубинной части, к его чудесному Всеведению. “Поборник Учения, не имеющего равных” - это преклонение перед Шакьямуни, относящееся к его учению о Зависимом Возникновении. Если кому-то потребовалась консультация с чиновником по особо важным делам, то ему нужно иметь хорошие отношения с тем, кто может послужить ходатаем. Итак, от образа главного Гуру перед вами исходит двойник, который является в том виде, в каком вы обычно видите Гуру. Этот двойник занимает место на вашей макушке. Представьте себе, что он призывает Будд и Бодхисаттв от вашего имени. Когда вы читаете последнюю строку стиха “Мой драгоценный коренной Гуру...сиддхи тела, речи и ума” в первый раз, двойник отправляется на макушку вашей головы и произносит просьбу к Полю Заслуг вместе с вами. Затем, когда вы повторяете строку, стекают очищающие потоки нектара, и очередной двойник Гуру растворяется в вас.

В подготовительных ритуалах, соответствующих варианту *‘Собственных слов Манджушри’* не начитывают обычно четвертую строку всего этого стиха дважды; в подготовительных ритуалах *‘Быстрого Пути’* и *‘Простейшего Пути’* следуют, напротив, этому обычаю.

Когда вы последнюю строку стиха “Мой драгоценный коренной Гуру...” рецитируете в первый раз, то представьте себе, что очищаете препятствия, которые мешают возникновению Обширного и Глубинного Путей в вашем сознании. Когда вы рецитируете первые строки стиха для линии передачи Обширного Метода, представляйте себе, что очищаете препятствия, которые стоят в вашем сознании на пути возникновения ступеней Обширного Метода; при исполнении стиха для линии передачи Глубинного Постижения представьте себе то же самое для глубинных частей Пути.

Когда вы эти строки декламируете второй раз, представьте себе, что двойник соответствующего Гуру растворяется в вас, и что вы реализуете Глубинный и Обширный Пути.

Потом переходите к Учителям линии передачи Ламрима, представляющим традицию Кадампа.

(Молитва к Учителям линии передачи учений Ламрим)
Гомбава, выдающийся, могущественный йогин,
Нёйцурпа, глубокая, однонаправленная концентрация,
Тагмапа, поддерживающий все ветви Виная:
Я направляю мои просьбы вам, три светоча Учения,
Освещающие эти отдаленные регионы.

Намкха Сенге, практиковавший столь добросовестно,
Намкха Гьялпо, получивший благословение святых,
Сенге Сангпо, отказавшийся от восьми мирских забот:
Я направляю мои просьбы Гьелсэ Сангпо.

Тот, кто исходя из Бодхичитты, во всех существах
видит собственных детей,
Кого бог богов (Ваджрапани) благословил и осенил заботой,
Кто был превосходнейшим руководителем для существ
Минувших времен:
Я направляю мои просьбы Намкха Гьялцену.

Обратите внимание, что эти Гуру находятся позади Учителей линии Обширного Метода. Может быть, вы теперь зададите вопрос: “Принадлежат ли они линии Обширного Метода?” Нет, они не принадлежат ей, хотя следуют этой линии.

(*Молитва к Учителям классической линии передачи*)
Геше Потова, представитель Победоносных,
Шарава, чья мудрость несравненна,

Чекава, носитель линии передачи Бодхичитты,
Я направляю мои просьбы вам троим,
исполняющим чаяния существ.

Чилбупа, Бодхисаттва, владыка передач и постижений,
Лхалунг Ванчук, великий ученый,
овладевший в совершенстве текстами,
Гонпо Римпоче, Защитник существ
во всех трех сферах:
Я направляю мои просьбы вам, трем великим старейшинам.

Цангченпа с безупречным нравственным поведением,
Цонава, поддерживавщий сотню тысяч разделов Виная,
Мондрапа, овладевший в совершенстве великим числом
метафизических учений:
Я направляю мои просьбы вам, трем великим Спасителям существ.

Владыка Обширной и Глубинной Дхармы,
Который всех счастливых существ защищал,
Чьи благородные труды распространяли Учение:
Я направляю мои просьбы прославленному Гуру.

Эта последняя строфа является молитвой, обращенной к Чокьяб Сангпо, настоятелю монастыря Драгор (см. Первый день). В Молитве к Учителям линии передачи говорится далее:

(*Молитва к Учителям линии передачи наставлений*)
Цультимбар, великий принц среди Мастеров,
Цхёну О, поклонявшийся своему Духовному Мастеру,
Гьергомпа, чей ум упражнялся в Пути Высшей Колесницы:
Я направляю мои просьбы вам, трем Бодхисаттвам.

Сангьебон, кладезь чудесных качеств,
Намкха Гьялпо, благословленный святыми,
Сенге Сангпо, отказавшийся от восьми мирских забот:
Я направляю мои просьбы Гьялсэ Сангпо.

Тот, кто исходя из Бодхичитты,
Всех существ как своих детей видел,
Кого бог богов (Ваджрапани) благословил и осенил заботой,
Кто был превосходнейшим руководителем для существ
Минувших времен:
Я направляю мои просьбы Намкха Гьялцену.

Линии передачи здесь, как кажется, оказались перемешанными, однако это обманчивая видимость. Речитативное исполнение соответствует следующему устному наставлению. После того как линия передачи Обширного Метода достигла Атиши, он объединил её с линией передачи Глубинного Постижения. Исходя из этого, Атиша вручил линию передачи Глубинного Постижения своему наиболее выдающемуся ученику Дромтонпе.

Три линии передачи Кадампа исполнялись отдельно. Гомбава - первый в кадампинской традиции Ламрим; эта линия передачи пришла к Намкха Гьялцену. Классическая традиция исходила от Потовы и перешла к Чокьябу Сангпо. Традиция наставлений шла от Чен Нгавы Цультимбара к Намкха Гьялцену. После этого три линии передачи объединились в одну единственную. Теперь начинается просьба к Дже Ринпоче, состоящая из измененной формы его мантры, чтобы получить совершенно особое благословение:

Авалокитешвара, великое сокровище любви, исполненной мудрости,
Манджушри, могущественное, безупречное Всеведение,
Цонкапа, главное украшение мудрецов Страны Снегов:
Я направляю мои просьбы Лосангу Драгпа.

В визуализации Поля Заслуг Манджушри окружен Учителями линии передачи Глубинного Постижения, Майтрейя - Учителями линии передачи Обширного Метода. Обе линии заканчиваются Атишей и Дромтонпой. Визуализируйте кадампинскую традицию Ламрим прямо перед обеими линиями передачи Обширного Метода и Глубинного Постижения. Эта группа состоит из Гомбавы, окруженного Нёйцурпой и т.д. Они образуют одну группу Учителей. Представители классической традиции - Геше Потова, окруженный другими девятью Гуру этой линии передачи - находятся либо слева, либо справа от Гуру традиции Ламрим.[38] Визуализируйте Чен Нгаву в окружении семи Гуру (Традиции Наставлений) по другую сторону группы, принадлежащей линии Ламрим.

Дже Ринпоче сидит перед этими тремя группами. Гуру новой традиции Кадампа сидят в рядах справа и слева от него.

(Молитва к Учителям линии передачи Гелугпа)
Джампел Гьятсо, великий принц среди Мастеров,
Кедруп Римпоче, солнце философов и Мастер,
Басодже, обладающий собранием тайных указаний:
Я направляю мои просьбы вам, трем несравненным Гуру.

Чокьи Дордже, достигший состояния Единства,
Гьялва Энсапа, реализовавший Трикайя,
Сангье Еше, обладающий передачами и постижениями -
Я направляю мои просьбы вам, трем великим ученым Мастерам.

Лосанг Чокьи Гьялцен, держащий победные стяги учений,
Кончог Гьялцен, его ближайший ученик,
Лосанг Еше, осветивший благородный Путь,
Я направляю мои просьбы вам, трем уважаемым Ламам.

Нгаванг Джампа, посланник учений Шакьямуни,
Лосанг Ньендраг, считающийся его ближайшим учеником,
Йонтен Та-Йе, обладающий неистощимыми благими качествами:
Я направляю мои просьбы вам, трем подлинным Гуру.

Тэнпа Рабгье, распространивший учения Лосанга Еше,
Лодрё Сангпо, действовавший для Освобождения всех существ,
Лосанг Гьяцо, искусный в правильном способе даяния учений:
Я направляю мои прсоьбы вам, трем несравненным Гуру.

К моему в высшей степени доброму коренному Гуру (Джинпа Гьяцо),
Уникальному, поддерживавщему учение, как и практику, равным образом,
Четырем видам учеников, благоприятствующих счастью,
Предоставившему передачи и постижения:
С выражением величайшего почтения телом, речью и умом

[38] Так как Атиша объединил линии передачи глубинных и обширных учений, то существуют две идентичные группы Учителей классической традиции. Одна находится перед Учителями Обширного Метода, а другая - перед Учителями Глубинного Постижения. Вследствие этого существуют также, смотря по обстоятельствам, две идентичные группы двух других Кадампа-традиций. На многих религиозных картинах имеется симметричный порядок: классическая линия передачи - в центре, линия передачи Благодатной практики (Тантры) совершенно исключается.

Я обращаюсь.

Тот, кто много учился,
Тот, кто расширил мандалу устной традиции
И с сокровенных упражнений обеих Ступеней снял покровы:
Я направляю мои просьбы Тензину Кедрупу.

Добрейший реинкарнированный Лама, чье тело
Все объекты Прибежища прошлого, настоящего и будущего
в себе объединяет,
Чья речь с красноречием Манджушри распространяла Дхарму,
Чей ум был океаном напосредственной мудрости,
Постигшей Три Высших Тренинга, а также причину и следствие:
Я направляю мои просьбы Лосангу Лхундрупу Гьяцо[39]

Вы стали очами, которыми охватываются все обширные учения,
Вы стали лучшими вратами, через которые
Способствующие счастью направляются к Освобождению,
Вы, действующие из любви
И применяющие эффективные средства:
Я направляю мои просьбы вам, Духовные Мастера,
Податели Света.

Эта молитва является сравнительно краткой; но каждая её строфа содержит важнейшие пункты биографий соответствующих Гуру. Тот, кто заучивает эти стихи наизусть, развивает сорадование и желание учиться. Произнося во второй раз последнюю строку каждой строфы, или декламируя другие строки, в которых упоминается соответствующая краткая биография, представляйте себе, что вы получаете благие качества, похожие на те, которые они получили от переданных и реализованных учений.

По обыкновению, в конце вставляют ещё следующую строфу: “Прославленный Лама, в твоей истории жизни...” В том случае, если вы не проводите никакой отдельной обзорной медитации над Ламримом, то вам нужно рецитировать *‘Основы всех благих качеств’* (Дже Ринпоче). Если кто-то проводит специальную обзорную медитацию, то эту молитву не нужно произносить. Затем нужно растворить Поле Заслуг. Это происходит следующим образом. Представьте себе, что от сердца Гуру Ваджрадары исходят лучи света, и другие образы излучают свет. Потом - подобно тому как исчезает запотелость на зеркале - постепенно растворяются нижние фигуры Поля Заслуг, четыре махараджи и так далее в верхних фигурах. Это происходит вплоть до божеств, которые находятся на четырех лепестках высшего лотоса. Эти четыре фигуры сплавляются затем с образом Ваджрадары, пребывающим в сердце Будды Шакьямуни. Гуру линии передачи Глубинного Постижения растворяются в Гуру Манджушри, Гуру Обширного Метода - в Гуру Майтрейе. Линия передачи Благодатной Практики (Тантра) растворяется в Гуру Ваджрадаре, а ваши личные Учителя, от которых вы получали наставления, растворяются в вашем коренном Гуру, который является здесь в своей обычной форме, в которой вы его, как правило, видите. Думайте, в то время как поддерживаете ясность визуализации: “Какое счастье было бы, если бы я мог на самом деле видеть этих Будд и Бодхисаттв.” Майтрейя и Манджушри растворяются затем в свете, который сливается с центральной фигурой. Также Ваджрадара, как Существо Мудрости, растворяется в центральной фигуре. Однако образ вашего коренного Учителя в его обычной форме не нужно растворять в свете - в случае если он ещё жив, это было бы плохим предзнаменованием. Независимо от того, жив он или нет, он соединяется с Ваджрадарой в сердце центральной фигуры, подобно тому как ячменное зерно прилипает к куску масла. Древо исполнения

[39] В сегодняшние дни в полной Молитве, обращенной к Ламам линии передачи, в этом месте находятся также ещё две дальнейшие строфы восхваления Пабонгка Ринпоче и Триджанга Ринпоче. (См. ‘*Ожерелье для счастливцев’*)

желаний, львиный трон и все остальное растворяются в лотосовом сиденьи центрального образа. Затем растворяется сам центральный образ в свете, который сливается с вашим Гуру на вашей макушке. Лотосовое сиденье, которым пользовался центральный образ, сплавляется затем с лотосовым троном на вашей макушке. Визуализируйте затем, что ваш коренной Гуру над вашей макушкой преобразуется в нашего Учителя Шакьямуни. Рассматривайте его как воплощение всех объектов Прибежища и сделайте ему подношение краткой Семичленной Молитвы и мандалы. Призывайте затем с мольбой вашего собственного Гуру. Эту молитву обращайте однонаправленно к одному лишь своему Гуру - так, как будто привязаны к вбитому в землю столбу и не можете сдвинуться с места. При этом не дайте появиться чувству, что, может быть, было бы лучше обращаться с молитвой к кому-то другому. Это было бы бессмысленно - обращаться ко многим.

Произносите эту молитву так, как будто вы обращаетесь к воплощению Трех Драгоценностей и всех объектов Прибежища. Следующие строфы происходят из *'Чудесной книги Гелугпы'* и содержат поэтому особое благословение.

Мой Гуру, владыка четырех Кайя,
Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, владыка беспрепятственной Дхармакайя,
Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, владыка блаженной Самбхогакайя,
Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, владыка многообразных Нирманакайя,
Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всех Гуру,
Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всех божеств,
Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всех Будд,
Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всей Дхармы,
Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всей Сангхи,
Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всех Даков,
Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всех Дхармапал,
Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всех объектов Прибежища,
Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.

Обратите при этом внимание: длина строк должна оставаться всё время неизменной. Не надо портить размерность тем, что вы, к примеру, говорите: "Мой уважаемый Гуру, который является владыкой беспрепятственной дхармакайя...". Во время упражнений по тренировке сознания, если вы упражняетесь в том, чтобы медитировать о равностности самого себя и других, то вы должны - так как Арья Авалокитешвара является высшим божеством сострадания - трансформировать стихи следующим образом: "Мой Гуру, владыка четырех Кайя,... Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Гуру Авалокитешвара." Обращайтесь одинаковым образом к Манджушри, когда вы медитируете о Правильном Видении.

Этим самым подгототовительные ритуалы завершены. Они относятся ко всем медитативным темам Ламрима, начиная с первой темы - Преданность Духовному Учителю - и вплоть до Безмятежности и Особого Постижения. Не растворяйте образ своего Гуру над вашей макушкой, он покоится во время всей медитации на этом месте. Если вы потеряли визуализацию, то должны заставить её появиться заново и сделать подношение мандалы.

Теперь следует главная часть медитативной сессии. Медитируйте над Ламримом по своему выбору в краткой или подробной версии: *'Простейший Путь', 'Быстрый Путь'* и т.д.

Вставляйте упражнения по тренировке ума. Затем произнесите Молитву, чтобы реализовать специальную часть Ламрима, над которой вы как раз медитируете. После этого текут потоки пяти видов нектара от тела Гуру. Представьте себе, как вы очищаетесь от всего, что чинит препятствия в отношении этой специальной части Ламрима. Посредством этих нектаров возникает соответствующая часть пути в вашем сознании. Подготовительные ритуалы заканчиваются словами "Я обращаюсь с мольбой к Тебе: Шакьямуни-Ваджрадара", и являются одинаковыми для всех следующих медитативных тем.

Раздел: "С безначального времени и вплоть до сегодняшнего дня я и все чувствующие существа, которые были когда-то моими матерями, перерождаемся в сансаре, в течение длительного времени переживаем много всевозможных страданий сансары..." происходит буквально из *'Простейшего Пути'*. При медитации над частью Ламрима для существ с высшими способностями нужно в этой молитве опустить слова "перерождаемся в сансаре, в течение долгого времени".

КАК ОФОРМИТЬ ОСНОВНУЮ ЧАСТЬ СЕССИИ (60)

В основной части сессии нужно медитировать. Техника, с помощью которой осваивают отдельную тему, обретают убежденность в ней, называется медитацией. Когда, например, возникают мысли, которые сигнализируют о недостаточности веры в нашего собственного Учителя, то мы направляем наше внимание на усиление этой веры. С помощью этой техники нам становятся ближе определенные мысли и мы учимся ими овладевать. Это - медитация.

Наше сознание полностью и совершенно подчинено омрачениям, таким образом, мы направляем наше внимание на нечто другое, чтобы пресечь это состояние.

Существуют два вида медитации - аналитическая и однонаправленная медитация. Аналитическая медитация означает, что мы много раз размышляем над цитатами, выводами, логическими доказательствами. Как это делается, можно объяснить совсем просто: по сути дела, мы постоянно проводим аналитические медитации, только они идут в неправильном направлении - становятся аналитическом медитацией над тремя ядами.

Рассмотрим, к примеру, ярость. Сперва вы не думаете о своем враге и нет никакой ярости. Она возникнет, только если вы себе напомните о нем, поразмышляете обо всём, что он вам сделал, о том, как несправедливо он вел себя по отношению к вам, и даже с каким выражением лица он смотрел на вас. Вы даже внешне изменитесь: ваше лицо покраснеет и выступит пот. Если бы в этот момент враг очутился перед вами, вы бы, без сомнения, его чем-нибудь облили! Тем самым вы провели аналитическую медитацию. С привязанностью и так далее мы поступаем похожим образом.

Когда мы участвуем в дебатах, то непроизвольно на первом плане стоит мысль о том, чтобы победить других. Если мы исследуем вид и способ, каким наш ум мыслит, то узнаем, что он здесь также упражняется в аналитической медитации, о которой я говорю. В определенном смысле мы уже великие медитирующие - правда, мы медитируем исключительно об умственных завесах и трех ядах сознания, и тем самым порождаем результат, совершенно не соответствующий целям великих йогинов: мы рискуем вступить в мир, где все холмы и долины объяты ярким пламенем. Вместо того, чтобы продолжать вредоносные аналитические медитации, мы должны применять аналитические медитации ради обнаружения того, что составляет драгоценное человеческое существование, и ради осознания того, почему такое перерождение так трудно обрести, насколько оно полезно и т.д.

Вы должны эти отдельные надзаголовки Ламрима знать абсолютно точно. В разделе, где речь идет о медитации над драгоценным человеческим существованием и трудностью его достижения, медитируют, например, о совершенно специфических темах. Тяжелые препятствия могут возникнуть, если привыкнуть к тому, чтобы проводить медитацию над ламримовскими темами эксцентричным образом, и во время сессии делать всякий раз то, что приходит на ум - всецело под девизом: "Это ведь, в конце концов, Дхарма, здесь невозможно ничего сделать неправильно." Действовать так - было бы всё равно что смешать в стакане соду с солью. Такого рода лжемедитация способствует возбуждению и сонливости; практика целой жизни благодаря этому будет сведена на нет. Если мы привыкли к чему-то такому, то, может быть, получаем

впечатление, что медитируем над определенной темой, однако, нам нужно остерегаться того, чтобы доверять этому впечатлению.

Избегайте таких вещей! Возьмем медитацию о смерти и непостоянстве: здесь достаточно медитировать над цитатами, выводами, логическими аргументами и примерами, которые приводятся во взаимосвязи с этой темой. Вы можете также ещё вставить что-то - например, созерцание кого-то из вашей деревни, умершего сегодня. Устное наставление вашего собственного Гуру служит вам при этом базисом; однако вы можете вставить ещё что-то другое, например, мысли из отдельного листа, который вы нашли в ящике у дороги. Когда вы освещаете тему со многих различных сторон, то легко развиваете реализации - точно так же, как прежде у вас быстро развивалось чувство неприязни, враждебности после разностороннего освещения соответствующего предмета.

Ваши медитации являются лишь до тех пор аналитическими, пока вы не достигли Спокойного Пребывания (Безмятежности). С помощью Безмятежности вы сможете проводить однонаправленную медитацию, причем вы равняете свой ум на один объект. Некоторые утверждают, будто однонаправленная медитация предназначена лишь для нищих монахов, в то время как аналитическая медитация подходит для ученых. Далее, они говорят, аналитическая медитация вредна для однонаправленной медитации и т.д. Это - бессмыслица.

Третья часть

Основы пути

Седьмой день

Кьябдже Пабонгка Риннпоче начал со стихов великого Бодхисаттвы Шантидевы:

Ты можешь избегнуть великой реки страдания,
Воспользовавшись лодкой человеческого перерождения.
Только трудно бывает такую лодку снова получить:
О, слепцы, не спите на этот раз!

Вы достигли совершенного вида перерождения, а именно, человеческого. Это перерождение подобно лодке, на которой можно выплыть из великого океана сансары к Освобождению. Тот сорт счастья, которое заканчивается со смертью, не стоит того, чтобы его добиваться. Если вы теперь не добьетесь того, что дает вам надежду на вечность (вечное счастье) - то есть на все

будущие существования, - то вам будет трудно обрести вторично такой вид существования - другую лодку, на которой можно спастись из великого океана страдания. Исходя из этого, вам нужно сейчас делать так, чтобы ваши надежды на вечность исполнились. Однако для этого вы должны знать, как нужно это делать. Породите правильную мотивацию, думая: “Ради блага всех чувствующих существ, моих прежних матерей, я хочу достигнуть совершенного состояния Будды. С этой целью я слушаю теперь глубокообоснованные учения о трех Этапах Ламрима и практикую их правильным образом.”

Мы говорили до сих пор о разделах...

После того как он объяснил уже рассмотренные разделы, Пабонгка Ринпоче продолжил:

Четвертый основной раздел “Последовательность, в которой следует давать ученикам подлинные наставления”, имеет два подраздела: 1) Основа Пути: преданность Духовному Наставнику и 2) правильный ступенчатый путь, которым вы должны идти после вверения себя Мастеру.

Учебный материал подготовительных упражнений можно не повторять много раз, в отношении основной части, однако, это следует делать - и это начинается с раздела, который охватывает преданность Духовному Мастеру. Сюда относится краткий обзор (в начале сессии следующего дня). Этой традиции я здесь следую.

Вы сами знаете, что столяр, скульптор и тому подобные мастера сначала должны идти в ученики к мастеру, прежде чем им разрешается работать самостоятельно. Поэтому мне не нужно вам, собственно, специально объяснять, что вам надлежит вериться Духовному Мастеру. Вверение Учителю является неизбежным при обучении правильному познанию Пути, который дает вам то, о чем вы уже всё время мечтаете: состояние Будды. Некоторые люди думают, что могут понять Путь, читая книги, и будто поэтому не нуждаются ни в каком Гуру. Однако чтения недостаточно - вы должны вериться квалифицированному Гуру. Представьте себе, вы хотите поехать в Индию. Для этого вы в любом случае нуждаетесь в проводнике, и отнюдь далеко не каждый мог бы справиться с этой задачей - вы должны довериться тому, кто уже один раз там побывал. Сходным образом Духовный Мастер должен быть тем, кто способен вести вас по Пути к состоянию Будды. Если вы положитесь просто на кого-нибудь, скажем, на плохих друзей, то вас будут неправильно наставлять на Пути, и вы собьетесь с Пути. Поэтому очень важно с самого начала вериться Духовному Мастеру. Думайте также над словами Дже Ринпоче, который назвал Духовного Мастера Основой Пути.

Объяснение вида и способа, которым нужно вериться Духовному Мастеру, начинается с трех надзаголовков: 1) преимущества, проистекающие из вверения себя Духовному Мастеру;

2) недостатки, проистекающие из того, что не вверяешься никакому Духовному Мастеру или ошибки, допускаемые при развитии преданности; 3) как упражняться мысленно в преданности Гуру; 4) как проявлять преданность Гуру посредством своих действий.

ПРЕИМУЩЕСТВА, ПРОИСТЕКАЮЩИЕ ИЗ ВВЕРЕНИЯ СЕБЯ ДУХОВНОМУ МАСТЕРУ (61)

Только если вы размышляете о преимуществах, которые проистекают из вверения себя Духовному Мастеру, и о недостатках, которые проистекают, если вы этого не делаете, то тогда вы на самом деле с радостью посвятите себя этому упражнению.

Преимущества преданности Духовному Мастеру объясняются в *‘Быстром Пути’*, и согласно устной традиции наших Гуру, эта тема излагается в восьми подчиненных надзаголовках.

ВЫ ПРИБЛИЖАЕТЕСЬ К СОСТОЯНИЮ БУДДЫ (62)

Согласно устной традиции моего собственного Гуру Дагпо Ринпоче, мы подразделяем этот подзаголовок на два: 1) вы приближаетесь к состоянию Будды, выполняя указания Гуру; 2) вы приближаетесь также к состоянию Будды тем, что делаете подношения Гуру и служите ему.

ВЫ ПРИБЛИЖАЕТЕСЬ К СОСТОЯНИЮ БУДДЫ, ВЫПОЛНЯЯ УКАЗАНИЯ ГУРУ (63)

Говоря в самом общем смысле, преимущество преданности Духовному Мастеру состоит в том, что благодаря преданности можно приблизиться к состоянию Будды. Хотя, нормальным способом, на других Путях и их этапах нужны бесчисленные эоны, чтобы достигнуть состояния Будды, всё же некоторые люди достигают этого состояния всего за одну жизнь, потому что они вверяются Духовному Мастеру. С помощью высшей Тантры можно этого состояния достигнуть очевидным образом быстро, и преданность Гуру - это настоящая жизненная артерия тантрического Пути. Это заставляет понять, например, биография Миларепы.

Я мог бы в этом месте процитировать строфу: “Через его доброту достигается состояние Великого Блаженства...”, или “через его сострадание достигается сфера Великого Блаженства...” Это означает, что если мы правильно вверимся Гуру, он предоставит нам силой своей доброты и сострадания состояние Дхармакайя, сферу Великого Блаженства, за одну короткую жизнь - она в эти времена упадка длится лишь одно мгновение. Человеческая жизнь продолжается только один миг, если мы сравним её с продолжительностью жизни существ под нами, в адах, и существ над нами, в божественных сферах.

Чтобы изложить подробнее это положение, Кьябдже Пабонгка Ринпоче рассказал Историю о путешествии Асанги в Тушита.[40]

Человеческая жизнь длится только одно мгновение, если сравнить её с временем, которое мы проводим в сансаре.

Если вы не вверились правильным образом Гуру, то не сможете обрести никаких постижений на этапах Пути - всё равно, какие бы упражнения вы ни выполняли, даже если они относятся к высшим тантрам. Но если вы вверили себя ему правильным образом, то скоро достигнете состояния Единства, хотя при нормальном ходе вещей требуются многие эоны, чтобы достигнуть этого. В Ламриме *‘Эссенция нектара’* говорится:

> Трудно достигнуть Единства,
> Даже если кто-то прилагает в течение бесконечных эонов
> Океан стократных усилий. Говорится, однако,
> Силою Гуру смог бы он этого без усилий достигнуть
> В продолжение короткой жизни сего времени упадка.

Даже в традиции Сутры продвигаются быстро на Пути, если обладать особенно сильной преданностью Гуру.

Пабонгка Риупоче рассказал вслед за этим историю из жизни Бодхисаттвы Садапрарудита.

Допустим, что мы повстречали Будду. Мы, наверное, подумали бы: “Этот Будда выше моего Гуру”, что является совершенно естественной реакцией. Садапрарудита, напротив, видел неисчислимое множество Будд и был этим не удовлетворен, а искал своего Гуру. Если мы не встретились ни с каким Гуру, с которым кармически связаны, то мы упустили то, что является самой большой пользой. Если бы мы в этой жизни делали подношения и тем самым побудили Индру подарить нам исполняющий желания драгоценный камень *чинтамани*, то были бы, верно, довольны. Садапрарудита, однако, отрезал мясо от своего собственного тела и разбрызгал свою кровь, чтобы послужить своему Гуру Дхармодгате. Этим он придал своим двум Накоплениям огромнейшую силу. Ещё до встречи с Гуру Дхармодгатой Садапрарудита достиг уже однонаправленной медитации, которая называется “беспрерывная (постоянная) Дхарма”, когда ему являлись видения многих Будд. Он находился тогда на великой ступени

[40] Атиша провел лишь одно единственное утро в Тушита и получил там наставления от Майтрейи. Но когда он вернулся на землю, то установил, что прошло 50 лет.

махаянского Пути Накопления. Когда он встретил Дхармодгату, и тот обучил его Дхарме, то Садапрарудита овладел мастерством восьмой ступени (*бхуми*) Бодхисаттвы, впервые достигнув Ступени Терпения в Дхарме (на Пути Подготовки). Он достиг этого так быстро, потому что его преданность своему Духовному Мастеру была столь уникальной. Говорится, другие Бодхисаттвы должны были, в продолжение неисчислимых эонов находясь на первых семи нечистых ступенях (*бхуми*), развивать свои Накопления.

Вверили вы себя правильным образом Гуру или нет, является решающим для того, быстро вы достигнете состояния Будды или нет. Вы приблизитесь к состоянию Будды, если положитесь на Гуру, то есть, станете претворять его указания в практику. И вы быстрее достигнете состояния Будды, если опираетесь на того, кто может учить всему Пути, а не на того, кто преподает лишь Путь для существ с низшими способностями. Это означает, если ученик, являющийся подходящим сосудом (т.е. может вынести жесткую практику), повстречает Гуру, который может учить всему Пути, то все трудности исчезнут - совсем просто и полностью. Падампа Сангье сказал:

Вы достигнете любого места, которого хотите достигнуть,
Когда Гуру туда вас несет -
Вы, люди Дингри, оказывайте ему поэтому
Уважение и почитание как награду за путешествие.

Нагарджуна сказал:

Если кто-то с вершины царя гор падает вниз,
То он падает - даже если до этого думал:
“Я не хочу упасть”.
Если вы из-за доброты вашего Гуру
Полезные учения получаете,
То будете в любом случае освобождены,
Даже если думаете: “Я не хочу достигать Освобождения”.

Это означает, если некто с высокой горной вершины низвергнут, то он не избежит падения, даже если думает: “Я могу повернуть обратно.” В качестве параллели этому, вы будете освобождены из сансары, если серьезно практикуете преданность вашему Гуру, даже если вынуждены думать: “Я не достигну Освобождения”. Не полагаясь, напротив, на Гуру, невозможно сделать никогда ни малейшего шага продвижения по этапам и Путям.

ВЫ ПРИБЛИЖАЕТЕСЬ ТАКЖЕ К СОСТОЯНИЮ БУДДЫ ТЕМ, ЧТО ДЕЛАЕТЕ ПОДНОШЕНИЯ И СЛУЖИТЕ ЕМУ (64)

Нужно обрести безмерно большие накопления мудрости и заслуг, чтобы достигнуть состояния Будды, и лучшей возможностью и способом сделать это без усилий является совершение подношений Гуру. По этому поводу говорится:

Одной единственной поре Гуру делая подношения,
Создадите заслуг больше, чем если бы Буддам
Десяти направлений и Бодхисаттвам сделали пожертвования.
Поэтому следует своему Мастеру что-то подносить в дар.
Будды и Бодхисаттвы так же смотрели на это.

Другими словами: как говорится во многих тантрах и комментариях, полезнее сделать подношение одной единственной поре Гуру, чем всем Буддам и Бодхисаттвам в десяти направлениях. Сакья Пандита сказал:

Потенциал заслуг, творимый тем,
Кто упражняется в Шести Парамитах

И при этом в течение тысяч эонов совершает подношение
Телом и частями тела,
Достигается в одно единственное мгновение
Преданностью Гуру.
Как не радоваться, если существует возможность
Это практиковать?

Другими словами: мы могли бы обрести необъятные заслуги, если бы делали подношения нашим телом, нашими руками и ногами в течение тысяч эонов; однако мы можем обрести то же самое за один единственный миг, если берем на себя небольшой труд порадовать нашего Гуру. Мы приближаемся к состоянию Будды, так как это так просто - быстро собрать массу заслуг.

Позитивное воздействие сильнее, если мы сделаем даяние человеку, чем если сделать даяние животному; ещё сильнее результаты, если мы сделаем пожертвование Шравакам, и ещё сильнее, если мы что-то даем Пратьекабуддам; подношение даяния Буддам и Бодхисаттвам является ещё более результативным деянием; но Гуру - это самый могущественный объект для собственного даяния. Геше Толунгпа сказал однажды:

Я сотворю больше заслуг,
Если собаку моего гуру Лопа накормлю,
Нежели Сангхе (монастыря) Толунг сделаю подношение.

Говорят, этот геше собирал остатки масла, которые после еды оставались в его чашке, и давал их собаке Лопы.

В одной тантре говорится: “Лучше одной поре Гуру делать подношения, чем всем Буддам трех времен.” Выражение “одной поре Гуру” относится здесь к лошади, сторожевой собаке, слугам Гуру и так далее, а не к порам его обычного тела.

ЭТО РАДУЕТ БУДД (65)

Существует два вида размышлений над этим разделом.

БУДДЫ ДЕСЯТИ НАПРАВЛЕНИЙ ОХОТНО ЖЕЛАЮТ НАСТАВЛЯТЬ ВАС В ДХАРМЕ, НО ВЫ НЕ ИМЕЕТЕ СЧАСТЬЯ ВИДЕТЬ ВЫСШУЮ НИРМАНАКАЙЯ - НЕ ГОВОРЯ УЖЕ О САМБХОГАКАЙЯ - ТАК КАК ОНИ ЯВЛЯЮТСЯ ОБЫЧНЫМ СУЩЕСТВАМ, ТОЛЬКО ЕСЛИ ИХ КАРМА ЯВЛЯЕТСЯ ЧИСТОЙ (66)

Будда обнаружил для для нас свое тело в форме высшей Нирмакайя, однако мы не имели счастья иметь возможность получать учения Дхармы прямо от него. Поэтому мы нуждаемся в просветленном Теле, соответствующем нашему уровню, которое учит нас Дхарме в подходящей форме. Так манифестируются Победоносные десяти направлений во имя нашего блага в качестве Гуру - подобно современному комитету, который выбирает главного докладчика. Если мы вверяем себя Гуру правильным образом, Будды знают это и радуются. Это говорится в Ламриме *‘Эссенция нектара’*:

Если вы правильным образом
Вверили себя своему Духовному Мастеру,
То будете скоро освобождены из круговерти бытия.
Подобно матери, которая видит, что её дитя получило помощь,
Радуются все Будды от самого сердца.

Другими словами: Будды любят нас, как мать любит своего единственного ребенка. Будды знают о нашем решении и радуются, если мы правильным образом вверяемся Гуру - потому

что это корень всякого счастья и всего здоровья, а также единственное средство, посредством которого мы можем освободиться от страданий сансары и низших сфер.

ЕСЛИ МЫ НЕ ВВЕРЯЕМСЯ НАШЕМУ ГУРУ ПРАВИЛЬНЫМ ОБРАЗОМ, ТО НЕ ДОСТАВИМ БУДДАМ НИКАКОЙ РАДОСТИ, КАК БЫ МНОГО ПОДНОШЕНИЙ МЫ НИ ДЕЛАЛИ ИМ (67)

В *'Собственных словах Манджушри'* Пятый Далай-лама процитировал следующие строки, в которых описывается, что происходит, когда вы вверяетесь правильным образом:

Я буду жить в телах людей,
Которые обладают этими способностями.
Если столь высокоразвитыые существа
Принимают ваше даяние и радуются этому,
То ваш ум освободится от кармических завес.

Другими словами: Вы могли, правда, не призывать Победоносных, но они, тем не менее, заняли места в теле вашего Гуру. Когда он радуется вашему подношению, то они делают то же самое. В том случае, если бы вы сделали подношение лишь Буддам и Бодхисаттвам, то из этого проистекла бы лишь та польза, которая получается в результате подношения. Напротив, подношение Гуру имеет двоякого рода пользу - пользу от собственно подношения и пользу от принесения радости Буддам.

ВАМ НЕ ГРОЗЯТ ПОМЕХИ СО СТОРОНЫ ЗЛЫХ ДУХОВ ИЛИ ПЛОХИХ ДРУЗЕЙ (68)
В одной сутре говорится, что посредством правильной преданности Гуру заслуги значительно умножаются. Поэтому такого человека больше не достанут демоны или плохие друзья. В э *Сутре великого зрелищаэ* говорится:

Исполняются желания богатых заслугами.
Они побеждают демонов
И достигают быстро Просветления.

Говорится также: "Божества и демоны не могут тем, у кого есть заслуги, учинить никаких препятствий на Пути".

МЫ НЕИЗБЕЖНО ОТКАЖЕМСЯ ОТ НАШИХ УМСТВЕННЫХ ОМРАЧЕНИЙ И ЗЛОДЕЯНИЙ (69)

Если мы вверяемся Духовному Мастеру, то учимся тому, как нужно изменять наше поведение, и на самом деле у нас будет установка на это - совсем так, как мы в настоящее время беспрекословно прекращаем вести себя неправильно, когда живем поблизости от своего Духовного Мастера или в доме нашего Учителя. В *'Сутре разбросанных палок'* говорится в связи с этим:

Бодхисаттвы, находящиеся под покровительством образцового
Духовного Мастера, делают лишь изредка вещи, свойственные
Людям, побуждаемым кармой и умственными омрачениями.

В Ламриме *'Эссенция нектара'* говорится: "Как только вы с полным поклонением вверите себя Гуру, то непроизвольно откажетесь от всех умственных омрачений и неправильных форм поведения..."

ВАШИ ПОСТИЖЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ НА ЭТАПАХ ПУТИ ВОЗРАСТАЮТ (70)

Дромтонпа и Амэ Джанчуб Ринпоче служили покорно Атише (один в качестве личного слуги и сопровождающего, другой - в качестве повара). Что касается их медитативного сосредоточения и реализаций, то они имели более глубокие постижения, чем Махайоги, который практиковал только медитацию; они были и на этапах Пути более продвинутыми, чем он. Посредством своей способности ясновидения Атиша узнал об этом положении вещей и сказал Дрому: “Ты имеешь прогресс на Пути благодаря тому, что просто служишь своему Гуру, седовласому монаху.”

Некоторые люди думают, что только знаменитые настоятели и люди, дающие Учение с высокого трона, являются Гуру - например, ваджрный Мастер, который предоставляет посвящения. Однако это не соответствует фактам. Вы должны также Учителя, который научил вас читать, и того, с которым вы делите комнату, почитать правильным образом.

Когда Атиша заболел, Дром не видел в его экскрементах ничего нечистого, а выносил их голыми руками. Благодаря этому он неожиданно приобрел способность ясновидения, благодаря которой он смог читать даже тончайшие чувства термитов, которые жили так далеко, что коршуну нужно было лететь туда 18 дней. И ныне он тоже широко известен и почитаем как отец-основоположник учений Кадампа. Также благие дела самого великого Атиши произошли из силы его правильной преданности Гуру.

Вера в Гуру решает то, будет деятельность Мастера иметь далеко простирающиеся последствия или нет. Цхёну О, который пришел из Джаюла, вверил себя Геше Чен Нгаве и служил ему правильным образом. Как-то раз он выносил мусор. Выйдя наружу и сделав лишь три шага, он достиг самадхи “Поток Дхармы”.

Когда Сакья Пандита однажды попросил своего дядю, досточтимого Драгпа Гьялцена, сочинить книгу о Гуру-Йоге, Драгпа сказал сначала: “Ты смотришь на меня лишь как на дядю, а не как на Гуру”, и не стал писать книгу. Когда Драгпа позже заболел и Сакья Пандита ухаживал за ним, Гуру написал, наконец, трактат о Гуру-йоге. С тех пор Сакья Пандита смотрел на него как на Будду, а не только как на своего дядю, и стал ученым в пяти науках.

Тэнпа Рабгье, ставший впоследствии одним из держателей трона Ганден, проявлял всякий раз, когда его Учитель бывал болен, такую заботу о нем, что едва сам от этого не умирал. Тэнпа реализовал правильное видение, потому что столь образцово заботился о своем Наставнике.

Пурхог Нгаванг Джампа как-то принес огромный мешок сухого коровьего кизяка (который служит топливом на кухне) к дому Друбканга Гелега Гьяцо. Пурхог принял на себя большой труд, и Друбканг Гелег Гьяцо дал ему одну древнюю капалу (чаша из черепа), которая была наполнена благословленным “внутренним подношением”. Пурхог выпил из капалы, и его ум получил благословение; в качестве результата он развил глубокое Отречение и полностью преодолел сансару.

Таким образом, вы видите, что ваши видения и постижения на Пути могут быть многократно увеличены, если вы опираетесь на Гуру. В Ламриме *‘ Эссенция нектара’* говорится:

Постижения и реализации
Ступеней Пути
Развиваются в качестве результата и увеличиваются.

ВО ВСЕХ БУДУЩИХ ПЕРЕРОЖДЕНИЯХ У ВАС НЕ БУДЕТ НЕДОСТАТКА В ОБРАЗЦОВЫХ ДУХОВНЫХ МАСТЕРАХ (71)

Геше Потова сказал в *‘Синей книге чистых изречений’*:

Многие не проверяют своих связей в Дхарме.
Ревизуй их и почитай Гуру,
Который о тебе заботится.
Это заложено в природе вещей -
Что тогда в будущем тоже
Ты не будешь иметь недостатка Дхармы,
Ибо карма не прекратится.

Если мы правильным образом вверим себя Духовному Мастеру, то это поведение приведет к соответствующему результату: вы должны будете во всех своих будущих жизнях жить не без добродетельного духовного Мастера. Если вы вашего теперешнего Духовного Мастера, который является обычным, средним существом, считаете действительным Буддой и вверяетесь ему правильным образом, то позже встретитесь с такими Гуру, как Майтрейя и Манджушри, и услышите их учения. Поэтому также в Ламриме *'Эссенция нектара'* говорится:

> Почитая в этой жизни своего Гуру правильным образом,
> Вы встретите благодаря этому превосходных Духовных Мастеров
> В будущей жизни и
> Получите всю безупречную Дхарму от них -
> Потому что здесь согласуются результаты с причинами.

ВЫ НЕ УПАДЕТЕ В НИЗШИЕ СФЕРЫ (72)

Тот, кто правильным образом вверяет себя Духовному Мастеру, тот истощит ввергающую карму, которая в противном случае привела бы его в низшие сферы. Это происходит даже тогда, когда Мастер ругает ученика. Пример: всякий раз, когда Геше Лхацова посещал Геше Толунгпа, Лхацова получал лишь головомойку. Когда Ньягмо, один из учеников Лхацовы, высказал недовольство по этому поводу, Лхацова возразил ему: "Не сокрушайся. Всякий раз, когда он это делает, это равнозначно получению мною благословения от Херуки." Дрогон Цангпа Гьярэ сказал:

> Когда тебе наносит побои (Гуру), это равнозначно посвящению:
> Если ты воспринимаешь это как благословение, то будешь благословлен.
> Жесткий выговор - это как гневная мантра,
> Устраняющая все препятствия.

Иначе выражаясь: Вы таким образом расходуете карму, которая иначе привела бы к перерождению в низших сферах. В *'Кшитагарбха-сутре'* говорится:

> Тем, что вы это делаете, очищается ваша карма, по причине которой вы должны были бы исключительно в низших сферах скитаться неисчислимые миллионы эонов. Карма созревает в этой жизни в форме ситуаций, которые вредят телу и уму - эпидемии, голод и т.п. Карма очищается даже через ругательства и дурные сны. И вы сможете однажды утром преодолеть карму, даря свои заслуги безмерному количеству Будд или тем, что соблюдаете свои обеты.

Размышляйте над такими цитатами.

ВЫ ЛЕГКО БУДЕТЕ ДОСТИГАТЬ ВСЕХ КРАТКОСРОЧНЫХ И ДОЛГОВРЕМЕНЫХ ЦЕЛЕЙ (73)

Короче говоря, правильное вверение себя Гуру - это корень всех мирских и надмирских благих качеств. В них можно усматривать также залог спасения от пропасти низших сфер. Всё, что вам нужно для достижения состояния Будды, возникает без большого напряга с вашей стороны - если вы полагаетесь на Духовного Мастера. Дже Ринпоче говорил: "О, добрый и досточтимый Лама, ты основа всех благих качеств..." И в Ламриме *'Эссенция нектара'* говорится:

> Кратко: если вы вверились Духовному Мастеру,
> То освободитесь от неблагоприятных состояний
> И достигнете хороших перерождений
> В качестве богов и людей.
> Наконец, уничтожится всё страдание сансары

И вы достигнете высшего, превосходного состояния.

Атиша сказал, что он полагался на сто пятьдесят двух Гуру, но ни разу не нарушил умственный покой ни одного из них. Вследствие своей превосходной преданности Духовным Мастерам результаты его деяний в Индии и Тибете были обширными, как пространство.

НЕДОСТАТКИ, КОТОРЫЕ ПРОИСТЕКАЮТ ИЗ НЕВВЕРЕНИЯ СЕБЯ ДУХОВНОМУ МАСТЕРУ ИЛИ ИЗ НЕПРАВИЛЬНОГО ВВЕРЕНИЯ (74)

Недостатки, или потери, которые получаются из отсутствия веры в Духовного Мастера, являются противоположностью восьми преимуществ преданности: вы не приближаетесь к состоянию Будды и т.д.

Восемь потерь имеют место, если преданность является недостаточной. Если кто-то однажды установил с Мастером отношение преданности Гуру, то отступления от этого имеют силу тяжелых прегрешений. Поэтому следует только тогда получать учения Дхармы, когда точно исследовано, является ли учение или Мастер, дающий это учение, надежным или нет.

КОГДА ВЫ НЕУМЫШЛЕННО УМАЛЯЕТЕ СВОЕГО ГУРУ, ТО ОСКОРБЛЯЕТЕ ВСЕХ ПОБЕДОНОСНЫХ (75)

Гуру является телесным воплощением всех Будд и пришел, чтобы вас укротить, в определенном смысле он - их посланец. Поэтому если вы по неведению умаляете его, то тем самым критикуете всех Будд. Нужно быть уж очень бдительными, чтобы не унизить одного единственного Будду, - поэтому представьте себе, насколько осторожны должны вы быть, чтобы не оскорбить всех Будд! “Гуру” мы называем здесь того, кто хотел бы наставлять в Дхарме, а “учеником” - того, кто хотел бы слушать - даже если речь идет только об одной единственной строфе учений.

Мы принимаем всерьез заповеди преданности Гуру, если речь идет о наших более знаментых Гуру, а в отношении Гуру, который научил нас алфавиту, мы ведем себя, напротив, явно небрежно. Это неправильно: Дже Друбканг Гелег Гьяцо не мог развить никаких реализаций до тех пор, пока видел учителя, обучавшего его алфавиту, - одного монаха, который снял монашеские одежды, - как нечистого. В Ламриме *‘Эссенция нектара’* говорится:

Все Будды совершают свои благие деяния
С помощью Духовных Мастеров.
Они являются тебе в качестве твоего личного Гуру.
Это означает, если ты его не уважаешь,
То недостаточно почитаешь и всех Будд,
Результат поэтому - крайне тяжелый...

В комментарии к *‘Калаямари-тантре’* говорится:

Если кто-то после того как всего лишь одну строфу Учения услышав,
Персону, передавшую эту строфу, не почитает как Ламу,
Тот будет сотню раз перерождаться собакой,
А после этого - в самом глубоком аду.

И в *‘Пятидесяти строфах почитания Учителя’* Ашвахгоши:

Если вы умаляете своего Гуру,
После того как усматривали в нем Защитника
И были его учеником,
То вы унижаете всех Будд.
Это ведет к беспрерывному страданию.

ЕСЛИ ВЫ ГНЕВАЕТЕСЬ НА СВОЕГО ГУРУ, ТО РАЗРУШАЕТЕ СВОИ ЗАСЛУГИ И ЧИСЛО ЭОНОВ, КОТОРЫЕ ВСЛЕДСТВИЕ ЭТОГО ПРОВЕДЕТЕ В АДАХ, РАВНЯЕТСЯ ЧИСЛУ МОМЕНТОВ ВАШЕГО ГНЕВА (76)

Если вы будете сердиться на своего Гуру, то разрушите заслуги, которые соответствуют продолжительности вашего гнева - с первого до последнего мгновения. Число мгновений является числу эонов, которые вы должны будете провести в адах. В *'Калачакра-тантре'* говорится:

Считайте мгновения, в течение которых вы гневались на Гуру.
Вы разрушаете заслуги, которые в течение прошедших эонов накапливали;
В течение точно такого числа эонов
Вы должны испытать сильное страдание в аду или другом месте.

Допустим, однажды вы были сердиты в продолжение щелчка пальцев (один щелчок пальцев длится 65 мгновений). Этим самым вы бы разрушили заслуги, которые накопили во время 65 великих кальп, и должны будете этот же период времени терпеливо выжидать в "Аду Мучений Без Перерыва". Если вы, таким образом, по отношению к своему Гуру вели себя предосудительно, умаляли его, гневались на него или вызывали его неудовольствие, то вы должны эти негативные действия исправить в его присутствии, пока он ещё жив. Если это для вас является невозможным, то вы должны покаяться в месте, где хранятся его реликвии.

ХОТЬ ВЫ И ОПИРАЕТЕСЬ НА ТАНТРУ, ВЫ НЕ ДОСТИГНЕТЕ ВЫСШЕГО СОСТОЯНИЯ (77)

В *'Коренной тантре Гухьясамаджи'* говорится:

Даже если чувствующее существо
Совершило тяжелейшие преступления -
Вроде пяти особо тяжких проступков,
Оно может иметь успех на Пути Высшей Колесницы,
В великом океане Ваджраяны.
Но усилия того, кто от глубины сердца презирает своего Мастера,
Как бы старательно он ни практиковал,
Увы, никогда не принесут плодов.

Всё равно, как бы много негативного ты на себя ни вызвал - даже если совершил пять особо тяжких проступков, - ты скоро достигнешь высшей цели, отправившись, например, по Пути Гухьясамаджа-тантры. Но если ты сильно пренебрегаешь твоим Мастером, то, как говорят, высшей цели всё равно не достигнешь, как бы много ни практиковал.

ХОТЯ ВЫ СТРЕМИТЕСЬ К БЛАГИМ РЕЗУЛЬТАТАМ ТАНТРЫ, ВЫ ДОСТИГНЕТЕ СВОЕЙ ПРАКТИКОЙ ЛИШЬ АДОВ И ТОМУ ПОДОБНОГО (78)

Тот, кто не соблюдал должным образом тантрических обязательств по отношению к Мастеру, мог, правда, выполнять тантрическую практику, но благодаря этой практике он достигнет лишь адов. В *'Украшении Ваджрахридая-тантры'* говорится:

Даже если быть лучшим практиком каждой тантры,
Даже если отказаться от общества других людей и, пожертвовав сном,
Упражняться правильным способом в течение тысячи эонов,
То достигнуты будут лишь ады и тому подобное,
Если своим совершенным Мастером пренебрегать.

ВЫ НЕ ПОРОДИТЕ НИКАКИХ НОВЫХ БЛАГИХ КАЧЕСТВ, КОТОРЫХ ЕЩЁ НЕ БЫЛО ПРЕЖДЕ, А ТЕ, КОТОРЫМИ ВЫ ОБЛАДАЛИ, ИСЧЕЗНУТ (79)

Если вы неумышленно критикуете своего Гуру, то это станет препятствием для того, чтобы обрести в этой жизни новые реализации, а те, которыми вы уже обладаете, исчезнут. Ачарья Кришначарья был не очень добросовестен при выполнении указаний своего Гуру Джаландхарапы и не смог поэтому достигнуть высшей цели в этой жизни. Речунгпа трижды не послушался Миларепу и не достиг высшей цели; говорят, ему понадобились три жизни, чтобы достигнуть её.

Один Ачарья из низкой касты имел однажды ученика, принадлежавшего к одной из высших каст. Ученик мог летать. Один раз он пролетал над своим Гуру и подумал: "Никогда мой Гуру не сможет этого." В этот же миг он утратил свою способность и упал вниз. Пандита Наропа забыл приказ своего Гуру и вступил в дебат с некоторыми тиртиками. Поэтому он не достиг высшей цели в этой своей жизни, а должен был ждать до состояния бардо. Манджушри предсказал, что два определенных послушника из Хотана достигнут высшей цели в этой жизни. Однако оба развили неправильное мнение о Дхармарадже Сонгцен Гампо. По причине их сомнения в нем они не достигли высших сиддхи (состояния Будды), когда вернулись на свою родину, а обрели лишь сиддхи, позволявшие наполнять мешки золотом. Если вы питаете, таким образом, ложные взгляды в отношении своего Гуру, то замедляете развитие своих постижений и реализаций и, кроме того, великие сиддхи, которых вы смогли достичь, ослабляются.

Когда пребываешь в обществе плохих друзей, то и собственные постижения и реализации становятся замутненными. Будьте внимательны, чтобы этого с вами не случилось! Ныне многие люди привязаны лишь к этой жизни; они ценят эту жизнь слишком высоко. Даже люди, которых вы любите и о которых думаете, что они вам помогли, являются, по сути, плохими друзьями. "Плохие друзья" не ходят вокруг вас непременно в грубой мешковине и не имеют никаких рогов на голове; "плохими друзьями" мы называем также тех, кто из заботы о вашем благополучии склоняет вас к тому, чтобы делать что-то неблаготворное, или удерживает от того, чтобы действовать благотворно. Не слушайте таких людей, всё равно, кем бы они ни были! Считайте их настолько опасными, как если бы это были сумасшедшие слоны или орды дикарей и избегайте их. Всё еще существуют те, у кого немного потребностей и кто довольствуется наличным. Таким людям часто приходится слышать: "Не впадай в крайности, когда речь идет об отказе от приятности этой жизни! Это не хорошо, если ты слишком от всего отрекаешься!" Хотя такие замечания раздаются, очевидно, люди, которые говорят нечто подобное, являются, по сути, плохими друзьями. Не нужно их одергивать или обижать, но будьте внимательны, чтобы не делать так, как они советуют.

В ЭТОЙ ЖИЗНИ ВЫ ИСПЫТАЕТЕ НЕПРИЯТНЫЕ БОЛЕЗНИ И ТАК ДАЛЕЕ (80)

В *'Пятидесяти строфах почитания Гуру'* говорится:

Стоит оскорбить своего Мастера и
Ты, великий глупец, умрешь
От заразных, мучительных болезней,
Духов, эпидемий и ядов.

Ты будешь убит
Царями, змеями, ядами, водами,
Колдунами, ворами, демонами, духами
Или огнем;
Потом ты, чувствующее существо, отправишься в ад.

Не мешай никогда
Умиротворенности твоего Мастера;
В случае, если ты, пораженный слепотой, всё же это сделаешь,
То наверняка будешь жариться в адском пламени.

Те, кто оскорбляют своего Мастера,

Как было сказано, будут пребывать в будущем
В одном из страшных адов,
Вроде “Ада Мучений Без Перерывов”

В случае, если вы неумышленно своего Мастера оскорбили или опозорили, то должны будете в этой жизни пережить много различных болезней.

Однажды в древней Индии Ачарья Буддаджняна давал наставление в Дхарме. Его Гуру, один махасиддха, был свинопасом. Гуру явился в то время, когда шло учение, и Буддаджняна сделал вид, будто не видит его. Когда Буддаджняна позднее своему Гуру солгал, сказав: “Я тебя не видел”, то его глаза выпали из глазниц.

Цультрим, сосед Дагпо Джампела Лхундрупа Ринпоче, однаджы повел себя по отношению к Ринпоче неподобающим образом. Позже один разбойник убил Цультрима, разбив ему голову обломком скалы на горном перевале.

Один из учеников Нёйцурпы нарушил свои тантрические обязательства и имел ужасные видения, когда умирал.

В ВАШИХ БУДУЩИХ ЖИЗНЯХ ВЫ БУДЕТЕ БЕСКОНЕЧНО СКИТАТЬСЯ В НИЗШИХ СФЕРАХ (81)

Как говорится в *‘Тантре посвящения Ваджрапани’*, худшим последствием для людей, оскорбивших своего Гуру, будет то, что они обречены переживать бесконечные перерождения в низших сферах. В Сутрах имеются многие истории о людях, попавших в ад, в цитируемой тантре, однако, не говорится точно, что тот, кто унизил Гуру, будет перерождаться в этом или том аду. Там говорится:

Ваджрапани спросил: “О, Бхагаван! Какого рода созревает карма,
Если оскорбить своего Мастера?”
Бхагаван отвечал на вопрос следующим образом:
“О, Ваджрапани, я не скажу тебе этого,
Потому что это был бы мир, устрашающий богов и всех.
Но, о владыка тайных учений, так много хочу я сказать:

Герои, слушайте внимательно!
Эти люди обречены на муки
В одном из могущественных адов,
В тех долинах плача, о которых я уже
В связи с особо постыдными проступками говорил,
Именно бесконечно долгие эоны!
Не пренебрегайте поэтому никогда своим Мастером!

Будда, таким образом, не рискнул точно объяснить последствия, так как он знал, что мир потерял бы сознание от ужаса. Он преподал лишь, что существа должны были бы провести многие годы в “Аду Мучений Без Перерыва”.

Это означает, что никогда нельзя хулить Гуру. Даже если не поносить его прямо, а просто видеть кого-то, кто это делал, - является неблаготворным действием. Следующая история иллюстрирует это: когда Лингрэпа, великий Мастер, один раз давал Дхарму, явился один ученик переводчика Чага. Этот ученик нарушил свои тантрические обеты. Вдруг рот Лингрэпы парализовало, он не мог больше давать учение и покинул место.

В БУДУЩИХ ЖИЗНЯХ ВЫ НЕ НАЙДЕТЕ НИКАКОГО ДУХОВНОГО МАСТЕРА (82)

Это суть противоположность вышеупомянутого преимущества, которое появляется при наличии веры в Духовного Мастера. Если нет веры, то вы не только не встретите никакого Духовного Мастера, но, хуже того, родитесь в таком месте, где не имеется никаких условий для того, чтобы услышать даже одно слово Дхармы. Дже Ринпоче приводил положение: “Отсюда

следует всё хорошее, что могло бы быть тебе дано...” Все хорошие мирские вещи, которыми вы наслаждаетесь, приходят оттого, что вы имеете веру в Духовного Мастера; все несчастливые состояния, напротив, возникают потому, что вы не имеете веру в Духовного Мастера или делаете ошибки в преданности Гуру. В случае, если вы прежде делали ошибки по отношению к Учителю, то у вас как в этой жизни, так и в будущих перерождениях не будет Духовного Мастера. В Ламриме *‘Эссенция нектара’* говорится:

> Хотя может случиться так, что вы
> Обретете перерождение в высших сферах,
> Но последствия вашего пренебрежения (Учителем)
> Будут равняться причине:
> Вы переродитесь в месте,
> Где не имеется никакого шанса
> Услышать ни единого слова священной Дхармы,
> Ни единого слова Духовного Мастера.

Мы упускаем не только размышлять о нашей преданности Гуру, но также анализировать наши действия. Наше поведение по отношению к нашему Гуру содержит факторы, которые представляют собой как хорошие, так и плохие предзнаменования. Когда Миларепа поднес Марпе пустой медный горшок, это было плохим знаком. Когда Марпа своему ученику при их первой встрече предложил сосуд пива, и он выпил его полностью - то был жест презнаменования счастья. Когда Марпа сделал простирания перед медитативным божеством - вместе того чтобы сделать это перед своим Гуру Наропой, - то это имело значение плохого знака.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче говорил во всех подробностях о том, как Дромтонпа полагался на Сецюна и Атишу, как Атиша верил в Суварнадвипи, Миларепа - в Марпу, как Цонкапа прикрепил золотые листья на стены комнаты, где Куингпа Лхэпа дал ему посвящение, и т.д.

Следовательно, преданность своему Духовному Мастеру - это нечто в высшей степени важное. Жесты, предвещающие даже малейшее счастье, или негативные жесты имеют свои последствия.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче после этого рассказал историю о Гьялцабе Ринпоче и о том, как он вначале хотел с Дже Ринпоче встретиться лишь для того, чтобы вступить с ним в дебат. [41]

Мотивы Гьялцаба Ринпоче были нечистыми, и всё же его поведение было приносящим счастье. Многое может произойти; то, что сделано с хорошим намерением, не может оказаться плохим предзнаменованием. Нужно быть предусмотрительными!

Когда мы произносим имя нашего Гуру, то приставляем к нему *“Кухцу”* (приблизительно: господин, мистер), мы говорим, следовательно, “господин такой-то...” Избегайте такого обращения; вы должны применять обращение, выражающее поклонение, вроде “досточтимый...” Всякий раз, когда Атиша произносил имя Суварнадвипи, он складывал ладони вместе и называл его: “великий Суварнадвипи”. Он также имел привычку вдруг подниматься, если кто-нибудь произносил имя Суварнадвипи. Я не хочу, чтобы это прозвучало

[41] Гьялцаб Ринпоче был уже великим ученым, прежде чем стал учеником Дже Римпоче и первоначально, собственно говоря, хотел посетить этого знаменитого Учителя, чтобы победить его в дебатах. Когда он, наконец, нашел Цонкапу, тот как раз давал учение большой массе людей. Он уверенно, не снимая шляпы и заплечного мешка, поднялся по ступеням к трону. Лама Цонкапа подвинулся немного, чтобы он мог сесть. По мере того как Лама Цонкапа продолжал наставления, Гьялцаб сначала снял свою шляпу, затем - свой рюкзак и, в конце концов, спустился по ступеням, трижды сделал полные простирания и снова сел. В конечном счете оказалось, что это было хорошим предзнаменованием: перед своей смертью Цонкапа дал ему свои одежды и свою корону и назвал его своим продолжателем на троне Ганден - это высшее положение внутри школы Гелуг.

ханжески, но я всегда испытываю печаль, когда слышу, как небрежно произносят имя моего собственного уважаемого Гуру.

Если ваш Учитель ещё жив, конечно, вы не должны применять благоговейное обращение, в котором говорится: "...чье имя я могу произносить лишь с трудом...".

КьябджеПабонгка Ринпоче повторил раздел ещё два раза; один раз - подробно и один раз - вкратце.

Восьмой день

Кьябдже Пабонгка Ринпоче процитировал строфу Дже Ринпоче:

Все те, кто не тяготеет к мирскому счастью,
И стремится придать смысл человеческому существованию,
Кто верит в Путь, радующий Будд, -
Имеет благоприятную карму и желает слушать учение с чистым умом!

Первая строка относится к правильному воззрению, соответствующему существам со средними способностями; вторая принадлежит разделу Пути для существ с низшими способностями; третья относится к Бодхичитте и к Пути для тех, у кого высшие способности...

После этого введения, с помощью которого Ринпоче придал нашей мотивации правильную направленность, он упомянул ещё раз уже обсужденные темы и дал обзор первых двух главных тем центральной части учений Ламрим. Тема этих разделов - Преданность Духовному Мастеру. Затем он продолжил:

Эти специальные надзаголовки трактуют темы исключительно в качестве предмета медитации. В *'Быстром Пути'* и *'Простейшем Пути'* не объясняется, как нужно проверять (потенциального) Духовного Мастера. Поэтому я объясняю этот вопрос поэтому на основе сочинения *'Собственные слова Манджушри'*. Если преданность Духовному Мастеру приносит с собой вышеупомянутые преимущества, и возникают потери в случае невыполнения этого упражнения, то как мы должны тогда довериться такому Мастеру?

Недостаточно довериться просто какому-нибудь Мастеру; вы должны обратиться к тому, кто может научить всему Пути. Тот, кто обладает лишь некоторыми благими качествами, к примеру, является в высшей степени добросердечным, может оказаться не в состоянии обучать всему Пути. Даже если ученики обладают верой, мудростью и терпением, они упражняются,

может быть, всю свою жизнь лишь в отдельных вещах - как то принятие Прибежища, некоторые садханы, а также медитации об энергии ветра и каналах, - в том случае, если Гуру не овладел полностью мастерством Сутр и Тантр. Драгоценное человеческое существование этих учеников не используется полноценно. Исходя из этого, вы должны вверяться совершенно квалифицированному Духовному Мастеру.

Существуют различные квалификации: способность передавать обеты Пратимокши, а также обеты Бодхисаттвы и тантрические обеты и т.д. Здесь я хотел бы говорить о квалификациях Духовного Мастера, который может обучать всему Ламриму. Вы должны проверять, обладает ли Учитель этими квалификациями, прежде чем вверяться ему. Однако следует проверять не только квалификации каждого Гуру, которого вы хотите принять в качестве Духовного Мастера; все те, кто желает предоставить другим людям духовное руководство в Виная, а также в Сутрах и Тантрах, должны также себя проверять, чтобы увидеть, достаточно ли они квалифицированны, чтобы быть Гуру относительно этих тем. В случае, если они обладают не всеми требующимися качествами, то должны позаботиться о том, чтобы привести к совершенству свои способности. Лишь наличие комплекта тантрического снаряжения, включая вазу долгой жизни и принадлежности купания (см. Пятый день), и умение наизусть проводить все ритуалы ещё не делает человека квалифицированным Гуру.

В соответствии с различными функциями существует ряд различных квалификаций; это зависит от того, является ли Гуру настоятелем и Мастером посвящений и обучает Виная, или он является Духовным Мастером на общем Пути Махаяны, или это Ваджрный Мастер тайных Тантр. Я опишу теперь прежде всего квалификации Учителя общей Махаяны. В *'Украшении махаянских сутр'* Майтрейи говорится:

Положись на Духовного Мастера,
Который умиротворен, самообуздан, совершенно самообуздан,
Имеет больше хороших качеств, чем ты,
Обладает усердием, любовью и реализацией Таковости,
Учен в текстах,
Является искусным оратором,
И кого невозможно разочаровать
(поведением учеников).

Отсюда проистекают в целом десять квалификаций: ум Гуру должен быть умиротворен посредством нравственности. Он должен был посредством однонаправленной медитации победить свою рассеянность и посредством мудрости преодолеть свою привязанность к собственной самости. Если между двумя деревянными вещами лежит благовоние, то дерево впитывает его запах - точно так же ошибки и благие качества вашего Гуру переходят к вам. Следовательно, он должен иметь больше благих качеств, чем имеется у вас. Под "реализацией Таковости" подразумевается следующее: через мудрость, которой они достигли посредством своих занятий Дхармой, они развили правильное видение реальности. "Правильное видение" обозначает здесь видение школы Прасангики, высшую мудрость. Я не ссылаюсь здесь на мудрость, которой достигают, когда следуют школе Сватантрика или одной из низших школ (см. Двадцать второй день, т. II). Остаток цитаты легко можно понять.

Гуру должны обладать всеми этими качествами, но по меньшей мере иметь следующие пять: ум, укрощенный тремя высшими упражнениями (нравственность, концентрация, мудрость), а также любовь и сострадание и реализацию Таковости. Геше Потова сказал:

Мой Учитель Цхангтсун Йерпа не очень много учился
И обладает лишь малым терпением.
Он не льстит себе также своими благодеяниями.
Но он обладает пятью названными квалификациями
И каждый, кто встретит его, извлечет пользу из этого.
Ньентонпа выражается, давая учения, отнюдь не красноречиво.
Можно подумать, что никто из присутствовавших
На учениях Ньентонпы не смог понять что-либо;
Однако это не тот случай.

Он имеет пять квалификаций и всякий,
Кто ему близок, извлекает пользу из этого.

Такие люди всегда редко встречаются, но вы должны во всяком случае положиться на того, кто имеет больше хороших, чем плохих, качеств, будущую жизнь воспринимает как более важную, чем нынешнюю, а других - как более важных, чем самого себя. Если вы не направитесь к такому Учителю, а вместо этого повстречаете неблаготворного Мастера, то с вами может случиться то же самое, что с Ангулималой, которого его ложный "Духовный Мастер" учил полностью неправильному Пути, и который из-за этого был вынужден совершить ужасные поступки. Проверьте сначала своего Гуру основательно, и положитесь на него лишь тогда, когда вы узнали ему цену.

Также ученики должны обладать пятью квалификациями: они должны быть почтительными; они не должны быть пристрастными или по отношению к другим быть настроенными враждебно; они должны обладать достаточной мудростью, чтобы суметь отличить правильное от ложного; они должны стремиться к учениям; они должны оказывать своему Гуру высокое почтение, и они должны во время слушания придавать своему уму правильное направление (т.е. иметь хорошую мотивацию). Тот, кто обладает этими пятью качествами, будет иметь прогресс в Дхарме.

Как теперь проводить практику Преданности Гуру?

ПРЕДАННОСТЬ ГУРУ ПОСРЕДСТВОМ МЫСЛЕЙ (83)

Здесь есть два раздела: 1) Основа: Как развить веру в собственного Гуру; 2) Как развить уважение к Гуру, напоминая себе о его доброте.

При обоих этих упражнениях нужно опираться на тексты и на логические доказательства до тех пор, пока не добьетесь непоколебимой убежденности. Если после этого будете медитировать об этом, то почувствуете великую радость правильной веры в Духовного Мастера. Тот, кто, напротив, не медитирует об этом, почувствует лишь желание выпросить у него наставления (и сверх того не входит ни в какие отношения).

Основа: как развить веру в собственного Гуру? (84)

Здесь имеются три раздела:

"Вера" означает - видеть Гуру как действительного Будду. Это, а также тот факт, что все живые существа когда-то были нашими матерями, являются двумя темами Ламрима, которые труднее всего реализовать. Хоть они и трудны, вы, однако, не можете развить другие Пути в вашем сознании, если не приложите никаких усилий в связи с этими двумя положениям.

Вера - это, вообще говоря, базис или корень для развития всего позитивного. В *'Сутре Светильника Трех Драгоценностей'* говорится:

Вера - это подготовка;
Как мать дарит жизнь,
Вскармливает все хорошие качества и увеличивает их...

Однажды один человек попросил Атишу два раза: "Атиша, дай мне, пожалуйста, наставления." Когда Атиша ничего не ответил, человек попросил ещё раз; на этот раз он громко выкрикнул свою просьбу.

"Потише!", сказал Атиша, "мои уши функционируют очень хорошо! Это - моё наставление: имей веру! Веру! Веру!"

Великий Гьялва Энсапа говорил:

Являются великими или малыми
Ваши постижения и реализации,
Зависит от того, велика или мала ваша вера.
Ваш добрейший Гуру является источником сиддхи.

Размышляйте о его благих качествах
И не замечайте его ошибок.
Я клянусь практиковать эти наставления;
Да смогут все препятствия отступить.

Другими словами: развиваете ли вы реализации, зависит от того, имеется ли у вас вера, и от того, является ли ваша вера большой или незначительной. Верьте в то, что ваш Гуру является реализованным Буддой, если вы хотите достигнуть высших сиддхи Просветления. Поэтому вы не должны при получении наставлений делать никаких ошибок.

Даже если вы неправильно понимаете указание, то все ещё можете достигнуть незначительных общие сиддхи, если верите в них. В Индии однажды один человек попросил Гуру о наставлениях. Гуру сказал: “Мариледжа”, что означает “уйди прочь”. Человек не понял смысла того, что Гуру сказал, и счел это выражение наставлением. Он научился лечить самого себя и других посредством начитывания этого слова.

Кто-то другой перепутал *“в”* с *“ч”* и считал *Ом вале вале вунде сваха* мантрой богини Чунда. *“В”* было ошибкой, должно было стоять *“ч”*. После того как этот человек начитал большое количество мантр, он обрел способность при возникновении чувства голода готовить еду из камня и поедать её.

Если вам не хватает веры, то ваша мудрость становится бесполезной. Существует три вида веры.. Вера, которую вы должны развить в этом разделе Ламрима, называется “очищающая вера”; это вид веры, в силу которой собственного Духовного Мастера считают настоящим Буддой.

Метод развития этого вида веры, берущий начало от Кетцанга Джамьянга и его учеников, имеет следующие три части:

ПОЧЕМУ СЛЕДУЕТ СМОТРЕТЬ НА ГУРУ КАК НА БУДДУ (85)

Вы должны смотреть на него как на Будду, потому что вы хотите чего-то достигнуть и желаете избавиться от вреда. Вы хотите чего-то достигнуть, и если смотрите на своего Гуру как на Будду, то ваши желания будут исполняться в этой и будущей жизнях без усилий - и тем самым вы достигнете чего-то выдающегося в своем роде. Здесь есть один пример: одна старая женщина уверовала в зуб собаки (она думала, что это зуб Будды), и в конце концов зуб превратился в реликвию. В *‘Синей книге чистых изречений’* говорится:

Не благословение Гуру является, на самом деле, сильным или слабым:
Всё зависит от тебя самого.

Выражаясь по-другому: благословение Гуру может с его стороны быть сильным или слабым; как много благословения ты получаешь, зависит от того, в какой степени ты можешь видеть его как Будду, Бодхисаттву и и.п. Достигнете вы сиддхи или нет, зависит от того, глубоко вы его чтите или лишь немного. Как сказал Атиша, в Тибете нет Мастеров, так как тибетцы рассматривают своих Учителей в качестве обычных людей.

Гуру может быть поистине Буддой, но до тех пор, пока вы не упражняетесь в том, чтобы верить в него, вы не увидите его благих качеств, а потери ваши будут далее нарастать, и вы испытаете различные виды страдания. Будда сам обладал безмерными качествами. Однако Девадатта и Упадхана смогли познать лишь ауру света, которую на длину руки излучало тело Будды; его другие качества они не могли видеть. Так они пришли к вредительству. Геше Потова сказал:

Если вы не оказываете Гуру никакого почтения,
То не получите никакой помощи, если ищете поддержку у самого Будды -
Точно так же, как это было с Упадханой.

ПОЧЕМУ МОЖНО ВИДЕТЬ ЕГО ТАКИМ ОБРАЗОМ? (86)

Вы не только *должны* своего Гуру видеть как Будду, вы также *можете* это. Существуют два метода для этого: даже если вы цените лишь некоторые его качества, вы можете устранить недостаток своей веры; и эта вера будет потом преодолевать всякую маленькую второстепенную ошибку, которую вы в нем можете видеть. Вы должны пользоваться этими обоими методами, так чтобы ошибка, которую, как вы полагаете, видите в нем, лишь ещё более усиливала вашу веру. Размышляйте над этим. В *'Тантре посвящения Ваджрапани'* говорится:

Рассматривай благие качества своего Гуру.
Не присматривайся к его ошибкам.
Ты достигнешь сиддхи,
Если рассматриваешь его хорошие качества;
Ты не достигнешь сиддхи,
Если обращаешь внимание на его ошибки.

Другими словами: go причине наших пагубных кармических инстинктов мы занимаем себя лишь ошибками нашего Гуру. Если мы, напротив, занимаем себя его благими качествами, то это автоматически устранит все мысли о его ошибках, так же, как солнце днем затмевает луну. Можно этот процесс сделать более ясным на примере собственных ошибок: поскольку о них не думаешь, то их и не видишь. Вы наблюдаете, может быть, какой-нибудь маленький промах своего Гуру, однако если думаете о том, насколько искусен он в руководстве своими учениками, то этого должно хватить, чтобы возникла обоснованная вера.

Кроме того, мы являемся в настоящее время начинающимии, и наши Гуру являются (для нас) обычными людьми. Стоит лишь нам достигнуть непрерывной однонаправленной концентрации, мы увидим Ламу как высшую Нирманакайя; когда мы оказываемся на первой ступени Бодхисаттв, то видим его как Самбхогакайя и т.д. Однажды нам сам Универсум явится как совершенно чистый.

КАК МЫ ДОЛЖНЫ РАССМАТРИВАТЬ ГУРУ? (87)

Здесь мы должны доказать, что Гуру является Буддой, ссылаясь на тексты и приводя логические доказательства, пока наша убежденность в этом не станет непоколебимой.

Эта тема обсуждается в четырех подчиненных разделах:

КАК ОБЪЯСНИЛ ВАДЖРАДАРА, ГУРУ ЯВЛЯЕТСЯ БУДДОЙ (88)

Существует опасность, что некоторые скажут: "Духовный Мастер хотя и *не* Будда *в действительности*, однако, когда мы практикуем часть Ламрима, в которой речь идет о преданности Духовному Мастеру, мы должны делать таким образом, как будто бы это было так." Центральное высказывание этого раздела, однако, предостерегает нас от того, чтобы в закоулках нашего сознания мы культивировали подобного рода извращенные представления.

Вы должны размышлять об этом следующим образом: Гуру - Будда, но мы не можем познать это. Доказательство звучит следующим образом: Ваджрадара пребывает в настоящее время среди нас и принимает форму Учителей. В царственной *'Хеваджра-тантре'* говорится:

В будущем моей телесной формой
Станет форма Мастеров...

Или также:

Я буду в течение пяти тысячелетий
Принимать формы Мастеров.
Узнайте меня в них,
И почитайте их в то время...

В будущие времена упадка

Я буду являться в форме существа-ребенка
И в многообразных других формах.

В одной сутре можно прочитать:

О, как это значимо - увидеть меня!
В будущем я буду показываться
В телесной форме настоятеля,
Я буду пребывать в форме Мастеров.

Во многих сутрах и тантрах упоминается, что Ваджрадара будет являться даже во времена упадка в форме Мастеров. Побуждаемый любовью, он учил: “Вы повстречаетесь со мною” и “не отчаивайтесь, вы узнаете меня.” Эти высказывания следует воспринимать буквально, и можно исходить из того, что современность - это такие “времена упадка”. Ваджрадара воспринимает нас со всей своей любовью и знает, в каком жалком состоянии мы находимся по причине кармы и затемнений. Итак, он манифестирует себя среди наших собственных Гуру. В нашем нынешнем перерождении мы в состоянии познать, как мы должны изменить свое поведение, выполнять наставления и т.д. Он знает, что не существует никакого более хорошего времени, чем сегодняшнее, чтобы действовать во имя нашего блага.

Если вы думаете, что это не может быть правдой, и перечисляете причины, почему каждый отдельный Гуру вовсе не может быть этой манифестацией Ваджрадары, то на основе этого процесса дисквалификации в конце концов не останется вообще ни одной эманации Ваджрадары. Это противоречит вышеупомянутой цитате - по меньшей мере *одна* манифестация Ваджрадары должна находиться среди них. Размышляйте над этим. Если вы только выбираете причины, почему они *не* являются Буддами, то не найдете манифестации; следовательно, что-то в вашем образе мыслей не соответствует истине. Вы должны прийти к убежденности: “Все мои Гуру - не что иное, как манифестации Будды.”

Для людей, которым не трудно поверить в это, достаточно ссылки на вышеупомянутую цитату. Однако аргументы будут ещё убедительнее, если мы теперь с помощью логики их докажем.

ДОКАЗАТЕЛЬСТВО, ЧТО ГУРУ СОВЕРШАЕТ ВСЕ БЛАГИЕ ДЕЛА ВСЕХ БУДД (89)

Как я уже упоминал в разделе о Поле Заслуг, многие отражения небесной луны появляются на поверхности воды, которая хранится во многих различных сосудах. Подобным же образом мудрость сознания всех Будд - мудрость, которая является единством Блаженства и Пустоты - одного вкуса с Дхармадхату (Сфера Истины). Она является ученикам в различных аспектах: ученикам, которые лучше всего могут быть укрощены Шраваками, является как Шравака, а таким, которые лучше всего укрощаются Бодхисаттвами и Буддами, она является в качестве Бодхисаттв и Будд. В *‘Сутре Встречи Отца и Сына’* говорится:

Ради блага чувствующих существ
Они обряжаются как Индра и Брахма;
Для иных они обряжаются в качестве демонов.
Мыслящим по-мирски этого не понять.

Итак, Будды принимают различные формы - в качестве демонов или в качестве Брахмы для людей, которых легче всего укротить посредством демонов или Брахмы, или даже в качестве птицы или других диких зверей для тех, кого лучше всего обуздать можно посредством птиц или диких зверей. В рамках нашей позитивной кармы они показываются нам в качестве обычных Духовных Мастеров. Они не имеют никакой другой возможности руководить нами; даже если бы они показались нам в форме, превосходящей обычного Гуру, как Самбхогакайя, то мы не смогли бы её увидеть. А если бы они показывались в низших формах, как то птицы, дикие звери и так далее, то это не помогло бы, потому что мы не могли бы иметь в них веру. В связи с этим говорится в *‘Гуру Пудже’*:

Я прошу Тебя, мое сострадательное Прибежище и моя защита:
Ты - мандала трех Тел Сугат, драгоценностям равных;
Но действуя эффективными методами,
Ты ведешь существ в форме обычного существа -
Как магическая сеть, которой ты притягиваешь нас к себе.

Трикайя всех Будд, таким образом, содержатся в трех тайнах Гуру (см. Двенадцатый день). Гуру - это излучение всех Будд , сотворенное, чтобы совершать благие дела. Первый танцор в монастырском ритуальном танце мог носить одежду Ачарьи и исполнять эту роль, а позже облачиться как защитник Дхармараджа и исполнять следующую роль. При этом речь идет всегда о том же самом танцоре, только меняется его одежда. Также если мы много различных слов напишем одинаковыми красными чернилами, то чернила остаются теми же самыми. Поэтому думайте: “Наши Гуру - это не что иное как излучение Ваджрадары, они суть эффективные средства, с помощью которых он нас укрощает.”

От трута не возникнет никакого огня, если не воспользоваться зажигательным стеклом, чтобы собрать солнечные лучи; равным образом можно иметь перед собой различные виды пищи, однако они не достигнут желудка, если их сперва не засунуть в рот. Соответственно вы достигнете благословения и позитивной кармы Будд, если вверитесь Гуру. Гуру совершает все благие труды всех Будд, поэтому он приведет вас к тому, чтобы действовать позитивно.

Раз это так, то уверуйте в то, что он суть Будда. Благие дела Будд - это благословение, которое они предоставляют в то время, когда действуют во имя благополучия чувствующих существ. Это благословение можно получить только в зависимости от Гуру. Если это необходимым образом обстоит так, то Гуру не могут быть никакими обычными существами, а должны быть Буддами. Если бы они были обычными существами, если бы люди-посредники благих трудов Будд были чувствующими существами, то из этого нужно было бы заключить, что Будды нуждаются в помощи чувствующих существ. Однако Будды не нуждаются в подобного рода помощи. Когда Будды действуют во имя блага чувствующих существ, они даже не нуждаются в помощи Шраваков, Пратьекабудд или великих Бодхисаттв, - итак, как же мы можем предположить, что им помогают обычные существа!

Итак, Будды манифестируют себя в качестве обычных существ, тем самым чувствующие существа в состоянии их воспринять. Они манифестируют себя также как лодки, мосты и тому подобное - нам такие конструкции являются, естественно, лишь в качестве продукции плотников и т.д. Мы не в состоянии в них увидеть что-нибудь другое.
Сакья Пандита ссылается здесь на пример зажигательного стекла:

Хотя солнечные лучи являются обжигающими,
Не появится без зажигательного стекла никакой огонь;
Подобным же образом вы не можете без Гуру
Получить благословение Будд.

Также Да О Ринчен, Кагью Лама, ссылается на похожий пример:

Держи чистое зажигательное стекло
В солнечном свете
И направь его на трут...

Ученики придут посредством Гуру к наслаждению благими трудами Будд. Если бы Гуру не был никаким Буддой, было бы бессмысленным говорить, что Будды вынуждены прибегать к его помощи - богачи, в конце концов, также не нуждаются в помощи нищих. Подумайте хорошо над этим: Гуру и Будды - едины и суть одно и то же, потому что в противном случае нужно было бы заключить, будто Будды зависимы от Гуру.

БУДДЫ И БОДХИСАТТВЫ ВСЁ ЕЩЁ РАБОТАЮТ ДЛЯ БЛАГА ЖИВЫХ СУЩЕСТВ (90)

Ваджрадара отсылает беспрерывные манифестации и действует так к благу всех существ. Будды знают ситуацию всех чувствующих существ точнейшим образом, любят их больше, чем мать своего единственного ребенка и делают всё возможное, чтобы совершать благие труды. Как могли бы они в такое время, как наше, не работать во имя нашего блага?

Когда Будды развили в первый раз Бодхичитту, они сделали это исключительно ради нашего блага. Они развили также дальше оба своих Собрания во имя нашего блага. Просветления они достигли также во имя блага чувствующих существ. Теперь, когда они достигли цели, если бы они не продолжали действовать к нашей пользе, это было бы неправильно. Этого не может быть, чтобы все Будды жестоко бросили нас на произвол судьбы, не вступаясь за наше благополучие. Само собой понятно, что они это делают.

Раз это несомненно установлено, что все Будды действуют ради нашего блага, то не существует никакого другого пути делать это, кроме следующего:

Будды не смывают неблаготворное водой;
Они не убирают рукой страдания существ;
Они не могут передать другим свои познания.
Они освобождают тем, что
Истине Таковости обучают.

Это делают излучения Будд; не существует никого другого, кто обучал бы нас методам достижения высших перерождений и Просветления. В *'Молитве Кецанга Джамьянга'* говорится:

Будды и Бодхисаттвы прошлого
Всё ещё действуют во имя блага существ.
Это не есть лишь голое утверждение:
Это относится к квалифицированным Гуру.

Мой собственный Гуру сказал: "Защищающий Будда пребывает в теле каждого чувствующего существа!"

НЕЛЬЗЯ ДОВЕРЯТЬ ПРОЯВЛЕНИЯМ (91)

Может быть, вы теперь признаете, что ваши нынешние Гуру на самом деле являются Буддами и совершают благие труды Будд. И всё же вы не воспринимаете своих Гуру как Будд, а думаете: "Я вижу их как обычных существ, потому что они, как это можно видеть, совершают ту или иную ошибку." Такое высказывание мы хотим здесь проанализировать.

Мы не можем полагаться на то, что мы воспринимаем. То, что мы видим, есть результат нашей кармы. Мы создали определенные виды кармы, а другие виды - не создали; но какие виды кармы мы накопили, мы можем не знать. Чандракирти сказал в своем *'Вступлении на Срединный Путь'*: "Голодный дух думает, будто текущий поток состоит из гноя..."Когда три различных вида существ с различной кармой, бог, человек и голодный дух, видят чашу с утоляющей жажду жидкостью, то один из них видит нектар, другой видит воду, а третий видит гной и кровь. Голодным духам луна кажется летом горячей, а солнце зимой - холодным. *'Калачакра-тантра'* и *'Абхидхарма'* были сформулированы для двух различных видов учеников. В одном произведении гора Меру описана как круглая, в другом - как четырехугольная. Арья Асанга увидел уважаемого Майтрейю как пораженную червями собаку с парализованными задними ногами. Буддаджняна воспринял Ачарью Манджушримитру как монаха, который сожительствовал с одной женщиной, пахал поле и ел суп из червей. Многие люди в окружении Тилопы думали, что он лишь сумасшедший рыбак; им никогда бы не пришла в голову идея, что он мог быть великим Мастером - даже Наропа видел его поедающим живых рыб. Кришначарья видел Ваджраварахи как больную проказой. Мы, следовательно, должны быть рады, что нам наш Духовный Мастер не является как лошадь, собака или осел - мы видим его, по крайней мере, как человека. Чен Нгава Лодро Гьялцен сказал:

Если мы думаем о размере нашей плохой кармы

И вытекающих из неё результирующих умственных завесах,
То это - утешительно, что мы видим Гуру в образе человека.
Это - знак большой заслуги,
Что мы не видим его как собаку или осла.
Окажи ему от глубины сердца уважение,
О, дитя Шакьямуни.

Проявления ненадежны: так как всё проявляется таким образом, как будто существует во внешнем мире, само по себе, можно сделать ложный вывод, что вещи фактически так существуют.

Однажды испытывавший жажду монах искал воду и неожиданно имел видение голодного духа. Тот не мог увидеть Ганг, хотя в действительности пересекал реку.

То, что вы не видите никаких духов, ещё не доказывает, что они не существуют. Я должен здесь сослаться на объяснение из раздела о формальной логике в *'Комментарии о действительных вещах'* Дхармакирти, который занимается невоспринимаемыми и невидимыми вещами.

Вы не имеете счастья видеть Гуру как реального Будду, так как не обладаете сознанием персоны с достаточно позитивной кармой. У вас отсутствует тот особый вид достоверного восприятия, которым можно видеть Гуру таким образом.

На этом наш анализ заканчивается.

Даже если кажется, что кто-то не является никаким Буддой, то это не означает, что он на самом деле не является им; а если кажется, что он является Буддой, то, наоборот, также нельзя быть уверенным, что он действительно является им. Когда Архат Упагупта, четвертый буддийский патриарх, однажды учил Дхарме, демон Камадева стал мешать. Упагупта приручил демона и призвал его: "Я ещё никогда не встречался с Буддой, пожалуйста, эманируй его точное подобие." После чего демон явил из себя форму Будды, полностью со всеми признаками и знаками, без того, чтобы что-нибудь упустить или что-нибудь прибавить. Упагупта хотел сделать простирания, потому что он теперь видел лично Будду; но демон разрушил эманацию слишком быстро, и он не успел сделать это.

В древние времена великие Мастера, такие как Нагарджуна, являлись в качестве обычных монахов, но в действительности они были Буддами.

Если, тем не менее, возникают извращенные взгляды на Гуру, вы должны их *не* тотчас же пресекать. Прежде чем испачканную одежду стирать, к примеру, нужно также сперва каждое пятно разглядеть. Позвольте вначале этим извращенным представлениям о мнимых ошибках Гуру появиться. Почему? Потому что вы не знаете, имеет ли на самом деле Гуру эти мнимые ошибки или нет. Я ведь это уже объяснял: почему бы кармическим проявлениям не быть ошибочными? Белая раковина является тому, кто страдает болезнью желчи, желтой. Человек, страдающий от одной из болезней ветра, воспринимает покрытую снегом гору как голубоватую; сидящему в лодке человеку деревья вдоль берегов кажутся дижущимися; люди, больные катарактой, страдают от иллюзорного восприятия ниспадающих волос и т.п.

Когда даже эти тривиальные и преходящие причины искажения могут нас подобным образом обманывать, почему мы не должны тогда делать никаких ошибок в отношении существующих вещей, ибо, в конце концов, мы полностью проникнуты безмерно многими причинами искажения - а именно кармой и умственными омрачениями.

Я знаю одного реинкарнированного Ламу, который во время своего паломнического путешествия нажил себе болезнь желчи. Три серебряных ящичка для хранения реликвий в одном ночлежном доме показались ему золотыми, однако позже, когда болезнь желчи миновала, он воспринял их снова как серебряные.

Когда Гьялва Энсапа посетил однажды большую статую Майтрейи в Ронге, он дебатировал там с некоторыми учеными школы Сакья; они, однако, не понимали некоторые трудные положения, относящиеся к буддийской терминологии. Энсапа привел цитаты из *'Сутры Совершенной Мудрости в восьми тысячах стихов'* на санскрите, чтобы прояснить смысл этих понятий; однако сакьяпинцы ему не поверили. Они сказали, что он злой дух, а не какой не последователь школы Гелугпа. Вы не должны, таким образом, ориентироваться на внешнее, а видеть хорошие качества людей, их познания и их Отречение.

Лишь сами Будды воспринимают Дхармакайя, Тело Истины. Даже Арья Бодхисаттвы не могут узнать его; они могут видеть лишь Самбхогакайя. Также превосходная Нирманакайя может обычными людьми лишь тогда восприниматься, когда они имеют чистую карму. В Ламриме *'Эссенция нектара'* имеется описание:

До тех пор, пока вы не свободны
От кармы и умственных завес,
Вы не имеете счастья видеть превосходные Тела
Со всеми признаками и знаками,
Даже если Будды лично вас навестят;
Вы будете их видеть просто лишь
В качестве обычных существ.

Даже во времена жизни Будды существовали тиртики, которые не могли видеть его признаки и знаки; они воспринимали только многочисленные ошибки. Девадатта считал деяния Будды голым надувательством.

Правильным видением было бы - сделать Гуру нашим ценностным мерилом. Один предводитель разбойников из Верхнего Голог Арига поехал однажды в Лхасу, чтобы посмотреть на статую Шакьямуни в главном храме; однако он оказался не в состоянии увидеть даже такие вещи, как масляные светильники, не говоря уже о самой статуе. Предыдущая реинкарнация Ён Гэлсэ Ринпоче порекомендовал ему очистить карму и умственные завесы. Бандит после этого совершил тысячеричную Пуджу и обхождения святых мощей. После этого, правда, он всё ещё не был в состоянии видеть статую, но, по крайней мере, узнал масляные светильники.

Когда Лосанг Дондэн Ринпоче из колледжа Гоман Дрепунг давал однажды устную передачу *'Переведенных слов Будды'*, один монах среди слушателей не смог ни передачу услышать, ни книгу увидеть. Вместо этого он видел стоящую перед Ринпоче тарелку с нарезанным мясом. В то время как Ринпоче давал передачу, монах был убежден, что видит, как Ринпоче съедает мясо, а вечером того дня он полагал, что видит, будто люди собирают остатки.

Всё возможно, потому что восприятие - это голое кармическое проявление. Степень, в которой чья-нибудь карма и умственные завесы очищены, определяет уровень восприятия.

Ваше восприятие ненадежно: вы далеки от того, чтобы иметь возможность оценить своего Гуру, потому что вы не в состоянии кого-нибудь оценивать, всё равно, идет ли речь о коллеге, подруге, сторожевой собаке, боге, демоне или о чем-нибудь другом. Только лишь себя можно оценивать. Исходя из этого, всё становится очень сомнительным.

Когда Гьялва Энсапа был близок к тому, чтобы осуществить состояние Единства, были люди, которые называли его "сумасшедший Энса".

Дхармараджа Кармаяма маскировался под ученика Дже Ринпоче. Когда однажды Дже Ринпоче хотел снять покровы с некоторых глубинных и трудных положений тайных тантр, Кармаяма удержал его от этого. Гьялцен Сангпо был рассержен этим, но Кедруб Ринпоче сказал ему, что для этого имелась хорошая причина.

Бхагаван Будда сказал: "Только существа, равные мне, могут судить о ценности персоны".

В Индии один монах-послушник пошел на остров Вачигира, чтобы убедиться в истинности слухов о том, что там все мужчины - Дака, а женщины - Дакини. Однако во время своего пребывания на острове он не смог ни в ком заметить хороших качеств и вместо этого развил веру в одного шарлатана. Наро Бончунг сказал следующее о Миларепе:

Люди, которые не видели знаменитого Миларепу,
Приписывают ему выдающиеся качества:
"Он равен великим Мастерам Индии!"
Если они затем пойдут к нему,
То найдут лишь обнаженного старого человека, который спит...

Такие истории заставляют всё, что мы видим, стать неким фарсом. Даже о наших близких друзьях мы, в сущности, не знаем ничего. Чтобы идти уверенно, мы, следовательно, должны привыкать к тому, чтобы всё видеть чистым. Многие ученые думали, что великий Шантидева, который был настоящим Бодхисаттвой, живет лишь для трех вещей: есть, спать и испражняться. Они не могли познать его хороших качеств. Наше восприятие точно так же ненадежно. Мы не можем быть уверенными, что то, что мы считаем ошибкой, является на самом деле ошибкой. Вид и способ, которым мы видим вещи и понимаем их, связаны друг с другом. Упадхана, монах, который был знаком с Трипитакой, держался следующего извращенного образа мышления и видения: “Я вижу Будду таким, каков он есть: его учения о кармическом законе причины и следствия являются обманом и полезны лишь для него самого. Это не соответствует истине, что он не имеет больше никаких ошибок.” Если Упадхана мог заблуждаться, то как тогда быть с нами?

Если Учитель не спит и занимается речитативным декламированием днем и ночью, то ученики, которые сами очень зависимы от сна, будут к этому в глубине души относиться неодобрительно. Если ученики пьют пиво, то ощущают это как очень благотворное, если их Учитель также пьет пиво, и они будут считать это хорошим качеством. Итак, не только то, что вы считаете ошибкой, возможно, не есть никакая ошибка. Более того, вы не можете с уверенностью сказать, *что*, собственно, есть хорошее качество. Мы не можем с уверенностью сказать, не морочит ли нас лишь Учитель, якобы делая ошибку, чтобы нам тем самым помочь. В *‘Сутре встречи Отца и Сына’* и в *‘Великой Сутре нирваны Будды’* подробно объясняется, как Татхагаты манифестируются в качестве враждебных персон, в качестве скряг, инвалидов, сумасшедших, аморальных людей и так далее, где это служит благу существ.

Вообще говоря, сутры и тантры могут быть окончательными или нуждаться в интерпретации, и имеются различные объяснения в связи с тем, должно сочинение пониматься буквально или нет. Всё же когда Победитель Ваджрадара сказал, что в будущем он будет являться в форме Гуру, при этом речь идет об окончательном высказывании, которое нужно принимать в буквальном значении, о высказывании, на которое мы также можем полагаться. Мы можем понять, что никто, кроме Гуру, не может обучить нас Пути, ведущему к Освобождению и Всеведению. Было бы малоубедительным и глубокопротиворечивым думать: “Мой Гуру, который, согласно Ваджрадаре, является Буддой, не есть вовсе Будда, так как он допускает ту или иную ошибку.”

Вышеназванные аргументы являются действительным доказательством; посредством них можно понять, что Гуру с самого начала был Буддой. Вы узнали мгновенно, как нужно вериться Духовному Мастеру, когда вышеназванные логические умозаключения и цитаты из трактатов приняли в качестве убедительного доказательства того, что Гуру суть Будда, и когда вы постигли, каким образом Гуру един со всеми Буддами.

О слиянии собственного сознания с сознанием Гуру: когда вы достигнете совершенного Просветления, то ваше собственное сознание и сознание Гуру соединятся, причем оба суть природы Великого Блаженства и Дхармакайя и станут одного вкуса. Затем вы станете Просветленным и примете природу Гуру; вы достигнете состояния Гуру. Ваше тело, ваша речь и ваш ум являются совершенно едиными с телом, речью и умом Гуру. Это также причина для близкого отношения к Гуру: собственное сознание должно постоянно всё более приближаться к сознанию Гуру.

Как развить уважение к Гуру, напоминая себе о его доброте (92)

Согласно Кетцангу Джамьянгу и его ученикам, здесь имеются 4 надзаголовка: 1) Гуру намного более добр, чем Будды; 2) его доброта - в даянии Дхармы; 3) доброта, заключающаяся в благословении вашего ума; 4) доброта, заключающаяся в том, чтобы привлекать вас к себе посредством подарков материального вида.

ГУРУ ЯВЛЯЕТСЯ СУЩЕСТВЕННО БОЛЕЕ ДОБРЫМ, ЧЕМ БУДДЫ ВООБЩЕ (94)

Что касается его благих качеств, то Гуру равняется всем Буддам; однако его доброта намного больше, чем доброта всех Будд. В прошлом бесконечное множество Будд руководили бесчисленными чувствующими существами на протяжении безмерного числа эонов - однако мы не были среди них. В *'Гуру Пудже'* говорится:

Я направляю свою просьбу Тебе,
Моё сострадательное Прибежище и мой Защитник:
Трудноусмиримым существам
Этих идущих к упадку времен,
Существам, которых не смогли укротить
Бесчисленные Будды прошлого, ты указываешь
Благородный Путь Сугат подходящим для них способом.

Другими словами: 75.000 Будд, потом 76.000 Будд, еще 77.000 Будд и так далее являлись в этот мир лишь ради того, чтобы служить нашим Учителям в качестве Будда-объектов их Собраний. В одной только этой кальпе Будды Кракучханда, Канакамуни, Кашьяпа и так далее руководили бесчисленными учениками, однако нас они не смогли обуздать. Теперь нас учит Гуру безупречному и совершенному Пути - даже прежние манифестации Будды не были в состоянии делать это лучше. Итак, несмотря на то, что Гуру и Будды равны в отношении их благих качеств, Гуру превосходит Будд в своей доброте.

Геше Потова сказал, что Гуру подобен тому, кто дает поесть умирающему во времена голода, в то время как Будды подобны людям, которые во времена изобилия распределяют мясо. Представим себе, когда-то мы спаслись от нищеты, а после того, как мы уже разбогатели, нам кто-нибудь дал бы еду и имущество. Подобным образом мы будем, когда уже достигнем высших Путей, иметь видения многих Будд, получать от них вдохновение и так далее; но в нынешнем жалком нашем положении это нам не помогает. Гуру, напротив, наставляет нас, когда существует опасность, что мы упадем в пропасть низших сфер - совсем как тот, кто подает нам пищу во времена нашей бедности. На основе этих методов руководства нами мы можем надеяться на достижение состояния Будды. Это - доброта Гуру. Кедруп Ринпоче сказал: "Превосходнейший, несравненный Гуру, который добрее всех Победоносных..."Хотя мы можем иметь веру в других Будд и Бодхисаттв, мы, однако, не встретились с ними лично. Сейчас, так как нам не хватает Дхармы, нас наставляет Гуру в этой Дхарме, поэтому он более, чем они, сострадателен к нам.

ОН ДОБРЕЕ, ЧЕМ БУДДА ШАКЬЯМУНИ (95)

Властелин миров Аранеми имел тысячу сыновей. Каждый из них развил Бодхичитту и поклялся заботиться о ряде учеников. Однако они видели, что будет трудно укрощать учеников в такие тяжелые времена, когда человеческая жизнь длится только сотню лет - таким образом, они игнорировали нас. Наш Учитель, в то время брахман Самандрараджа, который породил тогда же Бодхичитту, поклялся, напротив, что будет усмирять чувствующих существ именно в такие трудные времена. Шакьямуни, наш Учитель, был, таким образом, прежде, когда продолжительность жизни людей равнялась ста годам, добрее к своим ученикам, чем все другие Будды его времени. Всё же к обычным существам вроде нас Гуру даже добрее, чем Шакьямуни.

После Будды в Индии было много ученых и Мастеров[42], как например, Семь Патриархов Учения, 84 махасиддхов, Шесть Драгоценностей Индии и Двое Превосходнейших.

[42] В этом кратком абзаце Пабонгка Ринпоче говорит о многих исторических образах, которые играли роль в передаче учений. Семью патриархами Учения были последователи Будды Шакьямуни, которые несли ответственность за сохранение и распространение его учений. 80 махасиддхов - это были высокоразвитые тантрические йогины в линии передачи Благодатной Практики. Шестью Драгоценностями Индии были великие пандита Нагарджуна, Асанга, Арьядева, Васубандху, Дигнага и Дхармакирти; Двумя Превосходнейшими были Мастера Виная Гунапрабха и Шакьяпрабха.

Также Тибет видел много святых: во время первой волны распространения Учения были Падмасамбхава, царь Трисонг Децен, Шантаракшита и другие из двадцати пяти учеников Падмасамбхавы; во время более поздней волны распространения были Пять Мастеров Сакья, Марпа, Миларепа, Атиша и его ученики, Дже Цонкапа и его ученики и т.д. Но никто из них не даровал нам лично нектар святой Дхармы, методы, с помощью которых мы можем освободиться из великого океана страдания.

Шантидева выразил это кратко и убедительно в *'Бодхисаттвачарьяаватаре'* следующим образом:

Бесчисленные Будды, которые
Во имя блага чувствующих существ действовали,
Ушли от нас, и в силу моих злодеяний
Я не был среди тех, кто получил исцеление через них.

Мы должны, следовательно, думать следующим образом: "Мы не родились в подходящем месте, не пребывали в местах, где были Будды. Также все Мастера прошлого либо не смогли нами руководить, либо отказались от нас. Мы были отребьем из отребья. Какое великое сострадание проявляет наш Гуру тем, что спасает нас."

ЕГО ДОБРОТА, ЗАКЛЮЧАЮЩАЯСЯ В ОБУЧЕНИИ ДХАРМЕ (96)

Однажды великий Бодхисаттва пожертвовал собою, своим сыном, дочерью и родственниками внушающему страх якше, чтобы получить строфу Дхармы. Когда наш Учитель родился в качестве Вьилингалиты, он воткнул тысячу железных игл в свое тело, чтобы получить учения Дхармы. В той жизни, когда он был царем Ганашавой, он сжег свою плоть в тысяче светильников и бросился в огненную яму. В качестве царя Парамаварны он использовал свою кожу как бумагу, а свое ребро - как ручку. Великий Атиша принял на себя большие мучения, когда плыл 13 месяцев по океану, чтобы получить учения по Ламриму, - невзирая на все опасности шторма, морских чудовищ и т.д. Также такие люди, как Марпа и Миларепа, приняли на себя ради Дхармы большие трудности. Размышляйте также о том, как тяжело даже в сегодняшние дни совершить путешествие в Индию; переводчики прошлого рисковали своей жизнью, когда они ездили туда, чтобы принести учения Дхармы в Тибет; кроме того, они всегда делали подношение золотой мандалы своим Гуру ради Учения. Позднее при одном воспоминании о перенесенных страданиях их начинало трясти.

Как добр, следовательно, ваш Гуру, обучающий вас всему Пути! Даже Будды не могли вам даровать никакого лучшего Учения, и кроме того, вы не должны были ни разу принять на себя хотя бы малейшие страдания! Атиша сказал:

Какими большими заслугами вы должны были бы обладать[43], чтобы такие
Глубинные учения Дхармы без всякого усилия получать!
Будьте серьезными и практикуйте их правильным образом!

Представьте себе, что кто-то лежал бы при смерти, потому что он принял внутрь лекарства, пищу и яд. Врач был бы очень добр, если бы заставил этого человека со рвотой удалить яд,

---

В Тибете Падмасамбхава был великим святым, который пришел из мистической страны Уддияна, чтобы устранить препятствия, которые противостояли распространению Дхармы царем Трисонгом Деценом и индийским Мастером Шантаракшитой. Тем самым он был основателем традиции, которая позднее стала школой Ньингма тибетского буддизма. Пятью Владыками Сакья были первые пять великих Мастеров, основавших школу Сакья. Марпа и его ученик Миларепа были Отцами-основателями школы Кагью. Атиша и его ученики стоят в начале линии передачи школы Кадампа. Дже Цонкапа соединил все эти линии передачи с упражнениями других трех школ, чтобы основать школу Гелуг.

[43] Как сказал мой трижды добрый Учитель Геше Джампа Тинлэй, именно благодаря доброте Гуру, а не благодаря нашей хорошей карме, мы без особых усилий и жертв со своей стороны получаем ценнейшие, уникальные учения Дхармы. (И.У.)

съеденную еду преобразовал бы в лечебный фактор, а употребленное лекарство - в нектар бессмертия. Мы совершили неблаготворные действия, которые приведут нас в низшие сферы, - что сравнимо с ядом. Гуру заботится о том, чтобы мы эти действия очистили. Как правило, мы предназначаем свои благие дела вещам этой жизни: долгой жизни, здоровью, подаркам и славе. Гуру приводит нас к тому, чтобы пойти в другом направлении и породить серьезную мотивацию, произносить чистую молитву и посвящать свои заслуги. Наши позитивные дела станут благодаря ему чем-то полезным для будущей жизни. Он приводит нас также к тому, чтобы благотворное, собранное для того, чтобы достигнуть высшего перерождения или Освобождения, преобразовать в совершенное состояние Будды. Кто мог бы быть добрее? В Ламриме *'Эссенция нектара'* говорится:

Когда говорится, что доброту, заключенную в одной лишь строфе
Наставления, невозможно вознаградить,
Даже если делать подношения в течение эонов времени,
Равных числом количеству букв в той строфе Учения,
То как тогда можно отплатить за добро
Получения учения о всем благородном Пути?

Как добр был бы тот,
Кто узника из тюрьмы спасет
И подарит ему благоденствие!
Но Гуру обучает нас методам
Освобождения из трех низших сфер;
Он поистине добр, потому что, став людьми или богами,
Мы испытаем любое желаемое благосостояние.

Искусно он учит превосходным методам,
Применение которых приведет к концу
Всё несчастье сансары и нирваны.
Он ведет нас к совершенному состоянию:
К трем Кайя.
Кто мог бы быть добрее?

ЕГО ДОБРОТА, ЗАКЛЮЧАЮЩАЯСЯ В БЛАГОСЛОВЕНИИ ВАШЕГО УМА (97)

Все реализации, которые возникают в вашем сознании, приходят через благословение Гуру, о котором вы молились. Когда Гуру-йога становится подлинной жизненной силой Пути, начинается большой прогресс: В этом - основное значение благословения, которое вы получаете от Гуру. Когда Тилопа Наропе бросил в лицо мандалу грязи, Наропа тотчас оказался в состоянии беспрерывно поддерживать свою однонаправленную концентрацию в течение семи дней. Даже тот факт, что мы сейчас интересуемся Дхармой, в то время как прежде этого не делали, восходит к благословению нашего Гуру.

В этом году я получил 24 числа четвертого месяца ясный знак, что мой уважаемый Гуру, мое Прибежище и мой Защитник благословил меня; по причине этого благословения наши нынешние наставления по Ламриму протекают столь благоприятно. Мой Гуру, моё Прибежище и мой Защитник проводил однажды вместе с двадцатью пятью геше в Дагпо церемонию Пуджи. Я тоже принимал участие и чувствовал себя так тронутым этим, что мои глаза во время рецитирования строф о неразрывности Блаженства и Пустоты из *'Гуру Пуджи'* наполнились слезами. Даже это было благословением Гуру.

Если вы обращаетесь с молитвой к Гуру, то достигнете всех хороших вещей и всего, чего вы желаете для этой жизни и следующей. Махасиддха Тилопа сказал: "Наропа, самое полезное для познания - это Гуру". И Гьялва Гоцанг сказал:

Многие медитируют о Ступени Порождения,
Но медитация о Гуру есть превосходнейшая.

Многие выполняют начитывания,
Но молитва к Гуру - самая лучшая.
Если ты постоянно обращаешь к нему просьбы,
То непременно испытаешь,
Что он и ты неразрывно связаны.

Кьябдже Ринпоче рассказал некоторые истории: как один человек из Ретренга однажды поднес статуе Дромтонпы масляный светильник, и его желания исполнились; как Атиша был благословлен Домбхипой; как Друбканг Гелег Гьяцо дал благословение Пурхогу Нгавангу Джампа и т.д.

ДОБРОТА, ЗАКЛЮЧАЮЩАЯСЯ В ТОМ, ЧТОБЫ ПРИТЯГИВАТЬ К СЕБЕ ПОДАРКАМИ МАТЕРИАЛЬНОГО РОДА (98)

В сегодняшние дни люди ждут подарков; поэтому Гуру привлекает их к себе поближе, тем что делает им подарки материального вида, а потом ведет к Дхарме.

Когда мой уважаемый Гуру жил в отшельничестве, однажды был прислан слуга семьи Дриме Тенгка, чтобы испросить предсказание; в качестве даяния он принес с собой наполненный маслом бурдюк. Место пребывания моего Гуру было расположено высоко, на вершине одной горы, следовательно, человек при восхождении очень устал. Прибыв, наконец, к моему Гуру, он сказал: “Лама должен быть как дикий зверь, иначе не имел бы никакой потребности жить таким образом здесь, высоко на горе.” Мой Гуру подал ему чай, угостил хорошей едой и сделал подарок. Тут человек обрел веру в него, и позднее должен был сознаться: “Этот Лама предоставляет много благословения. То, что он мне подарил, было превосходным.” Так он был притянут к Гуру и развил веру.

Под “дарами материального вида” можно понимать многое, к примеру, заботу Учителя о своем ученике.

Как сказал Атиша, все его благие качества восходят к его Гуру. Он придерживался взгляда, что мы приобретаем все свои хорошие качества через доброту Гуру. Так как мы не анализируем, то думаем, что получаем наше нынешнее счастье, наши приятные вещи и наш авторитет своими собственными усилиями; однако это обстоит не так. Рассмотрим пример двух братьев, из которых один был отдан в монастырь, и тем самым становится членом Сангхи - объектом, в котором другой брат принимает Прибежище. Он может затем присоединиться к другим монахам в монастыре и воспользоваться своей частью Дхармы и материальных вещей. Он может вести жизнь с немногими обязанностями и делами. Однако он достиг состояния монаха не собственной силой, как это сделал наш Мастер, а по причине доброты настоятеля, которы даровал ему монашеские обеты.

Сегодня ты можешь читать в день многие сотни страниц и анализировать их смысл: ты имеешь это благодаря доброте того, кто научил тебя алфавиту. Если вы не получили никакого посвящения, которое приводит вас к зрелости и подготовляет вас, то вам не разрешено читать тантрические труды. Однако тот, кто получает посвящение, тем самым прошел через врата, ведущие к тайным тантрам, которые встречаются ещё реже, чем приходят Будды. Через свою доброту Ваджрный Мастер закладывает семена в твое сознание, которые с уверенностью принесут в пределах 16 жизней плоды четырех Кайя, если твои обеты ещё невредимы. Так вы должны обозреть различные виды доброты, которую Гуру проявил к вам, и думать: “Он дал мне это и это и то...” Однако это ещё не всё. Вы обрели человеческое тело, вы, может быть, счастливы в своем нынешнем перерождении, обладаете благосостоянием и т.д. Всё это вы имеете в результате вашего нравственного поведения или вашей практики терпения в прежней жизни, за что опять же нужно благодарить доброту Мастера, приучившего вас к этим упражнениям. Поэтому каждый вид счастья, которым мы обладаем, восходит к доброте Гуру.

Вы можете теперь возразить: “Ведь речь не идет всегда об одном и том же Гуру: различные Гуру в разные времена внесли, смотря по обстоятельствам, свою долю личного вида доброты.” Эти Гуру были все излучениями одного и того же базиса - сознания всех Будд, Мудрости Единения Блаженства и Пустоты, которая одного вкуса с Дхармадхату. Все Гуру являются самим Ваджрадарой, который манифестируется в различных одеждах. Например, в Тибете

было одно существо, от которой произошла наша раса[44], были люди, которые ввели законодательство; переводчики Дхармы; цари и их министры, которые распространяли Дхарму и сохраняли её; мастера-переводчики и ученые; реинкарнации Далай-лам и т.д. Все они были лишь различными аспектами Арья Авалокитешвары, держателя лотоса. Подобным образом все наши Гуру - одной сущности. Дже Ринпоче сказал:

> В прежде сказанном речь идет о знаменитом наставлении, которое называется
> "Гуру-йога". Она, однако, не принесет никаких плодов,
> Если медитировать над нею лишь несколько раз.

Чтобы суметь понять, что Гуру суть воплощение всех Будд, что он, таким образом, фактически - это все Будды, которые лишь выступают в различных формах, вы должны упражняться в *'Гуру Пудже'* и тому подобном. Если, однако, начитываете при этом лишь слова, без понимания их смысла, то тогда это не принесет никаких плодов.

Кто понимает, что сознание всех Будд одного вкуса с сущностью Дхармакайя, - это Блаженство и Пустота, - и что Гуру являются появившимися отсюда, тот понимает также, что когда речь идет обо всех Буддах - сто семейств, пять семейств, три семейства и одно семейство, - то говорится лишь о Гуру в различной маскировке. Тот, кто этого не понимает, наверняка, сомневается даже, что известные Ламы, которые дают Учение с высокого трона, заслуживают уважения. Вы были бы тогда также в опасности, что не оказываете подобающего уважения простому монаху в своем монастыре, который вас научил читать. Когда вы узнаете это, то увидите благодаря тому, что научитесь видеть чистым *одного Гуру*, всех Гуру тоже чистыми. Радуя затем одного из них, вы радуете всех их. То же самое действительно в противоположном отношении: вызвать недовольство одного Гуру означало бы вызвать недовольство всех их. Вы должны их всех считать равным образом добрыми, и при вашей практике преданности не давайте появляться никакому особому предпочтению.

Это означает, мы должны начитывать строфы о доброте Гуру, когда размышляем о том, как он в высшей степени добр. Следующая строфа Кумары Манибхадры упоминается в разделе о доброте Духовного Мастера в *'Сутре разбросанных палок'*:

> Мои духовные Мастера, мои Учителя Дхармы
> Да смогут меня наставить во всей Дхарме;
> Они пришли с единственным намерением:
> Объяснить мне, что является задачей Бодхисаттвы.
>
> Для моего развития они - как моя мать;
> Они - как кормилица,
> Которая вспаивает меня молоком добрых качеств,
> Они упражнялись как следует
> В отраслях знания, ведущего к Просветлению.
> Эти Духовные Мастера покончат
> С моими вредоносными качествами.
>
> Они - как врачи, что от старости и смерти избавят,
> Или как Индра, небесный владыка,
> Заставляющий идти дождь нектара;
> Они заставляют взрастить белую Дхарму
> Подобно прибывающей луне,

---

[44] Согласно одной тибетской легенде, раса происходит от одной людоедки-великанши с обезьяньим лицом и одной большой белой обезьяны-самца. Самец обезьяны был на самом деле эманацией Авалокитешвары и проводил в течение многих лет в одной пещере строгие медитативные упражнения, во время которых великанша снаружи жаловалась и причитала, потому что она тосковала о соединении с ним. В конце концов он согласился, и от их союза произошли тибетцы. От него они получили свою добросердечность, а от неё - недоверчивость, полное тело, скупую и сладострастную натуру.

И указывают, подобно солнечному свету,
Путь к Покою.

Они- как гора, недвижимая друзьями и врагами.
Их ум в равновесии, как океан.
Они, Драгоценные, защищают нас совершенным образом -
Это - помыслы, которые меня привели к ним.

Бодхисаттвы, вдохновившие мой ум к Просветлению;
Дети Будды, которые доставят меня к Просветлению;
Они ведут меня, Будды поют свои песни хвалы -
С этими благотворными мыслями пришел я к ним.

Они - как герои, ибо спасают меня от мира;
Они - мои проводники, моё Прибежище и моя защита;
Они - даже очи мои и моя отрада -
Думай так, когда выражаешь поклонение
Твоим Духовным Учителям.

Из Ламрима *'Эссенция нектара'*:

Я отказался от семейной жизни, этой огненной ямы,
И совершаю в одиночестве деяния мудрых;
Я ценю великолепный нектар Дхармы.
Это - доброта моих досточтимых Гуру.

Я встретился с учениями Цонкапы,
Которые так трудно найти,
Даже если тысячу эонов искать;
Это - доброта высокоразвитых Учителей.

Они, мои Духовные Мастера,
Являются Защитниками,
Спасающими меня от низших сфер,
Капитанами, ведущими в океане сансары,
Проводниками, ведущими меня
К высшим перерождениям и Освобождению.

Врачи, освобождающие меня от хронических умственных мук,
Воды, заливающие великий огонь страданий,
Светильники, освещающие мрак неведения,
Солнечные светила, освещающиеПуть к Освобождению.

Освободитель из тесной тюрьмы сансары,
Облака, из которых струится мягкий дождь
совершенной Дхармы,
Любимые друзья, помогающие мне изгнать вредоносное,
Добрые родители, всегда преисполненные любовью,...

Размышляйте над этими стихами, в то время как рецитируете их, и напоминайте себе о доброте своих собственных Гуру.

Как практиковать преданность Гуру в действии, я объяснял на основе *'Собственных слов Манджушри'*. Однако вы не должны смешивать этот раздел с тремя последними подготовительными ритуалами.

Затем Кьябдже Пабонгка Ринпоче повторил ещё раз все медитативные темы, причем перед каждой темой произносил молитвы и визуализировал очищающие потоки нектара.

Вверяясь Духовному Мастеру

Девятый день

Кьябдже Пабонгка Ринпоче держал краткую речь, призванную придать нашей мотивации правильное направление, цитируя при этом несравненного Атишу.

Жизнь коротка и много чему есть учиться;
Нам неведомо, долго ли будем живы.
Поэтому преследуйте свои цели
Как лебедь, который отделяет молоко от воды.

Он назвал уже рассмотренные надзаголовки и ещё раз сделал краткий обзор темы о Преданности Гуру.

КАК ВВЕРИТЬСЯ ГУРУ ПОСРЕДСТВОМ ДЕЯНИЙ (99)

В *'Украшении махаянских сутр'* мы находим следующие слова:

Посвятите себя Духовному Мастеру
Тем, что делаете ему подношения,
Тем, что служите ему,
И тем, что практикуете.

Итак, имеются три пути для того, чтобы практиковать преданность Гуру посредством действий: самый малый (даяние), средний (служение) и лучший (практика). Даже школьники делают такие вещи для своих учителей. Правильный способ вверения себя Учителю или Гуру называется Гуру-йогой. Если вы основываете свою преданность Гуру на личном отношении, то не нуждаетесь ни в каком упражннении в специальной Гуру-йоге. Если, напротив, вы не присутствуете лично, то должны производить визуализацию Поля Заслуг, совершать ритуал омовения, произносить молитвы, делать простирания, подношения и т.д.

Лучшим методом для того, чтобы доставить радость своему Духовному Мастеру, является следование его наставлениям. Миларепа сказал:

Я не имею никакого материального богатства
И никаких даров, чтобы поднести их.
Своей практикой я вознаграждаю доброту моего Гуру-Отца...
Я упражняюсь мужественно и не страшась никаких усилий;
Это - мои подарки для моего Гуру-Отца.

Как объясняют обе традиции *'Собственных слов Манджушри'*, краткая южная линия передачи и более подробная линия передачи из центрального Тибета, преданность Гуру в делах является частью четырех подготовительных упражнений. В этом тексте преданность Духовному Мастеру помыслами преподается в конце раздела о третьем подготовительном упражнении.

Согласно этому тексту, в том случае, если не находишься вблизи Гуру, нужно преданность Гуру делами проводить с помощью первых трех подготовительных упражнений. В

начале призывают Гуру и Поле Заслуг, делают подношение и т.д. Этим способом вы доставляете своему Гуру радость посредством материального даяния.

Затем благословите земную поверхность, как уже было описано (Пятый день) и призовите Силу Истины. Визуализируйте поверхность земли как ляпислазурь, усеянную золотыми двойными ваджрами, которые кажутся рельефно возвышающимися, однако когда вы их касаетесь, они оказываются полностью вложенными в землю.

В линиях передачи из центрального Тибета в середине земной поверхности находится квадратный дворец. Он имеет четыре входа и фасады без особых украшений; он подобен дворцу в мандале Будды медицины. Дворец имеет гигантские размеры, в центре - большой, поддерживаемый восемью львами трон с четырьмя ступенями - как ступа без куполообразной надстройки.

Визуализируйте три львиных трона на высшей ступени. Они находятся в задней части; на центральном троне пребывает Будда Шакьямуни. Майтрейя находится на троне справа, Манджушри - на троне слева. Гуру линии передачи Обширного Метода и Глубинного Постижения сидят позади обоих. На передней части ступени стоят три львиных трона, на которых сидят Атиша, переводчик Нагтсо и Дромтонпа.

На второй ступени находятся ещё три львиных трона. Цонкапа, Победоносный, сидит на среднем трое. Шераб Сенге - справа, Гедун Друб (Первый Далай-лама) - слева.

На третьей ступени стоит ещё одна группа из трех львиных тронов. Великий Пятый Далай-лама сидит на среднем троне, справа от него - Рехтен Джинпа Гьятсо, а слева -Джампа Чодан, который сам является поистине выдающимся Гуру.

На среднем троне четвертой ступени сидит ваш коренной Гуру. В тексте говорится, его главные ученики сидят справа и слева; однако согласно устной линии передачи, его собственный Гуру - на правой стороне, а Гуру его Гуру - на левой стороне.

Ваши другие Гуру сидят на шелковых подушках.

Согласно другой традиции, все Гуру Трипитаки сидят на оставшихся трех сторонах ступеней; Будды, Бодхисаттвы, Шраваки, Пратьекабудды, Защитники Дхармы сидят на задних ступенях.

Соответственно ещё другим традициям визуализируют Гуру линии передачи Обширного Метода и линии Глубинного Постижения в их правильной последовательности справа и слева от трех групп Гуру. Визуализируйте других Гуру линии передачи Виная на правой ступени, Гуру Абхидхармы на левой, а Гуру Сутры на задней ступени. Медитативных божеств и тому подобного не надо визуализировать.

При этой медитации достаточно представлять себе, что эти персоны являются присутствующими - даже если вы не можете их ясно видеть. Образы на заднем плане ступеней не скрыты львиными тронами (передних групп соответствующих трех Гуру); задние фигуры тоже обращены к тебе.

Купальный дом имеет четыре входа. Внутри находятся троны для всего Поля Заслуг, но никакого бассейна для купания. В центре дома пол немного возвышается. В остальном - так же, как в Семичленной Молитве.

Южная линия передачи описывает визуализацию немного иначе. Представьте себе большой трон с семью ступенями - подобно ступе Кадампы. Ступени украшены семью драгоценными веществами; они подробно описываются в речитативных текстах. Львы (которые поддерживают трон) стоят на земле. Перед этим львиным троном находятся три лестницы. На верхней ступени - обтянутая сукном рама, похожая на спинку трона высокого Ламы. Она имеет крюкообразные декорации из благородного металла с острыми насадками на двух верхних углах, которые выглядят как ручки. Каждая ступень имеет маленькую золотую лестницу, которая ведет вниз и к другим лестницам перед львиным троном.

На шпице рама образует свод и выложена золотыми насадками *ганджир* с победными флажками справа и слева. В середине верхней ступени - трон со спинкой для Будды Шакьямуни. Трон поддерживается шестью существами - нагом, гарудой и так далее, - которые символизируют Шесть Парамит. На троне Шакьямуни лежат пять парчовых подушек. Майтрейя сидит справа от Шакьямуни и Манджушри - слева; на их тронах, которые не поддерживаются львами, лежат соответственно три подушки. Ваш Гуру в его обычном проявлении сидит на двух подушках перед ними; он не нуждается ни в каком троне. Его Гуру

сидит по правую сторону, и Гуру его Гуру - по левую сторону. Они покоятся соответственно лишь на одной подушке. Ваши другие Гуру, если они ещё живы, сидят на ковриках. Середина ступени остается пустой, так, как будто хотели держать свободным проход.

Ваш Гуру в своей обычной форме держит свою правую руку в жесте учения Дхармы. Он держит в левой руке тибетскую книгу, состоящую из отдельных листов. Она завернута в платок из пяти слоев шелка, украшенный книжными знаками.

Гуру линии передачи Обширного Метода и Глубинного Постижения сидят соответственно справа от Майтрейи и слева от Манджушри. Гуру кадампинской традиции Ламрим находятся в конце линии Обширного Метода и в качестве важного символического знака последнее место линии остается незанятым. Ваши другие Гуру, которые не находятся на первой ступени, сидят на второй и третьей.

Гуру наставлений традиции Кадампа сидят в ряду на четвертой ступени, причем Чен Нгава занимает середину. На пятой ступени находятся Бодхисаттвы. Будды сидят в правых и левых углах первых четырех ступеней. Шраваки сидят на шестой ступени и Защитники Дхармы - на седьмой ступени.

Эту традицию приписывают Пути Сутр; Гуру линии преемственности Благодатной Практики здесь поэтому не визуализируются. Если кто-то желает их включить, может представлять, что они присутствуют в не-манифестированной форме.

Обе линии преемственности *'Собственных слов Манджушри'* принадлежат традиции Сутр, поэтому Существа Самайя и тому подобное не должны визуализироваться. Образы призываются и приглашаются в качестве гостей. Я хотел бы это ещё немного пояснить: прежде чем нам пригласить наших гостей на банкет, разместить их, мы должны сперва приготовить для них сиденья. Итак, вы благословляете сначала подношение (см. Пятый день) и приглашаете затем Существ Мудрости, которые теперь занимают свои места на соответствующих сиденьях. Вы приглашаете их и представляете себе, что они прибывают "тем образом и способом, каким Будда и его свита прибыли к Магадхабхадри."

Кьябдже Пабонгка Ринпоче рассказал эту историю и объяснил упражнение во всех подробностях.

В качестве следующего действия вы омываете их тела. Купальный дом имеет - в противоположность вышеописанному - четыре стеклянные двери, по одной в каждой из четырех сторон света. Нет центрального бассейна, однако есть много кувшинов с водой. Крыша дома состоит из деревянного плетения, над ним возвышается купол. От бревен кровли свисают мешочки или пористые сосуды с благовонными веществами. Представляйте себе во время ритуала омывания, что вода вытекает прямо из кувшинов. Монахи (Поле Заслуг) входят группами по трое. Как выше описано, они занимают потом свои места на тронах купального дома, причем собранные части одежды имеют форму желтых лучей света. Затем образы омываются. В дальнейшей части ритуал следует согласно вышеприведенному описанию.

Вы не всегда имеете, может быть, время, чтобы выполнять всю визуализацию, включая кувшины с водой и тому подобное. В действительности также не всегда является необходимым включать этот купальный ритуал в подготовительные ритуалы. Даже если он совершается лишь от случая к случаю, то можно освобождаться от умственных завес, загрязнений и т.д. Остальная часть купального ритуала одинакова с тем, что было описано в разделе *'Быстрого Пути'* (см. Пятый день).

Если наставление базируется только на *'Собственных словах Манджушри'*, то в этом месте нужно ввести в обычай *не* растворять визуализацию Поля Заслуг. Если рецитируется определенное число повторений подготовительных ритуалов, то нужно, например, во время последней части сессии произносить *'Основы всех благих качеств'* Цонкапы. Не растворяя Поле Заслуг, после мантры увеличения подношений начинают снова повторять (начитываемый) текст. Если, напротив, Поле Заслуг уже растворено, произносят лишь несколько раз Семичленную Молитву.

В сегодняшние дни вы при исполнении подготовительных ритуалов должны следовать *'Драгоценному ожерелью для счастливцев'*, а не ритуалам, описанным в *'Собственных словах*

Манджушри', так как первый текст является особенно глубоким и благословенным наставлением, который превосходит все другие.

ЧТО ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ ПОСЛЕДНЕЙ ЧАСТИ СЕССИИ (100)

В конце медитации на тему из Ламрима вы должны рецитировать именную мантру Будды Шакьямуни, а также произносить молитву и посвящения.

ЧТО ДЕЛАТЬ МЕЖДУ МЕДИТАТИВНЫМИ СЕССИЯМИ (101)

Не существует времени, которое не относилось бы либо к медитативной сессии, либо к периоду между сессиями, и это имеет высший смысл - использовать временные промежутки между сессиями. Если вы свой ум во время сессии обучаете, но потом между сессиями позволяете ему предаваться развлечениям, то ваша практика станет хаотичной, когда вы опять вернетесь к медитативной сессии. Если, напротив, временной период между сессиями хорошо проходит, то вы сделаете тем самым ваше драгоценное человеческое существование чем-то, исполненным смысла. Поэтому Дже Ринпоче в своих учениях и трудах придавал столь большую ценность также времени между сессиями - точно так же много, как собственно медитативной сессии.

Мы хотим как раз рассмотриваемую медитативную тему (Преданность Гуру) взять в качестве примера. Читайте между сессиями повествования, относящиеся к теме преданности Гуру из подлинных комментариев, к примеру, о том, как Наропа полагался на Тилопу, Миларепа - на Марпу и Дромтонпа Лама Сецюн - на Атишу. Это означает, ваша мудрость будет уменьшаться, если вы читаете другого вида книги. Если вы, например, читаете истории, и это возбуждает неприязнь, то, если хотите развивать мудрость, вам нужно избегать чтения подобного рода.

Чтобы воспрепятствовать возникновению умственных страданий между медитативными сессиями, мы должны воздерживаться от использования наших органов чувств тем образом и способом, которые, возможно, могли бы способствовать отвлечению. Так как мы, однако, еще не подошли к этому пункту, то нам следует с нашими тремя дверьми быть всегда бдительными, и даже тогда, когда, например, видим нечто привлекательное, не позволять нашему уму поддаваться иллюзии.

Читайте главу о "Поддержании бдительности" в *'Бодхисаттвачарьяаватаре'* Шантидевы, чтобы рассмотреть тему поподробнее. Сущностное высказывание этой главы таково:

Коротко и ясно говоря,
Бдительность есть не что иное, как вот что:
Проверяйте снова и снова
Состояние тела и ума.

Практика бдительности - это нечто основополагающее. При всех действиях своих трех дверей - при движениях вашего тела, при речи и при мышлении - вы должны быть внимательными. Представьте себе, вы вошли в помещение, которое имеет только две двери. Существуют лишь две возможности войти в помещение и покинуть его, а именно, либо через одну дверь, либо через другую. Чтобы воры не проникли в эту комнату, нужно лишь охранять эти две двери. Равным образом можно вопрепятствовать неправильным действиям, если охранять свои три двери и не ослаблять своей внимательности.

Существует одна история о Геше Бэн Гунг Гьяле: он следил за своим умом и отказался от йогурта, который ему не дали.[45] Он воскликнул: "Я - вор". Мы должны подобным образом присматривать за самими собой. Когда мы предаемся дневным грезам, с нами может случиться

[45] Геше Бэн был членом одной большой группы монахов, которым в храме сделали подношение йогурта. Бэн Гунг Гьял предвидел, что он будет последним, кто получит свою долю. Он поймал себя при том, как завистливо он взирал на тех, кто уже что-то получил, и отказался от своей порции, когда подошла его очередь. Ко всеобщему удивлению, он при этом воскликнул: "Я - вор!".

следующее: один человек решил своего сына назвать Дава Драгпа, когда ещё не было никакого сына. Полный радости человек начал танцевать и умер на месте.[46]

Атиша сказал: “Проверяйте свою речь, когда вы находитесь в обществе; проверяйте свой ум, когда вы наедине с собой.” Мы действуем неблаготворно, потому что рассеянны и невнимательны. В такие мгновения мы никогда не замечаем, что делаем что-то неблаготворное. В то время, когда мы сидим кружком или беседуем друг с другом, мы, может быть, убиваем по рассеянности насекомое - если бы мы, напротив, были бдительны, то избежали бы убийства и сказали себе: ”Не делай этого, это неблаготворно.” При встрече со многими друзьями, если возникают различные темы разговора, равным образом следует проверять частью своего сознания: “Что точно я буду сейчас говорить?” Если мы как раз собирались употребить грубые слова или вести пустые разговоры, то должны держать язык за зубами. Находясь в одиночестве, мы должны проверять: “О чем я думаю как раз?” Мы должны поддерживать нашу внимательность и бдительность, но всё же мы часто даже не замечаем, когда забываем об этом. Поэтому мы должны постоянно об этом памятовать: “Мне не следует забывать упражняться во внимательности.”

Геше Караг Гомчунг написал однажды четыре вывески и повесил их на стенах своей комнаты. Он написал: “Никаких отвлекающих мыслей!” Мы не сравнимся здесь с ним; нам нравятся девизы типа: “Я желаю иметь как можно больше денег.” Это наш единственный лозунг.

Время между медитативными сессиями очевидным образом имеет важное значение, даже в затворничестве. Может быть, вы положили камень возле своей двери в знак того, что находитесь в ретрите (см. Четвертый день), и находитесь на покрытой снегом горе, однако в вашем сознании отсутствует внимательность. Мой Гуру говорил: “Чье тело - в затворничестве, того ум должен выполнять медитацию о внимательности и бдительности.”Во всём, что вы делаете, вы должны поддерживать внимательность и бдительность; этими действенными методами будет пресечена ваша рассеянность.

Миларепа говорил, тривиальные вещи этого мира могут нам служить в качестве учебных книг. Иначе выражаясь: всё, что вы видите, должно усиливать вашу любовь, ваше сострадание, ваше Отречение и т.д. Дже Друбканг Гелег Гьяцо достиг, к примеру, глубокой убежденности в отношении закона причины и следствия, наблюдая, как муравей был укушен пчелой.

Когда мы идем в магазин, в нас возбуждаются клеши, например, привязанность; неблаготворное сопровождает нас на каждом шагу. Когда мы, наконец, возвращаемся домой, то несем свинцово-тяжелый мешок, полный пороков, на наших плечах. Если же мы исследуем вещи правильным образом и идем в сопровождении внимательности и бдительности в магазин, то сможем получить много вдохновения для усиления нашего Отречения и нашего познания непостоянства. Этим способом мы должны превращать все повседневные вещи в стимул для практики Дхармы.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче говорил о еде и о том, как надо умеренно принимать пищу. При этом он упомянул также о том, что голодным духам нужно ежедневно делать пожертвование пищи. Это объясняется наглядно в одном тексте под названием “Конец дня”, указаниям которого мы должны следовать. Он рассказал, как полезно даже для ворон то, что они поедают пожертвованную пищу.

КАК НАМ НАДО ПРИНИМАТЬСЯ ЗА ПОЭТАПНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ПОСЛЕ ВВЕРЕНИЯ СЕБЯ ДУХОВНОМУ МАСТЕРУ (102)

Здесь имеется два главных раздела: 1) как пришпорить себя к тому, чтобы извлечь сущность собственного драгоценного человеческого рождения; 2) как извлечь сущность драгоценного человеческого рождения.

[46] Существуют многие версии этой истории. Согласно Геше Нгавангу Даргье, человек во время своих дневных мечтаний так увлекся, что не заметил, как крыса прогрызла трос, на котором висел мешок с ячменной мукой. Трос оборвался, мешок рухнул ему на голову и он умер.

Как пришпорить себя к тому, чтобы извлечь сущность собственного драгоценного человеческого существования (103)

Можно пришпорить себя с помощью размышлений о том, какое большое приемущество заключается в человеческом существовании и как трудно его достичь. Здесь имеются два раздела: 1) краткое объяснение, которое должно убедить вас; 2) краткое наставление о том, как нужно проводить упражнение.

Краткое объяснение, которое должно убедить вас (104)

Два только что названных раздела обнаруживают схему, которая применяется во всех следующих медитативных темах. Она отражает, как формальные инструкции традиционно связываются с содержательным учением. Вы должны вставлять различные медитативные темы - вроде той, о которой я теперь повествую (драгоценное человеческое существование), - в раздел, где объясняется, как нужно практиковать центральную тему сессии. При этом, как я уже объяснял в разделе о преданности Гуру, в конце подготовительных упражнений переходят к этой медитативной теме и прибавляют потом последнюю часть сессии.

Мы не имеем никаких проблем с тем, что наш рот всё время является открытым для громкой болтовни, тем самым показывая, что мы не размышляли о великой пользе и редкости драгоценного человеческого рождения. Если мы будем размышлять об этих вещах, то это станет огромным импульсом к духовной практике.

Тот, кто размышляет о великой значимости и редкости драгоценного человеческого рождения, чувствует себя непроизвольно счастливым; когда размышляют, напротив, о смерти и преходящности, то само собой возрастают трагические чувства.

Здесь есть три надзаголовка: 1) по каким признакам можно признать драгоценное человеческое существование; 2) как размышлять о его великой значимости; 3) как размышлять о том, как трудно его достигнуть.

ПО КАКИМ ПРИЗНАКАМ МОЖНО ПРИЗНАТЬ ДРАГОЦЕННОЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ (105)

Эта часть охватывает два раздела: 1) свободы; 2) снаряжения.

СВОБОДЫ (106)

Прежде чем возникло желание удовлетворить сущностный смысл драгоценного человеческого существования, сначала нужно узнать, что обладаешь им. Камни, из которых сложен твой очаг, могут быть из золота, однако если ты этого не знаешь, то, несмотря на это, остаешься бедняком. Также свободы должны быть познаны - факт обладания свободой от восьми состояний, которые являются неблагоприятными для практики Дхармы. Восемь неблагоприятных состояний упоминаются в *‘Письме другу’* Нагарджуны:

Иметь ложные воззрения, животным,
Голодным духом или существом адов быть,
Быть вынужденным жить без учений Будды,
В отдаленном месте или среди варваров,
С неполноценными органами чувств или глухим родиться,
Быть долгоживущим богом:
Каждое из этих перерождений - это одно из неблагоприятных состояний.
Так как ты достиг благоприятного состояния,
Которое свободно от них, стремись к тому,
Чтобы воспрепятствовать перерождению там.

Существуют четыре неблагоприятных состояния в качестве не-человеческих существ и четыре неблагоприятных состояния, которые можно испытать в рамках человеческого бытия.

Четыре неблагоприятных не-человеческих состояния - это следующие: сфера адов не подходит для практики Дхармы, так как там имеют место невыразимые страдания от жары и холода. Если бы кто-то положил вам на голову горящую лучину и потребовал от вас одновременно с этим, чтобы вы медитировали, то вы бы от сильной боли вообще не в состоянии были начать медитацию. Родись мы сейчас в аду, мы бы страдали в сотни тысяч раз больше, чем крыса, которую заживо бросают на жаровню. Будучи далекими от того, чтобы практиковать Дхарму или услышать хотя бы одно слово Дхармы, мы имели бы сознание, полностью пронизанное страданием. Мы должны ценить свое счастье, что не родились там.

Перерождение в качестве голодного духа неблагоприятно для практики Дхармы, потому что в этой сфере имеют место страдания от величайшего голода и жажды. Если бы наш Гуру потребовал от нас практиковать Дхарму, в то время как мы проголодались, то нам трудно это сделать, так как мы можем в это время думать лишь о еде и питье. Поэтому этот вид перерождения точно так же не подходит для практики Дхармы. Насколько счастливыми мы можем считать себя, что не переродились голодным духом!

Перерождение в качестве животного неблагоприятно для практики Дхармы, так как жизнь животных характеризуется большой тупостью и невежеством. Если, например, собаке или ослу поручить начитывание мантры *Ом мани падме хум* и сказать им, что это приведет к Просветлению, они были бы абсолютно не в состоянии постигнуть это. И если они не могут ни разу произнести один слог *Ом мани падме хум*, то как они могли бы тогда понять какую-нибудь другую форму Дхармы? Опыт животных является полностью отпечатком типичных страданий, присущих их сфере, что делает его неблагоприятным для практики Дхармы. Какими счастливыми мы можем считать себя, что не родились одним из них!

Когда мы ныне говорим: “Какое счастье!”, это относится всегда к тем случаям, когда мы заработали немного денег - на самом деле нечто подобное, однако, не является особенно большим счастьем. Животных, будь то собаки или ослы, мы не должны рассматривать просто в качестве объектов нашего любопытства; собственно говоря, было бы уместно мыслить так: “Какое счастье, что я - не они!”

С долгоживущими богами происходит так: рождение в Сферах Формы или Бесформности - это один из выдающихся кармических результатов, и когда богов ожидает перерождение в этих Сферах, они чувствуют: “Я перерождаюсь богом.” Когда они в конце концов оставляют это перерождение, то чувствуют: “Я оставляю это божественное перерождение.”Между этими ощущениями они погружены в состояние однонаправленной концентрации, которое сравнимо с длительным сном - они растрачивают целое перерождение таким полностью бессмысленным образом. Как упоминается в *‘Уровнях Шраваков’* Асанги, боги в других небесных сферах, хотя и имеют величайшую чувствительность к благотворному, однако, как правило, проводят всё свое время, предаваясь полностью и совершенно своим божественным удовольствиям и поэтому не получают никаких учений Дхармы. Царь врачей Дживака Кумарабхарта был в то время, когда ещё имел жизнь человека, учеником Шарипутры. Всякий раз, когда Дживака ехал по улице верхом на слоне и случайно встречался с Шарипутрой, то без мгновения промедления спускался со своего слона. Позднее Дживака переродился с сфере богов и Шарипутра пришел, чтобы наставлять его в Дхарме. Однако Дживака был настолько углублен в свои небесные наслаждения, что в качестве знака своего уважения поднял лишь один палец и затем опять обратился к своим удовольствиям. Он не дал Шарипутре никакого шанса преподать наставления в Дхарме. Этот пример показывает, что боги не имеют никакого стимула упражняться в Дхарме или Отречении. Они имеют свои небесные барабаны, магических птиц и так далее, которые рассказывают им о Дхарме, однако они не имеют никаких Гуру, как мы, которые могли бы дать им подробные наставления.

Четыре неблагоприятных состояния в человеческой сфере таковы: если родиться в отдаленной местности, где господствуют варварские нравы, то там не услышишь ни единого слова Дхармы. Если родиться в месте, где никогда не было Будды, то не узнаешь, как должна практиковаться Дхарма. Даже если кто-то попытается начать практику Дхармы, то не будет делать это правильно. Что бы мы делали, когда бы родились в таких состояниях? Думайте о

том, какими счастливыми мы можем считать себя, что не подверглись участи таких перерождений!

Даже если кто-нибудь и родился в центральном месте, но является неполноценным человеком, с непригодным или расстроенным умом, то он или не поймет истинного смысла Дхармы, или попросту будет подражать движениям, не упражняясь правильно.

Лелеять ложные воззрения - это величайшее препятствие для вступления в практику Дхармы - поэтому оно упоминается в *'Письме другу'* Нагарджуны также на первом месте. В сегодняшние дни, к примеру, очень невыгодно родиться в качестве мусульманина, так как в этом случае не накапливается хотя бы заслуга от начитывания одной единственной мантры *Ом мани падме хум*, даже если жить очень долго.

Мы сотворили теперь это - обрели восемь свобод, что было отнюдь не просто. Постарайтесь уловить, что мы в точности подразумеваем, когда говорим о счастье: что могло бы означать большее счастье, чем обладание этими восемью (свободами), которые так труднодостижимы?

СНАРЯЖЕНИЯ (107)

Существуют десять снаряжений; пять из них зависят от самого практикующего и пять - от других.

ПЯТЬ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ СНАРЯЖЕНИЙ (108)

В *'Уровнях Шраваков'* говорится:

> В качестве человека родиться в центральной стране,
> Обладать здоровыми органами чувств, не быть испорченным
> Особо постыдными преступлениями
> И обладать стабильной верой.

Первое индивидуальное снаряжение - это родиться человеком. Эта форма бытия превосходит другие, потому что здесь содержится великий потенциал для совершения упражнений, которые являются полезными для будущих перерождений. В настоящее время мы, без сомнения, являемся людьми, но, кажется, до сих пор это нам не много помогло.

"Родиться в центральной стране" означает - согласно Дхарме, - что в месте нашего рождения имеются, по меньшей мере, четыре члена Сангхи. Гермафродиты, евнухи и т.п. не являются подходящими кандидатами для обетов Пратимокши. Так как вы не родились одним из них, то имеете "все ваши органы". "Не быть испорченным особенно постыдными преступлениями" означает, что мы не можем достичь архатства, если в этой жизни совершили один из этих проступков. Так как мы их не совершали, то мы не "испорчены особо постыдными преступлениями". "Стабильная вера" относится, как правило, к Виная, здесь, однако, подразумевается вера в Трипитаку и систему Ламрим.

ПЯТЬ СНАРЯЖЕНИЙ, КОТОРЫЕ ОТНОСЯТСЯ К ДРУГИМ (109)

> Будда пришел и преподал Дхарму,
> Учения ещё существуют и практикуются,
> И вообще люди имеют любовь в сердце.

Если в определенном мире ещё не явился никакой Будда, то там не преподается никакая священная Дхарма. Если Будда приходит, но, к примеру, умирает прежде, чем начал учить Дхарме, то его появление было бесполезным. Если быть точными, то мы не обладаем первыми двумя из этих снаряжений; однако наши Гуру всё еще живы и замещают Будду. Можно, следовательно, сказать, что эти условия фактически исполняются. Учения должны существовать в нефальсифицированном виде и претворяться в практику, так что люди с их помощью достигают действительного Пути Арьев. В настоящее время являются ещё не

истекшими пять тысяч лет передачи учений Будды. Но даже если учения ещё передаются дальше, они породят в вашем собственном сознании плоды лишь тогда, когда *вы* их *сами* реализуете. Как говорили мастера старой Кадампа: “Общие учения Будды - это не те, которые мы интегрируем в наше сознание. Мы должны наше собственное личное Учение сохранить от исчезновения.” Даже если учения Будды, вообще говоря, процветают, всё же наше личное учение (Будды) является исчезающим, если мы не производим его в нашем сознании. Эта личная форма учений Будды должна бы не только существовать дальше, но также продолжать способствовать укрощению ума.

Из всех воззрений Учения наиболее драгоценными и безупречными являются те из учений индийской, а также ранней и поздней тибетской традиции, которые соединяют чистое *видение* с упражнениями Сутры и Тантры - например, учения Дже Ринпоче, реформатора, воплощения высокочтимого Манджушри - учения, являющиеся чистейшим золотом. Они распространены повсюду в Тибете, и вы встретились с ними. То, что это произошло, есть редчайшее явление из редких. Учения Дже Ринпоче о Сутре и Тантре являются более убедительными, чем все прежде существовавшие. Переводчик Тагцанг постиг уникальность учений Дже Ринпоче лишь на склоне своей жизни. Он был так тронут этим, что написал стихотворение, в котором славословит качества Учения. Существует много подобных восхвалений, и даже если я весь день буду говорить о том, в каком отношении эти учения о Сутре и Тантре превосходят другие учения, то мне не успеть всё перечислить. Один монгол сделал однажды подарок Панчен-ламе и попросил его прочитать молитву о том, чтобы он смог переродиться снова человеком и встретиться с учениями Будды. Панчен Ринпоче пообещал это сделать. Однако когда человек попросил его также помолиться о том, чтобы он мог встретиться снова с учениями Ламы Цонкапы, Ринпоче отказался сделать это, ибо эти учения так редки и так трудно найти их.

Вы с этими учениями повстречались, и не только это: вы обладаете также четвертым снаряжением. Имеются люди, которые Учению следуют, следовательно, вы не подвергаетесь никаким дополнительным препятствующим обстоятельствам; для вас это просто - отказаться от вашей мирской жизни и стать монахинями или монахами. “Учения практикуются” - это значит, что можно видеть людей, которые явно достигают одного из четырех результатов (Вошедшего-В-Поток, Единожды Возвращающегося, Никогда не возвращающегося или Архата). Относительно четвертого снаряжения, которое относится к другим, в *‘Уровнях Шравaков’* объясняется, что оно касается лишь таких людей, как монах Удайи[47], а не, например, высокочтимого Нагарджуны. В период “Учений о постижении” (самый ранний период учений) были люди, которые достигали четырех результатов и служили образцами реализации; также и в сегодняшние дни деяниями Совершенных устанавливаются направляющие на Пути образцы, и это - наша замена четвертого снаряжения.

Пятое снаряжение, которое относится к другим, - это то, что люди вообще имеют любовь в сердце. Данное снаряжение означает, что покровители (спонсоры) и так далее создают для практикующих Дхарму благоприятные условия, и что люди вообще являются добрыми. Мы обладаем также этим снаряжением. Редко случается, очевидно, что кто-нибудь все эти 18 позитивных вещей соединяет в себе, мы, однако, это создали. Мы достигли этого, так как в прошлой человеческой жизни произносили правильные молитвы: мы молились о том, чтобы получить десять вещей и о том, чтобы не пришлось испытать восемь вещей. Итак, мы обладаем теперь восемью свободами и десятью снаряжениями.

КАК РАЗМЫШЛЯТЬ О ВЕЛИКОЙ ПОЛЕЗНОСТИ ДРАГОЦЕННОГО ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО СУЩЕСТВОВАНИЯ (110)

[47] Удайи, который был монахом во времена Будды, не имел никаких реализаций и поэтому делал чаще всего вещи. которые имели совершенно неблагополучные результаты. Чтобы обуздать такое поведение и устранить его, Будда устроил правила поведения Виная - этические заповеди, которые должны служить направляющей линией обучения и защиты ума его последователей.

Этот раздел имеет три надзаголовка: 1) его великая полезность с точки зрения временной цели; 2) его великая полезность с точки зрения долгосрочной цели; 3) некоторые мысли о том, как может быть полезным даже каждое мгновение.

ЕГО ВЕЛИКАЯ ПОЛЕЗНОСТЬ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ВРЕМЕННОЙ ЦЕЛИ (111)

Из страха рождения в низших сферах мы стремимся к перерождению в высших сферах. Всё равно - какого вида человеческого или божественного рождения мы хотим достигнуть, имея нашу драгоценную человеческую жизнь, мы можем этого достигнуть. Если мы стремимся к высоким перерождениям, то можем достигнуть этого посредством практики нравственности; если мы хотим достигнуть благополучия, то должны практиковать щедрость, а чтобы обрести чудесную свиту, мы должны практиковать терпение. Все эти вещи мы можем делать в рамках нашего нынешнего человеческого бытия. Может быть, вы теперь спросите: “Каким образом мне добиться возможности когда-нибудь достигнуть высшего перерождения в качестве бога или человека и приобрести богатство и счастье?”Нет сомнения в том, что вы это сможете. Вы должны лишь претворить учения в практику.

В случае, если вы желаете стать в следующем перерождении Брахмой, Индрой или правителем мира, вы можете и этого достигнуть. В случае, если вы желаете такого перерождения, в котором будете обладать восемью хорошими качествами через созревание кармических результатов (см. Тринадцатый день), высокого перерождения с семью качествами или перерождения, подходящего для Четырех Колес Высшей Колесницы (четыре класса тантр), то вы можете этого достигнуть.

В этом существовании вы можете создать причины для вступления в Чистую Землю, такую как Сукхавати, Шамбала и т.д. Лонгдол Лама сделал свое драгоценное человеческое существование чем-то, исполненным смысла, тем, что практиковал в отшельничестве; он обходился одной чашкой ячменной муки. Он практиковал, чтобы создать причины для перерождения в качестве царя Шамбалы. После того как он произнес соответствующие молитвы, то подумал, что пора сделать подношение Панчен Ламе Палден Еше. Он спросил Панчен Ламу: “Достигну ли я своей цели?”

Панчен Лама знал, что тот имееет в виду, и сказал: “Старый Лама, ты по-настоящему скуп на выражение почтения, но всё же ты достигнешь своей цели!”

ЕГО ВЕЛИКАЯ ПОЛЕЗНОСТЬ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ДОЛГОСРОЧНОЙ ЦЕЛИ (112)

Чтобы достигнуть Освобождения, вы должны иметь успех на Пути Дхармы Трех Высших Упражнений, и первое из них - это этика. Возьмем обеты Пратимокши в качестве примера. Можно породить Отречение, развивая эти обеты в собственном сознании (или запечатлевая). Но это, очевидно, трудное дело, - развивать умственные установки вроде Отречения в других сферах бытия, таких, как мир богов. Обитатели Куру (северный континент), например, вообще не являются подходящими кандидатами для принятия этих обетов. А среди людей остальных трех континентов лучше всего подходят люди из Джамбудвипы (южный континент).

В человеческом бытии развивают также сильнейшую Бодхичитту. В *‘Письме к ученику’* Чандрагомина говорится:

> Люди развивают сильнейшую Бодхичитту;
> Ни боги, ни наги,
> ни полубоги, ни гаруды, ни голодные духи
> Или рептилии не достигают этого на своем пути.

То же самое можно сказать об обетах Тантраяны. Человеческая форма также является самой подходящей, чтобы достигнуть Всеведения. Даже начинающий может в этой форме через тайный тантрический Путь в течение одной жизни и в этом теле достигнуть Просветления. Чтобы иметь возможность осуществить это, нужно кармически обрести шесть

составляющих тела и родиться из чрева женщины южного континента. Мы обрели такого рода телесную форму.

Мы должны молиться о том, чтобы ещё раз достигнуть такого перерождения; даже Бодхисаттвы из Сукхавати молятся о том, чтобы переродиться на этом континенте. Мы не найдем более хорошего перерождения, чем то, которым обладаем сейчас - за исключением тех из нас, кто не родился в качестве мужчин.[48]

Статуя Шакьямуни в храме Лхасы должна держать камень, исполняющий желания, на своих коленях.[49] Многие люди делают обхождения статуи и при этом просят: "Да смогу я достичь всего, о чем прошу!". Они произносят подобные пошлые молитвы! Даже если вы многие сотни тысяч исполняющих желания камней сможете назвать своими собственными и некоторые из них будете применять в качестве сидений, а другие - как подушки, то это вам не поможет в ваш смертный час избежать вступления в низшие сферы. Но - как я уже описывал - с помощью этого перерождения вы имеете возможность достижения великой, вечной цели. Ваше нынешнее перерождение полезнее для ваших будущих перерождений, чем если бы вы целый день или даже сотню человеческих лет стали держать в руках драгоценый камень, исполняющий желания, потому что посредством нынешнего перерождения вы можете навсегда обрести прочное, неизбывное счастье.

Каждый из нас уже достиг перерождения, такого же, как Дже Миларепа, разница лишь в том, что мы, в противоположность Миларепе, не практикуем Дхарму. Между перерождением Миларепы и нашим невозможно установить никакого качественного различия. Мы можем, например, понять, что существует различие между Миларепой и царем нагов. Царь нагов накапливает большую кучу драгоценных камней, исполняющих желания и носит драгоценное украшение на своей голове; однако он ни разу не был в состоянии воспрепятствовать своему перерождению в качестве животного, не говоря уже о том, чтобы собрать причины для своего Просветления. Миларепа был столь беден, что не имел вообще ячменной муки для пропитания, однако он обрел это драгоценное человеческое существование и достиг Просветления в этой же жизни.

Подобный ход мыслей делает человеческое существование чем-то, исполненным смысла; Махайоги сказал Геше Чэн Нгаве, что выполнять его упражнения - этого более чем достаточно.

Драгоценное человеческое существование трудно обрести. Как стыдно было бы, это однажды достигнутое перерождение не использовать полноценно - это было бы подобно тому, что нищий нашел мешок золота и снова его потерял, после того как использовал лишь ничтожную часть его.

НЕКОТОРЫЕ МЫСЛИ О ТОМ, КАК МОЖНО СДЕЛАТЬ ПОЛЕЗНЫМ ДАЖЕ КАЖДОЕ МГНОВЕНИЕ (113)

Дополнительно к двум вышеупомянутым методам размышлений о полезности драгоценного человеческого существования имеется следующее устное наставление, которое в сочинениях не объясняется.

Это перерождение потому так по-особому ценится, что оно "каждый день и каждое мгновение оказывается полезным". Безмерно много причин для Освобождения и Всеведения можно собрать, если вы ни разу самому краткому промежутку времени - будь то отрезок времени, нужный для того, чтобы сгорела благовонная палочка, - не дадите пройти бесполезно, тем что, например, вы твердо работаете над пополнениемь своих Собраний и освобождением от умственных завес. Какая это ошибка - не чувствовать никакого раскаяния, когда вы

---

[48] Перерождение в качестве женщины считается неблагоприятным по сравнению с мужским, так как женщины вообще сталкиваются в практике Дхармы с большим количеством препятствий, чем мужчины. Причиной для этого служит их малая физическая сила и т.д. Тема трактуется в Тринадцатом дне ещё подробнее.

[49] Согласно Ачоку Ринпоче, тибетцы-миряне верили, что эта чрезвычайно знаменитая статуя в главном храме Лхасы содержит драгоценность, исполняющую желания, которая блуждает в её теле. Когда кладут голову на колени статуе, в то время, когда драгоценность как раз в этом месте, то желания исполняются.

растрачиваете свое драгоценное человеческое существование, но, с другой стороны, сожалеть об истраченных одной или двух серебряных монетах! Арьяшура (Ашвагхоша) сказал: “Как купец, совершивший путешествие к острову сокровищ, но вернувшийся с пустыми руками...” Это означает: купец отправляется к острову сокровищ, но вместо того, чтобы приобрести там сокровища, делает только долги и в конце конов возвращается назад с пустыми руками. В этот раз мы получили драгоценное человеческое существование. Не было бы ничего более достойного сожаления, если бы мы упустили возможность практиковать Дхарму, а вместо этого только накапливали бы неблаготворное и потом попали в низшие сферы.

Как размышлять о том, насколько труднодостижимо драгоценное человеческое существование (114)

Этот раздел имеет три надзаголовка.

КАК РАЗМЫШЛЯТЬ О ТОМ, ПОЧЕМУ ОНО ЯВЛЯЕТСЯ СТОЛЬ ТРУДНОДОСТИЖИМЫМ (115)

Драгоценное человеческое существование, которое является столь полезным, явно с трудом обретается: его не возможно получать автоматически вновь и вновь. Если бы оно не было таким труднодостижимым, то можно было бы позволить ему протекать без того, чтобы использовать полноценно. Если бы нам снова и снова выпадал такой случай, было бы достаточно позаботиться о том, чтобы с полным смыслом использовать следующее за нынешним перерождение. Однако это совершенным образом снаряженное человеческое существование, которого вы теперь достигли, возникло в силу многих причин и условий. По причине ваших заслуг и молитв, которые вы произносили, вы имеете счастье такого перерождения. В будущем будет трудно ещё раз достичь того же самого.

Когда один монгольский лама однажды давал наставления в Дхарме, один китаец сказал: “Лама ещё не побывал в Китае, там много людей!” Думать так является ошибкой. Имеется, правда, вообще говоря, много людей - но какая тебе от этого польза, если ты пойдешь в низшие сферы? Независимот от того, много людей в мире или нет, вы должны, делая логически правильные умозаключения, проверить, имеются ли в вашем сознании все условия, необходимые для дальнейшего драгоценного перерождения. Лишь так вы можете оценить, трудно ли для вас в будущем обрести такое перерождение или нет. Во внешнем мире, к примеру, урожай ячменя или пшеницы или другие урожаи являются осенью результатом той хозяйственной работы, которая состоялась весной. Также в нашем цветочном горшке не цветут никакие цветы, если их прежде не засеять. Для драгоценного человеческого существования имеет силу то же самое: если мы хотим его достигнуть, то нужно создать много соответствующих причин.

Также если мы хотим достичь лишь высокого перерождения в высших сферах - скажем, переродиться богом - нам нужно соблюдать определенные этические правила. Причины для обретения человеческого существования Нагарджуной названы “грандиозными, приводящими к благополучию; этикой, создающей счастье...” В *‘Краткой Сутре Совершенной Мудрости’* говорится:

> С помощью нравственности преодолевают
> Восемь несвобод и
> Многие формы жизни в качестве животных;
> Так всегда достигается благоприятное перерождение.

Исходя из этого, мы можем сделать вывод, что чистое нравственное поведение является основой; щедрость и тому подобное - это остальные требующиеся обстоятельства. Говорится также, что нужно завязывать кармические связи, произнося бесчисленные чистые молитвы, которые не загрязнены привязанностью. Если это не является возможным, молитвы должны быть, по меньшей мере, направлены на следующую жизнь. В том случае, если ваше поведение

не соответствует правилам этики, однако вы упражняетесь в щедрости, то вы переродитесь в облике нага. Если, напротив, вы ведете себя нравственно, но не упражняетесь в великодушии, то переродитесь бедным. И так далее.

Так как у нас отсутствует самокритика, то мы утверждаем, что наше нравственное поведение является чистым. Однако, чаще всего вы ведете себя так, как об этом писал один монгольский лама: “До тех пор, пока вы имеете обеты, вы не знаете Виная. Вы знаете Виная, когда вы больше не имеете обетов.”

При точной проверке мы узнаем, что редко какие-нибудь обеты соблюдаем к нашему удовлетворению. Наши помыслы состоят лишь из омрачений, а наши действия - из прегрешений. Когда мы ни разу не были в состоянии правильно перечислить основные провинности и два уровня нарушений тантрических обетов, обетов Бодхисаттвы и тому подобное, то как можем утверждать, что соблюдаем эти обеты?

Надеяться на будущее драгоценное человеческое существование, в то время как у нас отсутствуют причины, на которых оно основывается, - это подобно тому, как мы надеялись бы осенью снять урожай ячменя, хотя весной засеяли поле семенами ядовитых растений. У Шантидевы в *‘Бодхисаттвачарьяаватаре’* написано:

Когда говорится, за единственное мгновение прегрешения
Мы можем задержаться в “Аду Мучений Без Перерывов” в течение эонов,
То как тогда можем мы - с безначалья сансары
Ничего, кроме ошибок не собиравшие -
Сказать, что направимся в высшие сферы?

Другими словами: когда одна единственная провинность может уже сбросить нас в низшие сферы, не существует для нас никакой надежды на достижение высших сфер, если поймем, что в нашем сознании находятся с безначалья сансары накопленные прегрешения, которые так же велики, как сокровища царя.

Нам хочется думать: “Разве не достигну я в будущем в силу доброты моего драгоценного Гуру безупречного рождения?” Но если мы не практикуем Дхарму, то разрушаем тем самым всё, что наши драгоценные Гуру для нас сделали. Даже Будда не мог своего двоюродного брата Девадатту уберечь от падения в ад.

Растратить это драгоценное перерождение, которое мы только на один раз обрели, а затем хотеть достигнуть следующего драгоценного человеческого существования, чтобы потом его использовать, - это сравнимо с поведением бедного человека, который находит кусок золота и бросает его в воду с мыслью: “Когда я имел бы другой кусок - я им бы воспользовался”.

Это трудно, произносить молитвы, не ожидая при этом полезных результатов в этой жизни. Так, посещая статую Шакьямуни в храме Лхасы, мы произносим молитвы об обретении долгой жизни, здоровья и счастья. В *‘Бодхисаттвачарьяаватаре’* говорится:

По причине таких действий
Я не обрету никакого человеческого тела;
Не достигнув никакого человеческого тела,
Я накоплю лишь неблаготворное и - никаких качеств.

Другими словами: мы можем, как правило, исходить из того, что упускаем в этой жизни правильную практику Дхармы. Если это соответствует действительности, то мы упадем в низшие сферы, и в наших будущих реинкарнациях будем создавать дальнейшие причины для новых перерождений в низших сферах. Так мы вращаемся затем бесконечно в этих сферах. Мы не будем обладать никакими добродетелями - такими, как вера, мудрость или отречение. Будущая реинкарнация будет способствовать в нас лишь развитию неблаготворного кармического поведения, привязанности, враждебности и гордыни - короче, всего, что содействует нашему падению. Этот процесс будет понятен, если мы рассмотрим его на примере собаки.

Переродись мы однажды в низших сферах, будет ещё труднее достигнуть Просветления, чем в нашей нынешней инкарнации. Иметь теперь человеческое тело - это всё

равно что поднять кусок скалы до половины пути, ведущего вверх на гору. Отсюда его можно затем унести ещё выше. Однако если кто-то не в состоянии подниматься выше, то не должен дать камню упасть вниз, потому что иначе было бы позже ещё тяжелее его снова принести до середины высоты. Точно так же мы должны в этой инкарнации, по меньшей мере, воспрепятствовать падению в низшие сферы, если не способны осуществлять высшие Пути и достигнуть Освобождения и Всеведения. Не злоупотребляйте этим драгоценным человеческим существованием; потому что если вы однажды упадете, то будете странствовать из одной низшей сферы в другую. Потом вы не будете иметь никакой возможности освободиться. Если вы попадете на ложный путь, то всё более станете удаляться от места назначения. Не используйте свое нынешнее перерождение для того, чтобы ступить на ложный путь. Не говорите также, что уже слишком поздно: даже если вы уже в преклонном возрасте, всё будет хорошо - вы не должны только лениться. Удерживайте в памяти случай мирянина Шриджата (см. Четырнадцатый день, т. II).

НЕКОТОРЫЕ АНАЛОГИИ, КОТОРЫЕ ПОКАЗЫВАЮТ, КАК ТРУДНО ОНО ДОСТИГАЕТСЯ (116)

Геше Потова сказал в своих *'Аналогиях'*: "Трава на кровле; шея черепахи..." Что это означает?

Вообще говоря, перерождения в высших сферах случаются так часто, как трава растет на горных склонах. Человеческое существование со всеми свободами и снаряжениями - это, напротив, нечто в высшей степени редкое: такая же редкость, как стебли травы на крышах домов.

Под "шеей черепахи" подразумевается следующее: представьте себе, золотое ярмо плавает в океане, носимое ветром туда-сюда. Ярмо имеет лишь одну дыру, и слепая черепаха, которая живет в океане, высовывает из воды свою голову за все сто лет один раз. При этом в высшей степени вероятно, что она не попадет головой в отверстие ярма. Подобным образом мы находимся в океане сансары. По причине наших умственных завес наше око мудрости закрыто и, как правило, мы странствуем в низших сферах из одного состояния к другому. Случайно мы освободились из низших сфер и однажды достигли по причине закона вероятности состояния человека. Мир, однако, гигантски велик, и во всех главных и промежуточных направлениях компаса находятся миры; не может быть уверенности в том, что внутри этих миров распространяются и развиваются учения Будды. Учения сравнимы с ярмом: они встречаются так же редко. Если бы черепаха всплывала часто на поверхность воды, то, наверное, она время от времени встречалась бы с ярмом. Но так как она лишь один раз в сто лет выходит на поверхность, то соприкасается с ним лишь один-единственный раз. Если бы мы - аналог тому - нередко получали человеческое рождение, то могли бы, возможно, встречаться с учениями Будды, там, где они всегда всплывают. Однако это не тот случай: мы достигаем лишь случайным образом один или два раза человеческого перерождения.

Если бы золотое ярмо оставалось на месте, черепаха, правда, всплывала бы не точно в этом месте, но был бы, по крайней мере, шанс несколько раз попасть в нужное место. Но в реальности это невозможно; ярмо движется по огромной поверхности океана по принципу случая во всех десяти направлениях. Здесь также имеются параллели. Если бы учения Будды всегда оставались в том же мире, мы бы, наверное, в пределах человеческой жизни с ними встретились неоднократно. Но мы не можем с уверенностью исходить из того, что учения имеют постоянство в определенном мире, и во всяком случае они будут существовать лишь в течение очень краткого времени.

Нельзя утверждать, что ярмо и черепаха никогда не встретятся друг с другом, однако это было бы почти случайностью. Драгоценное человеческое существование даже ещё более редкая вещь - что, однако, не означает, что мы не сможем его достигнуть до конца сансары.

Отдельные элементы этой аналогии имеют следующий смысл: океан - это сансарическое состояние; черепаха - это мы; её слепота - это наше неведение; ярмо - это учения Будды и так далее. Эта интерпретация созерцания трудности обретения драгоценного человеческого существования должна восходить к устно передаваемой традиции Дже Друбканга Гелега Гьяцо.

В *‘Аналогиях’* Геше Потовы говорится также: “Мальчик Лодинга...” Дром Лодинг имел сына, который знал, как вести разведку золота. Когда однажды этот мальчик с несколькими друзьями отправился в торговую поездку, здешние люди прослышали о призвании сына Лодинга, и сказали: “Ах, если бы только *я* был сыном Лодинга! Ах, если бы только *я* знал, как шурфовать золото!” Он слышал об этом, однако занимался дальше своими торговыми делами. Лишь позднее он решил искать золото. Мы достигли теперь такого полезного перерождения, которого желают Бодхисаттвы в Сукхавати. Как бесконечно жаль было бы, после того как мы получили его, не извлечь выгоду из этого!

Геше Потова сказал: “И рыба человека из Цанга...” Один человек из Цанга пришел однажды в центральный Тибет и съел рыбу. Он поперхнулся ею и почувствовал, что его должно вырвать. Тут он сказал: “Было бы поистине жаль исторгнуть обратно такой ценный обед” и перевязал горло. Когда жалко изрыгнуть даже лакомую пищу, как жаль должно быть, если мы не извлечем пользу из перерождения, которое с таким трудом достается, что вы обретаете его лишь один раз в течение многих эонов.

Кроме того, Геше Потова сказал: “Дождевой червь, который простирается...”Это почти невозможная вещь, чтобы красный, скользкий дождевой червь выполз из земли и простерся перед Буддой. Точно так же трудно для нас, червей земных, из нижних миров подняться, принять форму человека и совершить хотя бы внешние движения по изучению и созерцанию Дхармы.

Поразмышляйте над этими разными аналогиями; они показывают, как редко и как труднодостижимо перерождение в качестве человека, которое мы теперь получили.

КАКИМ ОБРАЗОМ ЭТО ТРУДНОДОСТИЖИМО (117)

Многие существа упражняются в неблаготворном, и, напротив, немногие - в позитивном. Когда существа оставляют свои формы бытия - смотря по обстоятельствам, в высших или низших сферах, - то подавляющая часть их идет в низшие сферы. Существует так мало существ, которые заканчивают жизнь в какой-нибудь сфере и после этого направляются в верхние миры, что Татхагата в своих основополагающих учениях в разделе Виная сказал: существ, из высших сфер в низшие вступающих, и существ, из одной низшей сферы в другие низшие сферы вступающих, столько же, сколько частиц пыли на этой земле. Число существ, которые идут из низших сфер в высшие или из одной высшей сферы путешествуют в другую, равняется, напротив, частицам пыли, коим находится место на кончике пальца. Среди шести видов перерождений существует, вообще говоря, очень немного людей. Имеется меньше голодных духов, чем адских существ, ещё меньше животных и из них - намного меньше живущих на земле, чем живущих в воде. Для сравнения можно привести факт, что сотни миллионов мух могли бы занимать место в пространстве, в котором лишь десять человек помещается. Также существует много существ в бардо, так много, что их численность сопоставима со многими сотнями тысяч мух, которые сейчас собираются около трупа лошади или даже вокруг сотни таких трупов.

Даже если удастся переродиться человеком, то это крайне трудно - родиться во время светлого эона, то есть, в мировые эпохи, когда Будды являются в мир. А между эонами света лежат многие десятки тысяч эонов тьмы. Даже внутри каждого эона света имеются восемьдесят подэонов: двадцать пустых подэонов и соответственно по двадцать подэонов Возникновения, Существования и Разрушения. Во время шестидесяти из этих подэонов, а именно подэонов Пустоты, Возникновения и Разрушения - ни один Будда не является в мир. Также во время подэона Существования имеются определенные времена, в которые Будды не являются - а именно, во время первого и последнего из этих двадцати подэонов, когда люди живут безмерно долго, и их жизненный срок ещё удлиняется. Будды приходят лишь во времена “темных эпох”, когда жизненный срок людей укорачивается.[50]

---

[50] Буддийские представления о человеческой эволюции в ‘*Сокровищнице метафизики’* Васубандху излагаются следующим образом: когда мировая система разрушается, большинство её обитателей либо перерождаются на высоком месте в той же мировой системе, пока они не достигнут четвертой дхьяни-ступени телесной (формной) сферы или высшей бестелесной (бесформной) сферы - потому что лишь эта

Нам досталось теперь наше нынешнее перерождение на южном континенте. Будды являются во время восемнадцати средних подэонов, когда жизненный срок людей следует циклическому алгоритму. Мы могли переродиться в то время, когда - что касается обычных явлений - Будда прошлого ушел в нирвану, и его учения исчезли. Если родиться в такое время до прихода следующего Будды, то это не отличается от рождения в эоне тьмы. Однако мы родились не в такие эпохи. Говорится, после того как эти учения исчезнут, пройдут 4,9 миллиардов человеческих лет, прежде чем появится Будда Майтрейя. Мы, однако, не родились также в темное время, которое лежит в этом промежутке - учения Будды ещё существуют, и мы родились на южном континенте, единственном континенте, где учения можно найти. Кроме того, мы родились в одной из немногих стран на этом континенте, где учения распространены, потому что таких стран, как Тибет и Монголия, очень мало. Мы родились в Тибете, одной из местностей, где процветает Дхарма. Однако следующий пример показывает, что происходит в Тибете. Гушри Келсанг (монгол) сказал однажды:

Когда я пришел к монастырю Ташикьил в Амдо, там имелось
Несколько тысяч монахов. Около пятисот из них были геше,
Другие пятьсот были торговцами,
Приблизительно пятьсот не были никем из этих двух видов.

В одной семье может быть, например, десять братьев, однако лишь двое или трое из них поступают в монастырь. И даже среди людей в монастыре редки такие, которые практикуют Дхарму чистым способом, претворяя Ламрим в практику. Однако, несмотря на все это, мы не переродились в том месте, где не существует никакой свободы для практики.

Согласно устно передаваемой традиции моего собственного драгоценного Гуру, существуют следующие причины, в силу которых драгоценное человеческое существование достигается с трудом: трудно создать его причины; оно по своей природе есть нечто труднодостижимое, и вероятность его обретения, как показывают примеры, незначительна.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче разъяснил потом, как размышлять об этих трех обоснованиях.

Перерождение, которого мы достигли, может исполнить наши самые сокровенные желания, будь они теперь позитивными или негативными. Мы находимся на опасной грани между высшими и низшими сферами и не должны наши надежды направлять на что-нибудь другое. Мы имеем свободный выбор, и следовательно, не должны допустить ошибки, если вести речь об оценке того, какой выбор ведет к счастью, а какой - к несчастью. В том случае, если мы сделаем ошибку, то будем страдать от последствий не один или два дня лишь - это повлияет на все будущие перерождения.

Как это было бы прекрасно, если бы вы не должны были умирать. Вам остается сечйчас ещё определенное количество вашей жизни: два года, три года или, по крайней мере, так много, насколько это ещё возможно. Если вы себя не побуждаете к тому, чтобы день и ночь подвергаться напряженным упражнениям совершенной Дхармы, то вы должны спросить себя: “Отважусь ли я на это - идти на риск нового перерождения в низших мирах?”

высшая сфера не разрушается, - либо они перерождаются в какой-нибудь другой мировой системе. Когда мировая система после разрушения опять заново начинает формироваться, все живые существа, которые странствовали наверху, снова низвергаются. Многие эоны спустя некоторые существа достигают настолько низших уровней бытия, что начинают обживать южный континент, поверхность земли. Эти люди имеют безмерно длинный срок жизни. С каждым последующим поколением людей продолжительность жизни на этом континенте укорачивается, пока она, в конце концов, спустя кратчайший эон, не составит лишь десять лет. Во время следующего краткого эона срок жизни людей удлиняется вдвое так быстро, как прежде, причем в середине этого второго краткого эона он достигает своей максимальной продолжительности в 80.000 лет; во второй половине этого эона он сжимается опять до 10 лет. Этот цикл повторяется ещё 17 раз, и после этого проходит совсем короткий эон, пока жизненный срок опять не станет безмерным. потом опять начинается странствие наверх.

Это имеет решающее значение - не растратить впустую наше нынешнее благоприятное перерождение. Это - драгоценное рождение, которое мы получили лишь на один раз и которое обладает восемнадцатью признаками. Представьте себе, купец отправился на остров сокровищ, но вместо того, чтобы там запасаться драгоценными камнями, он проводил бы время в песнях, танцах и так далее - к тому же ещё влезая в большие долги к другим купцам. Как было бы нелепо в конце концов вернуться без драгоценностей! Вы можете теперь собрать драгоценности Освобождения и Всеведения. Не может быть большей недальновидности или тупости, чем отказаться от того, чтобы завладеть этими драгоценностями, а вместо этого создавать причины для нисхождения в низшие сферы. Шантидева сказал:

Не может быть худшего самообмана,
Чем обретя такую возможность,
Не воспользоваться ею для благотворных целей.
Не ничего более недальновидного!

Вы должны присвоить себе что-то из существенного содержания вашего нынешнего хорошего перерождения - вам это перерождение нужно лишь для того, чтобы извлечь из него сущность. Накапливайте заслуги и мудрость и делайте пару очистительных упражнений - по меньшей мере в течение времени, которое вам требуется для того, чтобы выпить чашку чая! В лучшем случае вы можете достигнуть Просветления в этой жизни, в этом теле. Если этого не произойдет, то, по крайней мере, возможно достижение Освобождения. Если вы упустите также эту цель, то должны стремиться хотя бы к тому, чтобы не попасть в низшие сферы. В *'Царе медитативной концентрации'* говорится:

Пациент, к сожалению, не принимает эти благотворные
И в высшей степени драгоценные лекарства,
Потенциальное целебное средство.
Не вини врача;
Ошибки нет и в лечении.
Виноват исключительно сам пациент.
Так же - с теми,
Кто в эти учения был введен:
Они бы хотели лучше всех ориентироваться
В Десяти Силах, Дхьяни-ступенях медитативного погружения
И в Десяти Могуществах -
Однако они не прилагают серьезных усилий в медитации.
Но разве можно дойти до нирваны,
Не напрягая себя правильным образом?...
Я обяъснил хорошо вам Дхарму.
Если вы вашим знанием неправильно пользуетесь,
То уподобляетесь пациенту, оставляющему
Лекарства нераспакованными и рассуждающему так:
"Они и без того не способны исцелить меня от моей болезни."

В *'Бодхисаттвачарьяаватаре'* говорится:

Используй их телесно,
Голыми словами ничего не достигнуть.
Поможет ли это в болезни,
Если только читать врачебные предписания?

Другими словами: [отя ваш превосходный Духовный Учитель смог наставить вас правильным образом на Путь Освобождения и Всеведения, однако, если вы не претворяете эти наставления в практике, то уподобитесь тому пациенту, который бесчисленные лекарства, прописанные ему опытным врачом, не принимает - и поэтому не может исцелиться. Это зависит полностью от

вас самих, следуете вы указаниям своего Гуру или нет. Постарайтесь сделать нечто стоящее со своей драгоценной человеческой жизнью и со всем упорством интегрировать Дхарму со своей жизнью.

Теперь я ещё раз сделаю обзор сказанного и кратко объясняю вам, как вы должны выполнять эти упражнения. Направляйте молитвы к образу своего Гуру, которого вы визуализируете на своей голове. Затем медитируйте, как это было описано под вышеупомянутыми надзаголовками. Критерий, по которому вы узнаете, достигли ли вы постижений в этой теме, заключается в следующем. Геше Потова сказал:

> Как можете вы легкомысленно проматывать жизнь,
> Когда вы поняли,
> Как трудно обрести
> Драгоценное человеческое существование?

Дже Цонкапа сказал:

> Когда б вы узнали, как трудно её достигнуть,
> Для вас невозможным бы стало
> Обычную жизнь проводить.
> Знай вы её величайшую пользу,
> Вам стало бы жаль, что она протекает бессмысленно.
> Размышляй вы о смерти,
> Готовиться стали бы к будущим жизням своим.
> Размышляйте о карме, причинах и их последствиях,
> И тогда вы откажетесь от легкомысленности.

Выдающийся йогин Гомбава сказал: “Когда познано, как полезна и как труднодостижима драгоценная человеческая жизнь, то стало бы возможным медитировать не прерываясь даже на то, чтобы вынуть колючку из ноги”.

Четвертая часть

Практика для существ с малыми способностями

Десятый день

Кьябдже Пабонгка Ринпоче процитировал следующую хвалу из сочинений великого Мастера Гедун Тензин Гьятсо:

Здесь повествуется не о ложной, измышленной Дхарме,
Потому что это - сущность подлинных устных учений.
Здесь повествуется не о глупых речах,
Потому что это восходит к классическим текстам
великих основоположников.
Здесь повествуется не об обманчивой Фата Моргане,
Потому что святые Ученые и Мастера испытали это.
Здесь повествуется не об опасной пропасти,
Потому что это - быстрый путь к высшему Просветлению.

Он цитировал стих как часть краткой речи о развитии правильной мотивации. После этого он напомнил ещё раз уже рассмотренные разделы и резюмировал материал, который следовал в подчиненном надзаголовке "Как вверится Гуру делами", относящемся к разделу "Корень Пути: как вверится Духовному Мастеру".

Между медитациями вы должны читать прежде всего книги, которые содержат наставления о драгоценном человеческом существовании. Если вы - после размышлений труднодостижимости этого полезного человеческого рождения чувствуете желание воспринять из него сущность, то вам нужно обучить свой ум трем ступеням Ламрима. В какой степени вы упражняетесь на этих трех ступенях, определит, как много сущностного содержания начальной, средней и высшей ступеней вы сделаете своим достоянием.

Если мы хотим достигнуть состояния Будды, то должны сначала развить постижения в начальных разделах Пути; если этого не сделать, то не придут постижения последующих разделов. Пример: жители Кхампа оставляли свои родные места, чтобы совершить паломничество к статуе Будды в главном храме Лхасы. Шаг за шагом они продвигались по улице: невозможно пропустить какую-нибудь часть пути. Подобным образом можно также не достигнуть высших реализаций на Пути, таких, как сострадание, если сперва не реализовать начальные разделы, Отречение и тому подобное. Шантидева сказал в *'Бодхисаттвачарьяаватаре':*

Если вначале не мечтать о том,
Чтобы действовать для своего собственного блага,
Прежде чем грезить о том для других:
Как сможете вы тогда другим помогать?

Когда мы говорим о Пути для существ с низшими и средними способностями, это означает здесь - упражняться в тех ступенях Пути, которые мы *разделяем* с существами, имеющими низшие и средние способности. Представьте себе, что существуют трое людей, из которых один идет в Таши Лхунпо, один - в Ронг, и один - в Чушур. Первый хочет попасть в Таши Лхунпо, однако должен сперва часть дороги пройти вместе с двумя другими. Трое имеют три

различных замысла: двое едут соответственно в Ронг или Чушур, а третий имеет намерение идти дальше, в Таши Лхунпо.

Вы должны во всяком случае опираться на начальные и средние разделы Пути, чтобы достигнуть состояния Будды во имя блага существ. Развитие Бодхичитты - это собственное упражнение: разделы Пути для существ с низшими и средними способностями дают лишь почин для этого. Может быть, вы теперь зададитесь вопросом: "Если это так, то всё же с самого начала должно быть достаточным обучение разделам для существ с высшими способностями. Я сомневаюсь, что начальные и средние разделы являются необходимыми." Имеются две причины, почему все три этапа должны были упоминаться. Во-первых, существуют люди, которые не могут с самого начала обучать свой ум в разделе Пути для существ с высшими способностями, следовательно, они должны вначале учить различные шаги начальных и средних разделов. Этот подход полезнее для людей с хорошими, средними и незначительными умственными способностями. У того, кто не уверовал в начальные шаги Пути, полностью отсутствует Отречение. Вы должны противодействовать всякому налету гордыни, которая может появиться из-за того, что вы являетесь последователем Махаяны и практикующим тайную Мантру. Во-вторых, чтобы развить Бодхичитту - что является подлинной практикой - вы должны взрастить тот вид сострадания, который делает вас не способным терпеть страдания других. Однако предпосылкой развития этого вида сострадания является точное понимание того, каким образом вы сами страдаете. Вы должны понимать, что сансара как таковая по природе суть страдание. Вы должны сперва иметь страх перед низшими сферами, потому что без этого страха вы не почувствуете никакого Отречения по отношению к небесным и человеческим радостям. Это - основа для того, чтобы обучать ваш ум разделам Пути для существ с низшими и средними способностями. Это обучение равняется фундаменту и несущим стенам дома.

Мы ещё не добились никаких высоких результатов, но они будут установлены, если только мы упражнялись в начальных шагах обучения. Дже Миларепа сделал это под наставничеством Марпы, и многие его песни рассказывают о том, как он развивал эти основополагающие постижения. Мы нуждаемся в Ламриме, чтобы иметь в особенности быстрый прогресс, который обещается в тайных тантрах. Это подразумевается под заглавиями *'Простейший Путь'* и *'Быстрый Путь'*. То, что Миларепа достиг состояния Единства за *одну* жизнь, нужно приписывать не только Тантре; он был уже в прежних жизнях обучен Пути для трех видов существ. В одной из своих прежних жизней он был, например, Кадампа Чагтричогом. Хотя, собственно говоря, всякий, кто хочет войти в тайные тантры, уже до этого должен быть обучен всем путям общих разделов, мы с вами упустили это: мы самую первую практику Дхармы начали с тайных тантр и, не соблюдая наших тантрических обязанностей, медитировали об обеих ступенях Тантры. Говорят, многие люди такого рода находятся на пути в ваджрные ады. Будьте дальновидными с самого начала. Вы должны иметь чувство: "Я готов всю мою человеческую жизнь посвятить тому, чтобы проникнуть в суть одной единственной темы Ламрима." Мы обладаем, однако, подобной дальновидностью лишь в отношении мирских вещей, что совсем бессмысленно. Будьте близоруки в том, что касается мирских вещей, но не в отношении Дхармы! Если вы имеете чувство, что невозможно достигнуть чего-нибудь в Дхарме, то в вашей практике вообще нет присутствия духа, и вы никогда не проявите волю провести месяц или год с одной единственной медитативной темой. Геше Камаба сказал:

> Вы говорите: "Из наших созерцаний ничего не выходит."
> Почему это может быть? Не лгите: в течение дня
> Вы рассеянны и ночью вы спите!

Другими словами: даже не говоря о том, чтобы провести месяц с одной медитативной темой, мы ведь даже в течение одной медитативной сессии не медитировали над одной единственной темой. Было бы нереалистично, если бы мы думали: "Я всё ещё не приобрел никаких постижений!" К началу нашей медитации в нас отсутствует всякая твердая решимость, и все же мы закатываем глаза вверх, когда, к примеру, один единственный раз декламируем *'Основы всех благих качеств'* Дже Цонкапы. В случае такого образа нашего поведения наше желание

развить постижения и реализации говорит ислючительно о том, насколько выражена наша жадность. Как раз здесь кроется ошибка. Караг Гомчунг Ринпоче, кадампинец, сказал:

> Смотрите далеко вперед.
> Будьте дальновидными.
> Подпевайте себе правильно.

Эти три вещи чрезвычайно важны. Вы должны свой взор направлять далеко вперед, на цель Всеведения; вы нуждаетесь в дальновидении, что касается начальных и средних разделов Пути; и когда вы медитируете, то должны делать это с правильной степенью напряжения. Кто после получения устных наставлений от своего Гуру в течение нескольких дней интенсивно практикует на базе довольно поверхностного Отречения, тот наверняка не сможет добиться никаких успехов.

КАК ИЗВЛЕЧЬ СУЩНОСТЬ ДРАГОЦЕННОГО ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО СУЩЕСТВОВАНИЯ (118)

Здесь имеются три раздела: 1) как обучаться на ступенях Пути, которые являются общими с существами, обладающими низшими способностями; 2) как обучаться на ступенях Пути, которые являются общими с существами, обладающими средними способностями; 3) как обучать ум на ступенях Пути, которые являются общими с существами, обладающими высшими способностями.

КАК ОБУЧАТЬСЯ НА СТУПЕНЯХ ПУТИ, КОТОРЫЕ ЯВЛЯЮТСЯ ОБЩИМИ С СУЩЕСТВАМИ, ОБЛАДАЮЩИМИ НИЗШИМИ СПОСОБНОСТЯМИ (119)

Здесь содержатся два подзаголовка: 1) как развить тоску по хорошему перерождению; 2) средства, которыми достигается счастье в следующей жизни.

Как развить тоску по хорошему перерождению (120)

Здесь есть опять же два раздела: 1) напоминать себе, что нынешняя жизнь недолго продлится и что придется умереть; 2) размышлять над тем, какой вид счастья или страдания ожидает в следующей жизни в одном из двух типов перерождений.

ПОМНИТЬ, ЧТО НЫНЕШНЯЯ ЖИЗНЬ НЕ ПРОДЛИТСЯ ДОЛГО И ЧТО ПРИДЕТСЯ УМИРАТЬ (121)

Здесь есть два раздела: 1) какой ущерб наносит непамятование о смерти; 2) какая польза есть от памятования о смерти; 3) как нужно размышлять о смерти.

КАКОВЫ НЕДОСТАТКИ, ПРОИСТЕКАЮЩИЕ ИЗ ОТСУТСТВИЯ ПАМЯТОВАНИЯ О СМЕРТИ (122)

Здесь имеется шесть разделов.

НЕДОСТАТОК, ЗАКЛЮЧАЮЩИЙСЯ В ТОМ, ЧТО В СЛУЧАЕ НЕПАМЯТОВАНИЯ О СМЕРТИ ВЫ НЕ ПОМНИТЕ О ДХАРМЕ (123)

Тот, кто не осознает свою смертность, думает лишь об этой жизни, вязнет в своих бесчисленных потребностях - в еде, одежде и тому подобном - и поэтому упускает возможность практиковать Дхарму. Кто, напротив, не прогоняет прочь мысли о смерти, будет твердо работать над подготовкой к следующей жизни - подобно человеку из Кхампа, который, желая отправиться в путешествие, будет неуклонно работать над тем, чтобы всё подготовить и

упаковать. Ваше чрезмерное желание пищи, моды, почета и так далее виновно в том, что вы не напоминаете себе о преходящности всего. Каждый день, что вы проводите без размышлений о непостоянстве, есть потраченный впустую день вашей жизни.

НЕДОСТАТОК, ЗАКЛЮЧАЮЩИЙСЯ В ТОМ, ЧТО ХОТЯ ВЫ И ПОМНИТЕ О ДХАРМЕ, НО НЕ ПРАКТИКУЕТЕ ЕЁ (124)

Дже Цонкапа сказал:

> Каждый думает: “Смерть придет когда-нибудь.”
> И всё же лелеет ложную убежденность: “Сегодня я не умру, нет, не сегодня” -
> До тех пор, пока не окажется уже на смертном одре.

Вы крепко держитесь за представление, что вы не умрете, и думаете: “О, я смогу в следующем году практиковать Дхарму или ещё через год.” Всё снова и снова вы это планируете. Вы думаете о Дхарме, однако не практикуете её, а вместо этого заставляете себя вязнуть в такого рода помыслах: “Этот ценный предмет я должен иметь.” Между тем ваша человеческая жизнь приближается к концу.

УЩЕРБ, ЗАКЛЮЧАЮЩИЙСЯ В ТОМ, ЧТО ВЫ, ПРАВДА, ПРАКТИКУЕТЕ, ОДНАКО ДЕЛАЕТЕ ЭТО НЕПРАВИЛЬНО (125)

В настоящее время мы, правда, практикуем Дхарму, но, поскольку мы не оставляем без внимания банальные случаи этой жизни, нашу практику никак нельзя счесть безупречной. Мы изучаем и размышляем над учениями, однако втайне желаем стать учеными или знаменитостями. Мы медитируем, декламируем тексты и так далее и при этом надеемся, что будут устранены неблагоприятные состояния в нашей жизни. Даже великие йогины, медитирующие в отшельничестве, не свободны от того, чтобы совершенно непроизвольно не желать славы и тому подобного. Когда великого Атишу спросили, каковы будут последствия, если думать лишь об этой жизни, он ответил:

> “Результаты касаются этой жизни.”
> “А что будет потом?”
> Тут он отвечал: “Будут сфера адов,
> Сфера голодных духов или сфера животных.”

Другими словами: вы будете, правда, в этой жизни иметь некоторые выгоды, однако это в конечном счете приведет к тому, что вы пойдете в вашей следующей жизни в нижние миры.

Если вы таковы, то не отличаетесь от мирян. Практикующие Дхарму должны в качестве первого шага отвернуться от этой жизни. Тем самым я не хочу сказать, что вы должны стать нищими - даже нищие не отступились от этой жизни, а всё ещё странствуют в сансаре. Отойти должны вы от восьми мирских забот. Всё, что смешано с этими восемью мирскими заботами, не есть Дхарма. Йогин Чагтричог спросил Атишу: “Должен ли я медитировать? Должен ли я преподавать? Или я должен иногда преподавать, а иногда медитировать?” Атиша сказал: “Все эти вещи не помогают.” Когда Чагтричог после этого спросил, что же тогда он должен делать, ответ был: “Откажись от всего мирского.” Лама Гьямпа сказал:

> Вы - глупцы, вам не дается ни один вид практики,
> А вы горды тем, что являетесь практикующими Дхарму!
> Проверьте, закреплена ли первая из всех Дхарм
> В вашем сознании:
> Отказ от этой жизни.

Также Геше Толунгпа сказал одному дворянину, практиковавшему щедрость, что это - хорошо, но что было бы ещё лучше, если бы он практиковал Дхарму. Другими словами: Дхарма и

мирские вещи - это противоположности, даже действия, по видимости являющиеся Дхармой (даяние, изучение Дхармы, медитация и т.д.), могут в действительности быть её противоположностью, то есть мирской дхармой.

Геше Потова указывал на то, что что невозможно шить иглой, имеющей два острия. Если не размышлять о смерти, то невозможно отказаться от вещей этой жизни. Если не отпустить вещи этой жизни, то будешь под влиянием восьми мирских забот. Под этим имеется в виду следующее: быть счастливым, получая подарки, и быть несчастливым, ничего не получая; быть счастливым, когда имеешь приятное, и быть несчастливым, когда имеешь неприятности; быть счастливым, если знаменит, и быть несчастливым, если это не так; быть счастливым от похвалы и быть несчастливым, если должен сносить порицание. Нагарджуна сказал об этих восьми:

> “Восемь мирских забот” означают следующее:
> Мирские помыслы, которые заняты тем, будет
> Даяние или - никакого даяния, получу что-то приятное
> Или неприятности, испытаю славу или позор,
> Похвалу или порицание.
> Сохраняйте уравновешенный ум:
> Этими вещами вы не должны заниматься.

Сравните это с историей о Геше Потове и даянии бирюзы. Лингэпа сказал:

> В сансаре, граде предвзятых мнений,
> Блуждают зомби восьми мирских забот.
> Это - внушающее страх место трупов,
> Если ты хочешь медитировать о равностности всех феноменов,
> Делай это там.

Откажитесь от этой жизни и посвятите себя от всего сердца Дхарме. Если вы сомневаетесь, сможете ли потом также еще служить поддержанию своей жизни (пропитанию), то должны сказать себе, что это было бы в порядке вещей, не иметь возможности для этого. Будьте готовы стать нищими. Наш Учитель покинул своих домашних и стал монахом, не имеющим родины; он отрекся от богатства, которое принесло бы с собой царское положение, носил одежду, которую нашел в куче отбросов и так далее. Он посвятил себя полностью и совершенно Дхарме. Он был готов стать нищим. Дже Ринпоче сделал то же самое. “Если я более ничего не имею, то тогда не умру ли я, потому что не получу никакой еды?” Будьте готовы к тому, чтобы умереть, как нищие, и скажите себе: “Если я умру, в то время, когда принимаю на себя трудности ради Дхармы, то да будет так.”

Вы должны оставить эту жизнь; правда, не существует также никаких историй о практикующих Дхарму, которые голодали бы после того, как отказались служить своему жизненному пропитанию. Наш добрый Учитель посвятил нам заслуги за 60.000 перерождений в качестве владыки мира, чтобы мы, его последователи, не были голодными - даже во времена большого голода, когда кораллы обмениваются на муку. Говорится:

> Если великие медитирующие
> Не скатятся вниз с холма,
> То лапша сама к ним поднимется.

Геше Бэн Гунг Гьял также сказал:

Когда я был мирянином, носил я острый меч, стрелу и копье на своем поясе, однако имел много врагов и мало друзей. Когда я ещё был сорви-головой, я владел полями, которые могли дать полтонны пшеницы, поэтому люди дали мне прозвище “Бандит с половиной

тонны”.[51] Днем я нападал на людей, а ночью грабил деревни. Несмотря на это, пища и одежда мои были скудными. Теперь, так как я практикую Дхарму, у меня нет недостатка ни в еде, ни в одежде, а мои враги оставили меня в покое. Он также сказал:

С тех пор, как я отказался от желания,
Как отворачиваются от трупа,
Собираются блага, как черви у трупа.

Благие деяния таких людей, как Дже Цонкапа, были обширными, как пространство, потому что они отвернулись от этой жизни и практиковали Дхарму правильным образом. В одной истории рассказывается, что один сакьяпинец, который этого не понимал, думал, что Дже Ринпоче обрел силу притягивать к себе богатства. Он спросил его даже: “Что это за действенное средство, чтобы накапливать богатство?”

Если возникает мысль, что нужно всё же иметь хоть немного имущества, когда умрешь, чтобы оплатить похороны, то тогда следует думать: “Когда я умру, то мне всё равно, как я умру.”

Кьябдже Пабонгка Ринпоче остановился ещё более подробно на необходимости иметь в своем распоряжении Десять Сокровищ Кадампы.[52] Он говорил также о медитации, описанной Миларепой, в которой говорилось, что его желания исполнятся, если никто не будет оплакивать его смерть, и никто не придет к его телу.

Может быть, вы думаете, что люди должны получить плату за то, чтобы ликвидировать ваше тело; однако на самом деле людям при его виде станет дурно, и они бесплатно сделают всё, чтобы его уничтожить. Вы можете быть совершенно в этом уверены: ваше тело будет убрано прочь со своего смертного одра!

Итак, решитесь на то, чтобы отвернуться от восьми мирских забот, и будете получать мирские приятности, счастье и почет, как будто вы это выхаживали. До тех пор, пока вы со страстным желанием преследуете восемь мирских забот, вы будете мирской персоной; если вы отвернетесь от этого, то станете практикующим Дхарму. Геше Потова спросил Дромтонпу: “Где точно пролегает граница между Дхармой и не-Дхармой?” Дром отвечал: “Речь идет о Дхарме, если это - противодействие от омрачений; если это не так, то это - никакая не Дхарма. Если все люди, размышляющие по-мирски, с этим не согласны, то это - Дхарма; если они с этим согласны, то это - не Дхарма.”

Решающим является вот что: Дхарма и мирские вещи - это противоположности. У кого же хватает времени проводить свои начитывания и одновременно содержать домашнее хозяйство? Наше тело - это лишь бледное отражение тела практикующего Дхарму, а наш ум не отличается от ума по-мирски мыслящего домохозяина: мы делаем восемь мирских забот нашим главным упражнением.

Главным методом для того, чтобы отстраниться от этой жизни и практиковать чистую Дхарму, является медитация о смерти и непостоянстве. Если не оставить дела этой жизни, то всякая практика Дхармы, которую предпринимаем, неизбежно будет соскальзывать в мирское. Не позволяйте восьми мирским заботам вскружить себе голову. Откажитесь от своего желания еды, одежды и почета! Вы можете узнать, что были в том успешны, если станете похожими на Седьмого Далай-ламу Келсанга Гьяцо или на Панчен-ламу Лосанга Еше. Седьмой Далай-лама

---

[51] Это мой перевод для 40 *кхал*. *Кхал* - это тибетская мера веса, которой соответствует приблизительно 25-30 фунтов. 40 *кхал* - это, следовательно, почти половина тонны, и так объясняется прозвище.

[52] Десять сокровенных вещей - это: 1) отойти от этой жизни и всем сердцем отдаться Дхарме; 2) быть готовым к тому, чтобы стать нищим; 3) быть готовым к тому, чтобы умереть в нищете; 4) быть готовым к тому, чтобы умереть в одиночестве и не иметь никого, кто бы оплакал мертвое тело; 5) иметь решимость практиковать Дхарму, независимо от того, что думают другие; 6) иметь решимость соблюдать обеты; 7) иметь решимость избежать того, чтобы быть обескураженным (пасть духом); 8) иметь решимость жить отверженным; 9) принять нижайшее общественное положение; 10) достигнуть в качестве естественного результата успешной практики высшего состояния Будды..

сказал о себе, что он имел только свою ваджру, свой колокольчик и свои три монашеские одежды - больше ничего. И в одной истории говорится, что даже даяние сотни серебряных слитков не смогло порадовать Панчен-ламу Лосанга Еше.

Может быть, мы не желаем всех трех - пищи, одежды и уважения. Некоторые из нас могут быть под властью чар лишь одной из этих вещей, другие - под чарами двух, иные - под чарами всех трех. Труднее всего отказаться от желания быть уважаемым. Многие люди - ученые, монахи, учителя или медитирующие - желают быть почитаемыми или знаменитыми. Дрогон Ринпоче Гьер Дроваи Гонпо сказал:

В этой жизни ты, может быть, ученый,
Монах или великий йогин;
Но ты придаешь ценность тому,
Что тебя называют “ученым” или “монахом”.
Ты повесил, наверное, вывеску на своей двери,
На которой значится, что ты проводишь затворничество;
Может быть, ты великий медитирующий,
Сторонящийся других людей.
Однако, великий йогин этой жизни,
Ты желаешь, чтобы люди хорошо о тебе говорили...
Даже даяние, которое ты подносишь Трем Драгоценностям,
Ты делаешь только с тем, чтобы другие это видели...

Некоторые люди полагают, что они являются великими медитирующими или Мастерами; они отказываются от пищи и одежды и сильно изнуряют себя, выполняя аскетические упражнения, например, когда принимают в себя сущность цветов и минералов.[53] Однако люди, которые на самом деле - внутренне - отказались от интереса к высоким почестям, - это редкость. В *‘Аналогиях’* Геше Потовы говорится: “Лиса и обезьяна подстерегают у порога лесную курицу...”Другими словами: вместо того, чтобы надзирать за огненной ямой, которая находится за твоим собственным порогом, ты исследуешь далеко удаленные места, то есть, высшие Пути, уровни состояния Будды, Тантры и так далее - твоего собственного стремления к незначительным вещам этой жизни ты при этом не замечаешь. Ты не свободен от этих оков. Это - один из видов ущерба, проистекающего из того, что не размышляешь о смерти.

НЕДОСТАТОК, ЗАКЛЮЧАЮЩИЙСЯ В ТОМ, ЧТО ВЫ НЕ ПОСВЯЩАЕТЕ СЕБЯ ПРАКТИКЕ ВСЕРЬЕЗ (126)

Если вы не помните о смерти, то вашей практике Дхармы не хватает серьезности, и вы также не способны практиковать непрерывно. В настоящий момент мы не имеем никакого терпения в наших благотворных упражнениях; мы упражняемся до тех пор, пока это не начинает нам надоедать. Виной тому - недостаточное созерцание своей смертности и непостоянства. Геше Караг Гомчунг настолько интенсивно думал о непостоянстве, что ни разу не сделал попытки обрезать терновник перед своей дверью. Миларепа носил лишь лохмотья и прикрывал живот остатками мешковины из-под ячменной муки, а когда они в конце концов расползлись, то он даже не позаботился о том, чтобы снова связать лоскутья - вместо этого он посвятил себя своим благотворным упражнениям. Если бы мы имели подобное восприятие непостоянства, то не трудились бы столь неутомимо в других видах деятельности, а старались бы практиковать благотворное, и не чувствовали бы себя с самого начала разочарованными, потому что были бы просто рады совершать их.

---

[53] Практика “извлечения сущности” *(chu lan)* - это относящееся к Тантре упражнение, сопряженное с постом, которое йогин выполняет, чтобы иметь возможность длительное время оставаться в затворничестве, не нуждаясь в грубо-вещественной пище. Как правило, при этом съедают ежедневно одну или несколько пилюль, которые из цветочных лепестков, минералов или даже благословенных реликвий и так далее состоят. Этим способ успешный йогин может сохранять жизнь целый год и умственно стать даже еще более здоровым.

НЕДОСТАТОК, ЗАКЛЮЧАЮЩИЙСЯ В ТОМ, ЧТО МЫ РАЗВИВАЕМ ПЛОХОЙ ХАРАКТЕР (127)

Если вы не размышляете о смерти, ваше желание вещей этой жизни будет всё сильнее, и чтобы их достигнуть, вы помогаете некоторым людям, вредите другим людям и так далее. Вы развиваете привязанность, враждебность и неведение, спорите и боретесь с другими людьми. Вы становитесь объектом дурной молвы, и в конце концов ваше собственное гнусное поведение ведет даже к тому, что вы наживаете себе головную боль - всё это довольно унизительно.

УЩЕРБ, ЗАКЛЮЧАЮЩИЙСЯ В ТОМ, ЧТО ПРИДЕТСЯ УМИРАТЬ С ЧУВСТВОМ СОЖАЛЕНИЯ (128)

Если вы не размышляете о смерти, то ваша практика Дхармы является лишь слабым подражанием (настоящей практики) - размягченным желанием вещей этой жизни. Потом однажды вы вдруг встретитесь лицом к лицу с противником. Он называется “Смерть без практики Дхармы”. Тогда вы увидите, что всё, что вы имеете, все вещи, к которым вы раньше так стремились, вообще для вас бесполезны, и постигнете, что вы из божественной Дхармы не осуществили ничего, на что теперь могли бы положиться. Вы будете чувствовать почти непереносимые страдания, однако всё будет кончено - кроме вашего страдания. Если вы навлечете на себя лихорадку, то, как говорят, теперь “время читать молитвы”. А также если вам стало известно, что умираете, вы начинаете произносить слова раскаяния. Мы желаем себе достойной смерти, однако, нас ожидает обратное: сейчас мы не имеем никакого страха, но в момент нашей смерти будем бить себя в грудь кулаками. Другими словами: мы должны с самого начала страшиться смерти и непостоянства, а потом нам не нужно бояться, когда придет время умирать. Мы, однако, делаем в точности наоборот. Мы не думаем никогда о том, что можем умереть в это мгновение, и поэтому терпеливо выжидаем в нашем самодовольном состоянии. Какой ужасной смертью мы будем умирать!

Вы, может быть, богаты и владеете сотней золотых талеров, или являетесь царем, который управляет всеми странами - однако к моменту смерти такие вещи не будут представлять никакой пользы, они являются безвкусными и пустыми.

Может быть, нас неожиданно постигнет смертельно заразная болезнь, однако мы абсолютно ничего не достигли, на что могли бы положиться в момент смерти. Если мы не умираем скоропостижно, то думаем в таком случае: “Отныне я буду совершенно определенно практиковать Дхарму.” - однако наша жизнь уже приближается к концу. Это в точности так же помогает, как если бы кто-то держал пищу в руке, но не мог решиться её съесть, пока, в конце концов, мимо не пробежит собака и не отберет её.

Это были шесть недостатков.

КАКИЕ ПРЕИМУЩЕСТВА ВОЗНИКАЮТ, ЕСЛИ ПОМНИТЬ О СМЕРТИ (129)

Здесь тоже содержатся шесть надзаголовков.

ПРЕИМУЩЕСТВО ВЫСШЕЙ СТЕПЕНИ ПОЛЕЗНОСТИ (130)

Думать о смерти - это в высшей степени полезно. Будда, наш Учитель, сказал в *‘Великой сутре о нирване Будды’*, что из следов животных лучшие - это следы слона, а из точек зрения лучшая - та, что уделяет внимание смерти и непостоянству. Другими словами: Дхарма практикуется безупречно, если осознана смертность. Кто хочет обрести хорошее перерождение, тот упражняется в щедрости, ведет себя нравственно и так далее. Короче говоря: сознание смерти ведет эту личность через весь Ламрим, по ступеням существ с тремя способностями вплоть до состояния Единения.

Когда умер покровитель Юнгтонпы, Миларепа (ученик Юнгтонпы) почувствовал себя вдохновленным к практике Дхармы. Многие великие Мастера держали нередко в руках чаши из черепа, трубы, изготовленные из человеческой берцовой кости и так далее, чтобы благодаря этому усиливать восприятие смерти и непостоянства. В правилах Виная говорится, по той же причине, что нужно вывешивать изображения скелетов в купальных домах и подобных местах. Геше Чен Нгава сказал:

Если вы утром, как минимум, в течение одной сессии
Не медитируете о непостоянстве, то посвящаете себя -
В этом я убежден - целый день *этой* жизни.

Как сказал Цхангтсун Йерпа, если утром не помнить о непостоянстве, то утро посвятите *этой* жизни, а если также днем не помнить о непостоянтсве, то посвятите остальную часть дня *этой* жизни. А если посвятить себя *этой* жизни, то ничто из того, что вы делаете, не является Дхармой.

ПРЕИМУЩЕСТВО, ЧТО БЛАГОДАРЯ ПАМЯТОВАНИЮ О СМЕРТИ ПРАКТИКА НАПОЛНЯЕТСЯ ВЕЛИКОЙ СИЛОЙ (131)

Это означает, что если помнить о смерти и непостоянстве, то то тем самым разрушаются вещи, несоответствующие Дхарме: привязанность, гнев и так далее. Благодаря этому обретаются четыре силы, чтобы завершить Накопления (заслуг и мудрости), и можно одновременно пресечь омрачения и злодеяния.

ПАМЯТОВАНИЕ О СМЕРТИ ЯВЛЯЕТСЯ ВАЖНЫМ С САМОГО НАЧАЛА (КОГДА ПРИСТУПАЕТЕ К ПРАКТИКЕ ДХАРМЫ) (132)

Если ты памятуешь с самого начала о смерти, то это приведет к тому, что ты войдешь в Дхарму.

ПАМЯТОВАНИЕ О СМЕРТИ ЯВЛЯЕТСЯ ВАЖНЫМ В СЕРЕДИНЕ (133)

В середине это подвигает к тому, чтобы трудиться в Дхарме.

ПАМЯТОВАНИЕ О СМЕРТИ ЯВЛЯЕТСЯ ВАЖНЫМ В КОНЦЕ (134)

В конце это приведет твою практику Дхармы к завершению.

ПРЕИМУЩЕСТВО, ЗАКЛЮЧАЮЩЕЕСЯ В ТОМ, ЧТО ТЫ БУДЕШЬ УМИРАТЬ СЧАСТЛИВЫМ И РАДОСТНЫМ (135)

Ко времени смерти у тебя появится вера, которая приходит через безупречную практику Дхармы, и ты станешь сыном, который возвращается в отчий дом. Лонгдол Лама Ринпоче сказал:

Я не чувствую страха, потому что я непостоянен.
Утром - я старый монах, а в ночь после этого
Получу тело бога.

Кратко: лучшие практики Дхармы умирают радостно, посредственные умирают бесстрашно, и даже незначительные практики не чувствуют никакой печали. Они испытывают чувство: “Я правильно практиковал Дхарму; для меня это просто - сейчас умереть”, и им не о чем сожалеть. Дже Миларепа сказал:

Я спасался бегством в горах,
Потому что боялся смерти;

Теперь я обрел постижение Пустоты,
Изначального состояния сознания.
Даже если сейчас я умру,
Жалко не будет.

КАК ПАМЯТОВАТЬ О СМЕРТИ (136)

Эта тема рассматривается в двух разделах: 1) девятичленная медитация о смерти; 2) медитация об аспектах умирания.

Ранние кадампинцы ещё не излагали эту тему так подробно, как я это здесь объясняю. Наставления, которые лежат в основе моих указаний, происходят из трудов Дже Цонкапы. Его труды содержат многие уникальные, глубокообоснованные и детализированные инструкции. В них находятся мысли классических индийских трактатов о Тантре, а также специальные объяснения, которые происходят из собственных постижений Цонкапы; кроме того, их надзаголовки хорошо структурированы и так далее.

ДЕВЯТИЧЛЕННАЯ МЕДИТАЦИЯ О СМЕРТИ (137)

Здесь содержатся три основные части: 1) неизбежность смерти; 2) непредвиденность момента смерти; 3) ничто, кроме Дхармы, не поможет в момент смерти. Каждая из этих частей имеет три обоснования; тем самым получаются в совокупности девять разделов.

ПЕРВАЯ ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ: НЕИЗБЕЖНОСТЬ СМЕРТИ (139)

Первое из трех обоснований для этой основной части звучит так:

ПЕРВОЕ ОБОСНОВАНИЕ: ВЛАДЫКА СМЕРТИ НЕПРЕМЕННО ПРИДЕТ, И НИКАКОЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВО НЕ МОЖЕТ ЭТОМУ ВОСПРЕПЯТСТВОВАТЬ (139)

Ваша смерть неизбежна. Всё равно, какого вида тело вы имеете, всё равно, куда вы идете, всё равно, какие методы вы применяете, владыка смерти не может остановиться. Даже полностью здоровое тело вы не можете уберечь от него. В *'Речах Будды о преходящности'* говорится:

Когда все - даже Будды,
Пратьекабудды и Шраваки - оставляют свои тела,
Не нужно даже и говорить
Об обычных существах!

Другими словами: когда мы теперь рассказываем истории о Бхагаване Будде, который достиг ваджрного тела, и о многих Мастерах из Индии и Тибета, которые достигли состояния Единения, могло, правда, показаться, что они пребывали все еще среди нас, однако они на самом деле давно вступили в нирвану. Если даже наш Учитель, Будда, и другие умерли - по меньшей мере, что касается обычного явления - а их ваджрные тела были разрушены, почему тогда такие люди, как мы, не должны умереть?

Когда наш Учитель собирался вступить в нирвану, то многие десятки тысяч его последователей - Шарипутра и другие - вошли перед ним в нирвану. Когда Будда, наш Учитель, потом находился в Кушинагари, он достиг места своего последнего ночлега между двумя деревьями...Потом он устранил сомнения и привел к убежденности своих двух последних учеников, Прамудиту, царя небесных музыкантов, и жреца не-буддистов и брахманов Субхадру. Неспособный перенести зрелище ухода Будды в нирвану, Субхадра скончался непосредственно после этого. Незадолго до своей кончины наш Учитель снял свое верхнее одеяние и призвал людей смотреть как следует, так как редко имеется возможность увидеть тело Татхагаты. Его последнее наставление было о преходящности. Чтобы показать, насколько решающее значение имеет эта медитация, он сказал:

Все зависимые феномены преходящи.

Это - последние слова Татхагаты.

Вслед за этим он вошел в нирвану. Большинство Архатов, которые достигли частичного или совершенного Освобождения, тоже скончались, когда поняли, что произошло; когда ещё другие пришли к тому же, их стало пятьсот.

Также индийские пандита, такие, как Семь Патриархов Учения, Восемь Великих Мастеров, Шесть Сокровищ, Двое Возвышенных и так далее, равно как и Шантаракшита, Ачарья Падмасамбхава, Дхармараджа Трисонг Детцен, Атиша и его ученики, Цонкапа и его ученики и многие другие в Тибете ушли в нирвану; лишь их слава продолжает существовать. Как могли бы *мы* ускользнуть от смерти?

Говорится, когда Лама Цечолинг Ринпоче давал наставления по Ламриму, присутствовали многие тысячи слушателей. Теперь ни одного из этих Лам и учеников нет в живых. Говорят также, Чусанг Лама Ринпоче в этом месте, на котором мы сегодня находимся, давал учение, такое же, как наше сегодняшнее; ныне лишь ещё память об этом живет. В течение лишь сотни лет от всех нас, здесь присутствующих, останется лишь ещё чье-нибудь воспоминание, что на этом месте когда-то что-то состоялось. Если уже через сотню лет все люди, которые сегодня населяют южный континент - все люди в Китае, Тибете, Монголии и так далее - даже все грудные дети, сегодня родившиеся, наверняка будут мертвы, и не будет оставаться в живых никого из них, то тогда также и нам не суждено никакой лучшей участи.

Если пришло твое время, то не существует никакого места, которое не означало бы для тебя смерти. В *'Речах Будды о преходящности'* говорится:

Всё равно, где бы ты ни находился,
Не найдется места,
В котором бы смог ты отринуть смерть:
Ни в небе, ни в море,
Ни также в горах.

Принц Вирудхака, сын царя Празенаджита, замыслил перебить Шакьев. Маудгальяяна хотел использовать свои чудесные силы, чтобы Вирудхаку и его армию выслать из этого мира; однако Будда сказал, что невозможно остановить их. Некоторые мужчины и женщины Шакьев спрятались в нищенской чаше Будды, другие были посланы во дворец солнца. Тем не менее Шакьи были убиты, и день их убийства давно прошел.

Бегство, подкуп, сила и так далее - полностью бесполезны, когда предстоит умереть. В *'Речах Будды'* говорится:

Даже если пять ясновидческих сил
Великих *Риши* есть
И умение парить высоко в небе,
То всё же не сыскать того места,
Которое не было бы подвластно смерти.

Другими словами: если бы мы могли бегством освободиться от смерти, то было бы достаточно приобрести чудесные способности или пять ясновидческих сил *Риши*, чтобы ускользнуть от владыки смерти; однако даже люди с такими силами не могут его миновать, а должны все же умереть.

Также силой невозможно остановить владыку смерти. Львы настолько сильны, что даже слонов могут победить, вонзив им когти в голову. Но когда приходит смерть, умирают также и львы, а лапы их повисают безжизненно. Даже могущественный владыка миров должен умереть, вся его власть не поможет ему. Мы зависим от богатства и имущества и надеемся, что эти вещи достаточны, чтобы подкупить владыку смерти, однако когда говорится, что он ни разу не мог быть подкуплен исполняющими желания драгоценностями владыки миров, то как мы можем тогда считать, что другие люди могли бы его подкупить? В *'Сутре наставлений для царя'* говорится:

Представьте себе, что существют четыре горы в четырех небесных направлениях;
они - прочные, стабильные, солидные, не имеют никаких трещин, отверстий
и явно - твердые. Эти четыре движутся одновременно
к одному пункту; они касаются неба и простираются вниз глубоко в почву.
Они приходят и перемалывают всё в порошок: траву, деревья, ветви, сучья
и листья, а также всех живых существ, всех насекомых и духов. Их невозможно
остановить, даже если бежать, употребить силу, откупаться своим
богатством, применять магические вещества, мантры или медицину.

Великий царь, также четыре великих страха приходят таким образом:
Их не остановить, даже если бежать, употребить силу, сделать ставкой свое
богатство, применить магические вещества, мантры или медицину.
Какие это четыре? Старость, болезнь, разрушение и смерть.
Великий царь, старость приходит и разрушает твою пору цветения.
Болезнь приходит и разрушает всё твое здоровье.
Приходит упадок и разрушает всё твоё великолепие.
Смерть приходит и разрушает твою жизненную силу.
Этих четырех не избежать, даже если бежать, применять силу, сделать ставкой свое
богатство, применять магические вещества, мантры или медицину.

Выражаясь иначе: когда четыре великие, прочные и быстрые горы из всех четырех небесных направлений надвигаются и сталкиваются, перемалываются в порошок трава, деревья и так далее - это было бы очень трудно остановить, что бы вы ни делали. Четыре горы старости, болезни, упадка и смерти точно так же трудно остановить.

ВТОРОЕ ОБОСНОВАНИЕ: ЖИЗНЕННЫЙ СРОК НЕ ДОБАВЛЯЕТСЯ, ОН ПОСТОЯННО УМЕНЬШАЕТСЯ (140)

Вы несомненно умрете. Всё, что является результатом прошлой кармы, не может быть увеличено или продлено, это относится также к сроку жизни. С каждым мгновением вы приближаетесь всё более и более к владыке смерти. В *'Бодхисаттвачарьяаватаре'* Шантидевы говорится:

Почему я не должен умереть,
Когда все-таки эта жизнь неизбежно
С каждым днем укорачивается
И нигде никакой прибавки не происходит?

В *'Поучениях Будды'* говорится:

Представьте себе, вы держите натянутый канат
И ребенок идет вдоль него постепенно - шаг за шагом;
Ребенок придет когда-нибудь неизбежно к концу каната.
То же самое относится к жизни человеческой.

Седьмой Далай-лама Келсанг Гьяцо сказал:

С тех пор как рождаешься, нет возможности
Хоть на миг стать свободным,
Вставить паузу в гонках,
В которых нас Яма, владыка смерти, преследует.
То, что мы называем "жизнью", является лишь быстрым путешествием
По улице, ведущей на эшафот.
Смертник, идущий к месту казни,
Не в добром здравии!

Другими словами: как только мы рождаемся, мы устремляемся спешно к часу смерти, как скаковые лошади в заезде. Ни разу нам не дозволено было при этом сделать паузу, чтобы перевести дух. Всадники на лошадиных скачках имеют возможность перевести дух, но люди, чья судьба - умирать, не могут ни разу, ни на мгновение прервать свой забег к смерти: каждое мгновение приводит их ближе к смерти. В *'Поучениях Будды'* говорится:

Приговоренные к смерти
Приближаются с каждым их шагом
К своему палачу.
Так же обстоит с жизнью людей.

Как овца, которую ведут на бойню, с каждым шагом приближается к своей смерти, так же мы с момента нашего рождения идем к смерти, без возможности когда-либо отклониться от этого направления. Мы уже израсходовали большую часть своего жизненного срока; от него остается не так уже много. Кроме того, мы тратим наши дыхания, наши часы, дни, месяцы и годы; день, в который мы умрем, становится всё ближе. Время ухода приходит неожиданно. Мы не должны самодовольно думать: "Я не умру". Когда мы засыпаем, то желаем отдохнуть и быть счастливыми, и всё же мы спешим также потом прямо к владыке смерти.

ТРЕТЬЕ ОБОСНОВАНИЕ: НАВЕРНЯКА МОЖНО УМЕРЕТЬ РАНЬШЕ, ЧЕМ НАСТУПИТ РЕШИМОСТЬ ПРАКТИКОВАТЬ ДХАРМУ (141)

Жизнь очевидным образом коротка, и вы, вероятно, встретите смерть прежде, чем решитесь практиковать Дхарму. Представьте себе, вы живете шестьдесят лет. Вы проводите во сне всю ночь; тем самым уже растрачена половина вашего жизненного времени. Оставшиеся тридцать лет прерываются периодами, которые вы проводите за едой и тому подобными вещами. Так остаются примерно пять лет, которые вы можете посвятить себя Дхарме - даже если всё время будете проводить в затворничестве и совершать по четыре медитативных сессии в день. В день наступления Нового Года мы говорим: "Давайте организуем компанию!", и мы празднуем. Каждый месяц получил свое имя от какого-нибудь праздника, как, например, Великий Молитвенный Фестиваль; годы летят, остаются лишь смутные воспоминания о всех наших отвлечениях. Гунтанг Ринпоче сказал:

Примерно двадцать лет думаете о том,
Что нужно заниматься определенной практикой;
Примерно двадцать лет, в течение которых постоянно
Практику начинаете;
И оставшиеся десять лет, на протяжении которых говорите:
"Я ни разу не практиковал" -
Это - история впустую потраченной
Человеческой жизни.

Раньше, когда вы были детьми, вы не думали о Дхарме. Позднее вы, может быть, испытывали желание практиковать Дхарму и имели чувство: "Я должен практиковать, я должен практиковать", но вместе с тем не начали этого и не было готовности упражняться в Дхарме. Когда потом вы становитесь старым, то вам остается только говорить: "Теперь я могу ещё молиться лишь о моем следующем перерождении."

Некоторые люди сейчас всецело и совершенно заняты этой жизнью, но имеют чувство: "Я должен бы практиковать." Но многие также уже достигли точки, когда раскаиваются, что упустили практику Дхармы. Если мы повстречаемся с этими людьми, то не должны закрывать глаза на то, какой большой ущерб они себе причинили своими действиями. Наберитесь мужества, чтобы лишить важности те бессмысленные дела, которые ежедневно у нас крадут время, предназначенное для практики! Мы должны практиковать Дхарму как можно больше, прежде чем настигнет Яма, владыка смерти. Пурхог Нгаванг Джампа сказал:

Представьте себе, что большая масса урожая ячменя лежит посреди широкой равнины. Женщины, живущие там, могут видеть, что идет наводнение, которое смывает кучу - однако они ничего не предпринимают против этого. Поток воды уносит прочь всю кучу зерна, и они не имеют возможности взять ни единого зернышка. Работай они, напротив, всё время упорно, без отвлечений, и уносили бы как можно больше оттуда, то тогда, в конечном счете, они унесли бы половину или четверть ячменя. Если бы им улыбнулось счастье, то они, может быть, взяли бы даже всё или столько, сколько им было нужно. Подобным образом мы должны бы упражняться так много, насколько это возможно на Пути для существ с тремя способностями, прежде чем придет смерть.

Размышляйте над этими тремя обоснованиями. В конце концов появится убежденность: “Я определенно умру”, и вследствие этого - решимость практиковать Дхарму.

ВТОРАЯ ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ: НЕОПРЕДЕЛЕННОСТЬ МОМЕНТА СМЕРТИ (142)

Здесь имеются три обоснования.

ПЕРВОЕ ОБОСНОВАНИЕ: ЖИЗНЕННЫЙ СРОК ЛЮДЕЙ ЮЖНОГО КОНТИНЕНТА НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ФИКСИРОВАННЫМ, В ОСОБЕННОСТИ ВО ВРЕМЕНА УПАДКА (143)

Если бы момент смерти был наверняка установленным, то можно было бы сначала как-то справиться с мирскими задачами - одолеть врагов, защитить близких и так далее. После этого можно было бы жить счастливо и практиковать Дхарму. Однако подобной уверенности не существует: поэтому так важно размышлять о неопределенности момента смерти. В *‘Сокровищнице метафизики’* говорится:

> Обитатели Куру
> Живут тысячу лет.
> На двух других континентах
> Жизненный срок уменьшается вдвое и ещё раз вдвое.

Это означает: жизненный срок на большинстве других континентов является установленным.

> Здесь продолжительность жизни не установлена.
> В начале (эпохи) она безмерно велика;
> Но в конце (эпохи) она длится лишь десять лет.

Это означает, в начале жители южного континента жили так долго, что это невозможно было измерить в годах; но когда-нибудь продолжительность их жизни составит лишь десять лет. Жизненный срок населения южного континента, таким образом, никогда не является стабильным, а во времена упадка он в особенности колеблется.

Хотя вообще-то мы не думаем: “Я не умру”; однако до тех пор, пока мы фактически не окажемся на смертном одре, мы лелеем мысль: “Я умру, но не в этом году”. Может быть, имеются свои причины для этого. Некоторые из вас хотят думать: “Я не умру, потому что я молод.” Однако то, что человек молод, не является никакой решающей причиной. Смерть не придерживается порядка, задаваемого возрастом: часто умирают дети, и родители должны их хоронить. Также уже много людей умерло, когда они были молодыми. Многие умирают даже непосредственно после рождения.

Некоторые думают: “Я не умру, потому что я не болен.” Однако также из этого нельзя исходить с определенностью. Существуют лежачие больные, которые не умирают; напротив, многие полностью здоровые люди умирают неожиданной смертью. Некоторые люди умирают в то время, когда они как раз принимают пищу. Они не имели ни малейшего предчувствия, что могут умереть, не закончив свой обед. Некоторые люди, которые присутствуют на больших церемониях в монастыре, приходят на своих собственных ногах в храм, однако выносят их в качестве трупов на носилках. Многие правительственные чиновники проектировали выдающиеся политические программы, однако они не дошли до их осуществлениять, потому что умерли прежде, чем смогли выполнить свои задачи. Во многих *‘Собраниях сочинений’*

великих Мастеров мы находим примечание: “незавершенный”. Они смогли сочинить лишь надзаголовки и отрывочные стихи, затем умерли, не завершив своих труды.

В отношении родственников или друзей, которые проживают в нашей долине, мы можем сказать, этот или тот умер, умирает; однако мы никогда не думаем: “Это случится также со мною.”Такие известия являются лишь предметом нашего любопытства. Иногда мы даже слышим, как люди говорят: “У него есть красивые шафрановые одежды. Я надеюсь, что они потом мне достанутся!”

Смерть совершенно определенно вас сразит, неопределенным является лишь момент, когда это произойдет. В связи с этим говорится:

Невозможно сказать, что придет раньше:
Завтрашний день или следующее перерождение.
Не напрягайся в том, чтобы строить планы на завтра;
Правильным будет твердо работать для следующей жизни.

И в *‘Поучениях Будды’* говорится:

Некоторых из многих людей,
Которых ты видел утром,
Вечером больше не увидишь.
Некоторых из многих людей,
Которых ты видел вечером,
Утром больше не увидишь...

Как ты можешь быть уверен в том, что завтра не умрешь? Мы не готовимся к смерти, до которой ведь совершенно определенно доживем, если даже момент её наступления непредсказуем. С другой стороны, никоим образом не установлено, что мы доживем до своей старости. Заметьте себе: в любом случае является ошибкой делать много приготовлений для одного приятного вечера жизни.

Если вы не можете перенести размышлений о том, что смерть может прийти сегодня, завтра утром или днем, вы должны, по меньшей мере, представить, что она может сразить любого мужчину и любую женщину между нынешним днем и следующим годом. Мы не можем установить, кто из присутствующих здесь слушателей умрет первым - это может быть кто-нибудь из первого ряда, однако также кто-нибудь из середины или из задних рядов. Вы не получите никаких указаний, что пришло время готовиться к смерти. Смерть нападает однажды, совершенно неожиданно, и вы должны оставить всё, чем как раз были заняты. Даже простые монахи должны перестать пить чай с маслом, есть цампу или лапшу и идти в свою следующую жизнь: это показывает, как непредсказуем момент смерти.

Если держаться представления о постоянстве, то впадаете в иллюзию, что имеете впереди ещё многие годы, но всё же придет день, когда вы умрете. Люди, которые сегодня умирают от болезни, думают всё ещё: “Сегодня я не умру.” Некоторые, может быть, размышляют о смерти, если они, согласно астрологическому прогнозу, достигли неблагоприятного года жизни, и спрашивают себя: “Умру ли я в этом году?” Однако даже если вы не переживаете в настоящиее время никакого такого (рискованного для жизни) года, между вашим первым годом жизни и вашим сотым годом жизни не существует никакого года вашей жизни, когда вы могли бы себе сказать: “В этом году я не умру.” Представь себе, тебе двадцать восемь. Ты должен бы думать: “Может быть, я умру в этом году. Тот человек или та женщина умерли также в этом возрасте.”

Можно также сказать: “Я клянусь, что в этом году не умру”, но такая клятва - полная нелепица.

Мы не имеем никакого особо острого, аналитического понимания и могли бы сбиться с нашего пути, живя в больших городах или общинах. Однако смерть и непостоянство - это практические медитативные темы и не так трудны для понимания, как отсутствие самости. Мы размышляем при этом о сильных фактах, которые можем наблюдать собственными глазами. Мой уважаемый Гуру, мое Прибежище и мой Защитник, говорил:

Если ты не умрешь в течение одного или двух месяцев,
молись, чтобы смог совершить что-то полезное для твоего
следующего перерождения, а если ты не умрешь в течение
одного или двух лет, молись о том, чтобы достигнуть
конечной цели всех твоих перерождений!

Размышляйте над этим разделом, как я вам это объяснил, и включите при этом цитаты и всё остальное в размышления.

ВТОРОЕ ОБОСНОВАНИЕ: МОМЕНТ СМЕРТИ ЯВЛЯЕТСЯ НЕОПРЕДЕЛЕННЫМ, ТАК КАК СУЩЕСТВУЕТ МНОГО ФАКТОРОВ, ВЕДУЩИХ К СМЕРТИ, НО МАЛО ФАКТОРОВ, ПОДДЕРЖИВАЮЩИХ ЖИЗНЬ (144)

Только молитвы, которые мы прежде произносили, наши заслуги и сострадание Будд предоставляют нам защиту. Существует много факторов, влекущих за собою смерть. Как птицы, толпящиеся вокруг гниющего мяса, нас обступают, пока мы живем, 80 тысяч различных видов препятствующих духов, которые делают свой вклад в то, чтобы мы умерли. Они спрашивают себя: “Когда мы сможем его съесть? Когда мы сможем похитить его дыхание?” 404 вида болезней окружают нас как облака испарений. 360 видов злых духов, 15 больших злых духов, которые нападают на детей, 360 жадно пожирающих духов и так далее жаждут нас после жизни.

И существуют не только внешние факторы. Если четыре змеи закрыть в одном сосуде, то сильнейшая из них съест других. Когда жизненные силы *ветер, желчь, слизь* или пять элементов немного выходят из равновесия, это может привести к тому, что вы потеряете свою жизнь.

Многие факторы приводят к смерти.
Немногие способствуют жизни -
И даже они могут стать причиной твоей смерти.
Из этого следует: упражняйся постоянно в Дхарме!

Существует не только много внутренних и внешних факторов, приводящих к смерти, кроме того, также многие из факторов, поддерживающих жизнь, могут стать причиной смерти. Дома могут обвалиться, лодки могут дать течь или опрокинуться, лошади могут понести и затоптать вас до смерти, друзья могут вас обмануть, вы можете не получить еды и так далее. Многие вещи могут стать причиной смерти.

Наша жизненная сила - как докрасна раскаленный газ в пламени масляного светильника. Как сказал Нагарджуна:

Владыка смерти обитает внутри жизненных обстоятельств,
Как докрасна раскаленный газ в пламени масляного светильника.

ТРЕТЬЕ ОБОСНОВАНИЕ: МОМЕНТ СМЕРТИ ЯВЛЯЕТСЯ НЕОПРЕДЕЛЕННЫМ, ТАК КАК ТЕЛО ЯВЛЯЕТСЯ ОЧЕНЬ НЕПОСТОЯННЫМ (145)

Были бы наши тела прочными или способными к восстановлению, они бы не испытывали никакого ущерба, хотя и существует так много вещей, которые вызывают их смерть. Однако наши тела - как пузырьки на воде: не только очевидно опасные для жизни факторы влекут за собою смерть; мы можем умереть, даже уколовшись шипом. Однако даже если бы наши тела были твердыми и способными к восстановлению, это нам бы не помогло. В *‘Письме другу’* Нагарджуны говорится:

Семь солнц испепелят землю,
Гору Меру и океаны,

И все существа в сансаре превратятся в пепел -
Ничего не останется.
Что уж говорить ещё здесь
О совершенно ничтожных людях
и тому подобных вещах...!

Многими вещами можно нанести ущерб своему жизненому сроку;
Жизнь - даже более преходящая вещь,
Чем пузырьки на воде, которые впереди себя гонит ветер.
Как удивительно, что мы ещё дышим,
Когда от сна пробуждаемся!

Другими словами: когда вы идете спать, ваше грубоматериальное дыхание успокаивается, и тонкоматериальный элемент ветра может беспрепятственно поступать в носовые отверстия - как чудесно, что вы не умираете, когда снова начинаете дыхание грубоматериальным элементом ветра.

Размышляйте над этим: когда вы умрете - это неопределенно. Посредством этого созерцания должно возникнуть чувство, что вы *теперь* должны практиковать Дхарму. Это - так, будто вы точно знаете, что придет враг, чтобы убить вас, но вы не знаете, когда он придет. Как только вы это постигнете, вы будете пытаться сорвать его план. Если вы имеете намерение практиковать Дхарму, но вместо этого занимаетесь работой, которой вы в этом году и, возможно, в следующем году будете заняты, и при этом думаете: “Я буду практиковать Дхарму, когда закончу эту работу”, то тогда это - чистый самообман. Гунтанг Ринпоче говорил:

“Эта работа будет стоить мне лишь один месяц или один год,
Когда я её исполню, то буду практиковать чистую Дхарму.”
Эта мысль суть разрушительный злой дух,
Который обманывает всякого.

Мы убеждены: “Я буду практиковать Дхарму, после того как доведу до конца тот или иной проект.” Однако подумайте:

“Незавершенные задачи - это всё равно что борода старого мужчины:
Чем больше он её бреет, тем сильнее она отрастает.

Другими словами: вы никогда не придете к вашей практике, завершив проект. Вместо этого всплывет другой проект, и вы вновь отложите вашу практику, пока *этот* не закончите. Потом возникнет ещё один проект, и вы подумаете: “Я откладываю мою практику, пока занимаюсь этим.” Мирская работа подобна реке: она нигде не прерывается. Гунтанг Ринпоче по этому поводу сказал:

Существует большой риск: прежде чем наступит завтра,
Когда вы хотите начать вашу практику Дхармы,
Наступит сегодня, в котором грядет смерть.
Не обманывайте себя:
В случае, если хотите практиковать Дхарму, начинайте это сегодня.

Если вы отодвигаете практику с мыслями: “Закончив это, я буду практиковать Дхарму”, или “с завтрашнего дня я практикую Дхарму”, то конца вашей работе не будет никогда, но час вашей смерти в любом случае наступит.

Если поразмышляете над тремя обоснованиями, из которых вытекает, почему момент вашей смерти неопределенен, то тогда вы тотчас откажетесь от всех мирских работ и решитесь предпринять практику Дхармы, вместо того, чтобы растрачивать оставшееся время. Это, впрочем, не означает, что студенты должны прервать свои занятия в монастыре или групповые дебаты и удалиться в горные пещеры. Вы должны, скорее, то, чем вы как раз занимаетесь,

превратить в Дхарму. В том случае, если вы, к примеру, рецитируете тексты, то вы, наверное, стих “До самого Просветления я принимаю Прибежище в Будде, Дхарме и высшем Собрании...” уже тысячи раз произносили. Проверьте, размышляли ли вы по крайней мере один раз правильно над этими строками; и вы увидите, что такие случаи были очень редкими.

Независимо от того, как много усилий вы вкладываете в свое предприятие, в обработку полей и тому подобное, такого рода вещи не могут никогда стать Дхармой; однако ординированные персоны, имеющиеся среди нас, должны всегда всё, что бы ни делали, превращать в Дхарму. Если некоторые из нас освоили лишь одну маленькую часть Дхармы, то это, в основном, коренится в изъяне практики, - дело не только лишь в дефиците знания.

ТРЕТЬЯ ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ: НИЧТО, КРОМЕ ДХАРМЫ, НЕ МОЖЕТ ТЕБЕ ПОМОЧЬ, КОГДА ТЫ УМИРАЕШЬ (146)

ПЕРВОЕ ОБОСНОВАНИЕ: БОГАТСТВО НЕ МОЖЕТ ПОМОЧЬ ТЕБЕ (147)

Пусть вы сравнимы с Брахмой, Индрой или владыкой миров - когда вы умрете, вы, тем не менее, не сможете взять с собой ни одного единственного слугу. Вы не имеете никакой свободы также для того, чтобы сохранить при себе одну-единственную вещь из своего имущества; к этому моменту они не представляют для вас никакой ценности. Вы можете быть могущественным царем, покорившим все страны, но всё же будете тоже не в состоянии вынести отсюда с собой хотя бы одно ячменное зернышко. Исчезнет разница между вами и нищим: вам не дозволена будет даже трость. “Царь оставляет свой царственный жезл, а нищий - свой нищенский посох.” В *‘Сутре живого древа’* говорится:

> Пусть некто обеспечен пищей на сотню лет,
> Но после смерти он будет страдать от голода;
> Пусть некто имеет одежду на сотню лет,
> Но после смерти он будет нагим скитаться.

В *‘Бодхисаттвачарьяаватаре’* говорится:

> Много негативного я совершил,
> Для тех, кого любил, и для тех, кого не любил.
> Об одном я, однако, не думал:
> Что придется уйти и всех покинуть.
>
> В рождении ты - одинок,
> И когда ты умираешь, то точно такой же - одинокий.
> К чему твои неотвязные друзья хорошие,
> Если они не разделят твоего страдания?

Один человек как-то шлифовал каменную глыбу, чтобы придать ему форму куба. Другой человек спросил его, что он тем самым замыслил. “О, ничего”, отвечал он, “я его просто оставлю.” Так же вы оставляете накопленные в этой жизни богатства и вещи.

ВТОРОЕ ОБОСНОВАНИЕ: ДРУЗЬЯ И РОДСТВЕННИКИ НЕ МОГУТ ТЕБЕ ПОМОЧЬ (148)

Наверное, умирающий окружен слугами, учениками и близкими друзьями. Некоторые держат его руки, другие - его ноги, однако они не могут ему помочь. Ни одного из них он не может взять с собой; в одиночестве он должен будет идти по опасной дороге *бардо*. Майтриджоки, великий Мастер, сказал:

> Ваше величество, всё равно,
> Как бы состоятельны вы ни были,

Когда вы уходите и устремляетесь
В другое перерождение в мире,
Вы - как человек,
Который схвачен врагами в пустыне:
Один - без ваших сыновей,
Без ваших домашних...

И в *'Бодхисаттвачарьяаватаре'* говорится:

Как могут помочь вам ваши близкие,
Как могут полезными быть вам друзья,
Когда вы будете пойманы посланцами Ямы?

Панчен Лама Лосанг Еше сказал:

Вы будете навсегда оторваны
От ваших скорбящих любимых...

Наверняка некоторые люди умрут этой зимой; как много из своих планов на следующий год они ещё смогут осуществить при этих обстоятельствах?

Если бы мы поехали сейчас в Индию, Китай или в другое место, то сочли бы это чем-то очень важным. Мы бы приготовили наш багаж и отправились вместе с лошадьми, мулами и слугами. Однако в великом путешествии в наше следующее перерождение мы отправляемся без друзей, совершенно одинокими и не можем взять с собой ни единой вещи из своего имущества.

ТРЕТЬЕ ОБОСНОВАНИЕ: ВАШЕ ТЕЛО ДЛЯ ВАС БЕСПОЛЕЗНО (149)

Когда вы умираете, вам не будет пользы от того, если бы все горы стали золотыми, а кто-нибудь с вами породнился. Не только вашу собственность, ваше состояние и ваших родственников вы должны оставить, но также ваше тело: ту самую вещь, что вы называете "моим телом", что вместе с вами пришло из материнского чрева, что вы защищали от холода и голода, что вы ни разу не укололи маленькой колючкой, за которым вы следили, и которое почитали как исполняющую желания драгоценность. Панчен Лама Чокьи Гьялцен сказал по этому поводу: "Тело, за которым ты так ухаживаешь, подведет тебя, когда ты больше всего в нем нуждаешься..." Другими словами: размышляй о том, что ты совершенно и полностью будешь отделен от этого тела - которое ты так лелеешь и защищаешь.

При размышлении об этих трех обоснованиях было бы не очень полезно из-за этого погружаться в страх и уныние. Гунтанг Ринпоче сказал:

Дхарма - это твой водитель на Пути без иллюзий;
Дхарма дает тебе снаряжение для долгой дороги;
Дхарма - это твой капитан в трудном путешествии:
Отныне практикуй Дхарму твоими тремя дверьми.

Дже Миларепа сказал:

Анге Ньяма Пэлдарбум!
Слушай меня, благородная женщина, имеющая веру:
Имеешь ли ты достаточно припасов
Для длинной дороги
Будущих жизней, которые последуют за нынешней?
В том случае, если - недостаточно снаряжена,
Должна упражняться ты в щедрости:
Это будут твои припасы...
Анге Ньяма Пэлдарбум!

Есть ли достаточно сопровождения,
Чтобы встретиться с великими страхами будущей жизни?
В том случае, если охрана - слабая,
Ты должна упражняться в святой Дхарме:
Это будет твоим конвоем...

Другими словами: Дхарма - это ваш проводник на пути, ваш капитан и ваши припасы для путешествия, которое начнется после вашей смерти. Размышляйте о том, что будет, если упустить практику Дхармы и потом умереть, как старая собака.

Мы должны вести себя как путешественники, которые хотят поехать снова на свою родину. Они не строят никаких планов для своего дальнейшего пребывания (на чужбине), а занимаются серьезно сборами в дорогу - более ничем. Также вы должны решиться на то, чтобы практиковать только лишь Дхарму, не давая себе увлечься иллюзиями этой жизни.

МЕДИТАЦИЯ ОБ АСПЕКТАХ УМИРАНИЯ (150)

Это наставление моего уважаемого Гуру. Хотя здесь главным образом речь идет о том, как медитировать над "практическим объяснением" (см. Первый день), говорится, что этот способ размышлений очень эффективен.

Вы должны себе напомнить, о чем говорится в тексте *'Сострадательное Прибежище'* и в *'Молитве об Освобождении из опасного пути бардо'* Панчен Ламы Лосанга Чокьи Гьялцена.

Проверьте точно, что происходит, когда вы умираете. Следующие слова из *'Молитвы об Освобождении'* описывают, что происходит, когда начинается умирание:

Когда врач от меня отказывается,
Когда ритуалы более не помогают,
Когда у друзей нет надежды, что жизнь моя продлится,
Когда все мои действия остаются бессильными,
Да смогу я почувствовать благословение,
Вспомнив об указаниях моего Гуру.

Выражаясь иначе: вопреки квалифицированному медикаментозному лечению и соответствующим ритуалам, болезненное состояние ухудшается; то, что врач говорит тебе, отличается от того, что он говорит всем другим; твои родственники и друзья говорят только о приятных вещах, однако встречаются тайком за твоей спиной и единодушны в том, что ты умрешь. Внутри и снаружи проявляются различные плохие симптомы - температура твоего тела понижается, дыхание становится хриплым, твой нос заостряется, твои губы непослушны, ты выглядишь бледным и так далее. Ты сокрушаешься о своих неблаготворных делах, однако ты в достаточной мере ни очищался, ни остерегался их повторения; ты не практиковал также в достаточной степени благотворное. Ты сожалеешь о твоей смертельной болезни и тебе являются знаки постепенного растворения элементов. Ты имеешь различные пугающие галлюцинации и переживания страха, и в этом состоянии восприятие растворяется.

Твои агрегаты заворачивают в покрывало, кладут в угол комнаты и закрывают занавесом. Люди зажигают дешевые масляные светильники для тебя. Если ты был Ламой, то тебя одевают в торжественные одежды, так чтобы ты выглядел приятно.

В настоящее время ты, может быть, очень стараешься заработать достаточно денег для хорошего дома или теплой, мягкой одежды и ковра; однако когда ты умрешь, твое тело будет сложено пополам, обвязано кожаной лентой, положено на голую землю или на скалу и так далее. Сейчас ты, наверное, вкушаешь дорогую пищу, но в будущем ты должен стать дровами жертвенного костра для умерших. В настоящее время при обращении к тебе применяют столь благозвучные слова, как "геше", "уважаемый господин" или "почтенный монах"; но придет время, когда твое тело назовут "трупом", а тебя назовут "умершим господином таким-то и таким-то". Всякий раз, когда вы, Ламы, видите ваши торжественные одежды, вы должны себе напоминать, что когда-нибудь в них обрядят ваши останки. Когда мы видим наши накидки, мы должны осознавать, что в них будут завернуты наши трупы. Так в настоящее время должны мы

мыслить. Как сказал Дже Миларепа, “телу йогина дадут пугающее имя ‘труп’.” Это относится также к твоему телу.

После смерти ты вступишь в бардо, где тебя ожидают невообразимые ужасы. У тебя - галлюцинации о песчаной и огненной буре, ты почувствуешь, будто погребен под лавиной или под песчаным оползнем, будто в тебя со всех сторон летят горящие деревянные поленья, будто тебя уносит водой или ветром и так далее.

Некоторые Ламы утверждают, что могут дать сознанию умерших наглядное введение в бардо и проводят около головы трупа вводный ритуал. Правильным временем для действенного введения в бардо был бы на самом деле настоящий момент: полезнее делать такие вещи до того, как умрешь.

В настоящее время мы можем надеяться постоянно вкушать еду и питье; однако, это изменится, когда мы лежим при смерти и должны просить других: “Помоги мне сесть.” В этой ситуации мы определенно не сможем практиковать Дхарму - раз уж мы теперь не практикуем, пока живы, и пока всё у нас обстоит хорошо. Ритуалы (посредством которых вводят сознание трупа в бардо) способны, тем не менее немного помочь - благословение Будд, в конце концов, безмерно.

Также сочинение *‘Бодхисаттвачарьяаватара’* - это источник для медитации о природе смерти:

Посети места похорон:
Обнаружится,
Что скелеты других людей
И твое собственное тело суть преходящие вещи.
В будущем сохранится ясный взгляд.

Когда кто-то умирает и его кости разбрасывают на месте похорон, доведите до своего осознания, что его кости не отличаются от ваших - тогда в будущем вы будете трезво смотреть на вещи. Трупы, лежащие теперь в месте похорон, были раньше такими же, как твое собственное тело: люди берегли и заботились о них. Великие индийские Мастера держали в руках большеберцовую кость и череп; они делали это не для того, чтобы выглядеть устрашающими или угрожающими. Они хотели тем самым усилить свое восприятие природы смерти. Даже эта чаша из черепа находилась когда-то в голове некоей личности; он обходился со своей головой столь заботливо, что даже говорил “ай”, когда почесывал её немного одним ногтем.

В случае, если ты обычный монах, то оставишь свою монашескую келью пустой после смерти, и другой в неё вступит и скажет: “О, он умер несколько дней назад, и я получил комнату.”

Другой будет носить твои шафрановые одежды и говорить: “Прежде они принадлежали тому-то. Я купил их.” Также определенно придет время, когда другие люди, которые в настоящее время не могут пользоваться твоей обстановкой, твоей одеждой и так далее, купят эти вещи и станут ими пользоваться. Поэтому Седьмой Далай-лама Келсанг Гьяцо сказал: “Несомненно время унесет также эти владения; это всё равно что восхищаться взятой взаймы драгоценностью.” Другими словами: ваша собственность состоит из вещей, которые вы лишь на краткое время взяли взаймы.

В случае, если вы не можете подвигнуть себя к тому, чтобы размышлять о вашей собственной смерти, пойдите к другому человеку и наблюдайте, как он или она умирает; в этой ситуации вы совершенно определенно вспомните о наставлениях.

Как это может быть, чтобы мы не боялись, видя джутовую веревку (которой обвязывается труп)? Собственно говоря, это предемет, который должен бы нас страшить. Лишь если мы не думаем об этих вещах, мы не испытываем страха. Мы можем умереть, прежде чем износились наши шафрановые одежды. Думайте над этим: наша жизнь необычайно коротка.

Эти вещи упоминаются в *‘Сутре наставлений для царя’*. В *‘Ламриме красных шапок’* (Гедун Тензин Гьяцо) упоминается, что медитация о непостоянстве может служить во времена, когда имеется достаточно первоклассной одежды и пищи, противоядием от ожирения. Всякий раз, когда ты смотришь на свое состояние, одежду и так далее, ты должен думать: “Эти вещи

якобы принадлежат мне. Придет время, когда другие люди распределят их между собой. Тогда они скажут определенно: ‘Это принадлежало когда-то мертвецу.’ Сейчас я забочусь о моем теле и оберегаю его, но придет время, когда оно превратится в так называемый ‘труп’. Если я тогда его увижу, мне сделается жутко, а если я к нему прикоснусь, то будет беда мне. Он будет перевязан веревкой, и люди будут проделывать с ним всевозможные вещи.“ Думайте о том, как ваша оставшаяся ячменная мука будет использована для жертвоприношений, как будут отправляться около вашей головы ритуалы для введения в бардо и так далее. Некоторые берут ваш череп в руку и говорят: “Это череп хорошего качества.” Это время придет, и поэтому вы должны отныне делать вещи, о которых позже не будете сожалеть.

Вы можете считать, что вам удалось действительно реализовать смерть и непостоянство в вашем собственном сознании, если вы испытываете желание стать таким, как Геше Караг Гомчунг.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче ещё раз после этого кратко осветил тему.

Одиннадцатый день

Кьябдже Пабонгка Ринпоче призвал нас к тому, чтобы мы придали нашей мотивации правильное направление.

В *‘Сутре Великого Зрелища’* говорится:

> Три Сферы так же непостоянны, как осенние облака.
> Существа умирают и будут рождаться:
> Это так, будто смотришь спектакль.
> Жизнь существ так коротка, как молния в небе,
> Они пролетают так быстро, как водопад,
> Несущийся с высокой горы.

Три Сферы - земля, гора Меру и всё остальное - словно осенние облака. Существа будут рождаться и умирать; это - так, будто смотришь спектакль, потому что исполнители могут смениться в течение каждого мгновения. Наши жизни непродолжительны: они - лишь молнии в небе. В течение каждого мгновения они истекают, никогда не прекращают движение и устремляются мимо, как водопад, который падает с высокой горы. Поэтому вы должны принять решение: “Я не медля далее буду практиковать Дхарму.” Ламрим - это лучшие врата, открывающие Путь, на который вступали Будды всех времен. Поэтому прислушайтесь к этому учению о Ламриме, чтобы достигнуть состояния Будды ради блага всех существ. Затем вы должны претворить Ламрим в практику.

Он упомянул после этого ещё раз уже рассмотренные надзаголовки и сделал краткий обзор изложенного в лекции материала по теме “Непостоянство”.

Раздел “Развитие устремленности к хорошему перерождению” имеет два подраздела:

РАЗМЫШЛЯТЬ О ТОМ, КАКОГО ВИДА СЧАСТЬЕ ИЛИ СТРАДАНИЯ ВЫ ИСПЫТАЕТЕ В ВАШЕМ СЛЕДУЮЩЕМ ПЕРЕРОЖДЕНИИ В ОДНОЙ ИЗ ДВУХ СФЕР ПЕРЕРОЖДЕНИЯ (151)

Страдания высших сфер будут позднее изложены в разделе для существ со средними способностями. Я говорю теперь о страданиях низших сфер.

Вы несомненно умрете, однако, момент наступления смерти является неопределенным. Со смертью ваше сознание не прекратится - оно должно в любом случае реинкарнироваться. Существует лишь два места, в которых оно может снова воплотиться: нижние и верхние сферы. Вы можете даже сделать вывод, в какую из двух сфер вы направитесь. Я уже указывал на то, что нет необходимости проводить гадание и просить кого-то вычислять ваш гороскоп, который должен сказать о месте вашего перерождения. Будда уже предсказал, что мы пойдем в верхние сферы, если действуем благотворно, и в нижние, если действуем неблаготворно. В *'Джатаках'* говорится:

Одно является определенным:
Будет ли ваше следующее перерождение в этом мире
Счастливым или несчастливым,
Зависит от вашей благотворной или неблаготворной кармы.
Откажитесь поэтому от неблаготворного
И упражняйтесь в благотворном.

Мы строим много планов для этой жизни и затем называем это "заботой о будущем". Обозначение, как раз не соответствущее действительности. Вы должны ещё дальше в будущее смотреть: исследуйте, где вы в следующий раз снова родитесь. Когда сделаете это, то увидите, что вы не можете не переродиться - либо в нижних, либо в верхних сферах, - и что не имеете свободы выбора - куда пойти. Кто пошел бы в нижние уделы, если бы мог сам выбирать? Где вы переродитесь в следующий раз, зависит от вашей кармы.

При смешанной карме, когда, следовательно, одна её часть - благотворная, а другая - неблаготворная, то сперва созревает более сильная. Если обе части кармы являются равными, то сначала созревает та карма, которая ближе к вам (по времени создания). Если вы в равной степени близки с обоими видами кармы, то сперва созревает та карма, которую вы раньше другой создали. В собственном комментарии Васубандху к его *'Сокровищнице метафизики'* говорится:

Карма вращает колесо жизни.
Тяжелейшая карма созревает раньше всего;
Затем - напрашивающаяся, потом - интимнейшая.
Наконец, кармические действия,
Которые были раньше совершены.

У нас перевешивает неблаготворная карма. Наши мысли, как правило, несут печать привязанности и тому подобного. В силу этого совокупная карма, возникающая из наших мыслей, неблаготворна. Даже в наших благотворных действиях совершенно непроизвольно доминируют неблаготворные помыслы, и очень немногие из этих действий относятся к нашей будущей жизни.

Представьте себе, например, что вы отругали вашего ученика. Ваша побудительная причина - это сильный гнев. Собственно действие состоит в том, что вы высказали слова, которые ранят чувства других. Наконец, вы ещё радуетесь тому, что содеяли. *Мотив, собственно действие* и *завершение* - все вместе налицо в полную силу.

Большинство наших неблаготворных действий являются столь полновесными; наши благотворные действия, напротив, выглядят следующим образом: был когда-то человек, который отвлекался на другие мысли, когда начитывал речитативом *'Сто богов из Тушита'*. Он частенько во время начитывания вел разговоры с другими людьми и потом начинал опять заново. Это повторялось много раз. Также и мы произносим слова текстов ртом, однако наш ум при этом совершенно и полностью занят мирскими делами. То немногое благотворное, которое мы имеем, разрушается гневом или ложными воззрениями. Даже наши маленькие недобродетели умножаются с каждым днем. Кроме того, мы совершили в прошлых жизнях, когда были насекомыми, животными, морскими чудовищами, дикими хищниками и так далее, много чудовищных преступлений. Из этого и из многих негативных деяний этой жизни скопилось большое собрание очень сильных негативных действий. Мы не в состоянии всё это

перед нашей смертью исправить, каясь в этом и остерегаясь повторения подобного поведения. Мы знаем точно, что в настоящее время мы этого не делаем. Тем самым мы посредством достоверного прямого восприятия доказываем, что находимся ближе к неблаготворному, чем к благотворному, и поэтому не имеем никакой другой возможности, чем возможность в нашем следующем перерождении отправиться в нижние миры.

Мы до тех пор не можем быть уверенными в том, что не упадем в нижние сферы, пока не достигли Ступени Терпения Пути Подготовки. Говорится, даже Махатмы Бодхисаттвы перерождаются там.

Представьте себе, сегодня вечером вы в качестве монаха ложитесь спать в вашей мягкой постели, в вашей красиво отделанной комнате, потом вы умрете по причине какого-нибудь неожиданного несчастного случая. В то время, когда вы, как правило, наутро просыпались, вы, может быть, уже прибудете в другое место, где все долины и курганы объяты огнем. Что будете тогда делать?

Вы не развиваете достаточного Отречения, если ваша медитация о том, что вы, возможно, можете родиться в нижних мирах, происходит подобно тому, как вы из голой любознательности изучаете какой-нибудь предмет. Нагарджуна сказал: “Думайте о великом жаре или холоде адов так, будто вы провели там один день...” Вы должны так медитировать до тех пор, пока не разовьете постижение - каково это - родиться в этом или том нижнем мире (это похоже на медитацию Ступени Порождения в Тантре, при которой медитируют над божеством). Вы должны испугаться.

Мы носимся много с медитациями, при которых представляем, что обладаем божественным телом Идама - в начале, однако, было бы полезнее медитировать некоторое время о том, что имеем тело адского существа. Страдания горячих адов прокладывают путь для одного из первых преобразований ума и порождают в качестве первого шага (Пути) установку Отречения. Это - в высшей степени полезный результат. Мы при этом будем также печальны: печаль имеет очень много хороших аспектов - она изгоняет гордыню и так далее. Шантидева сказал:

Хорошее качество у страдания есть,
Что оно устраняет заносчивость.
Развивается сострадание к существам в сансаре,
Избегать заставляет порока и радоваться - добродетели.

Это очень просто для нас - развить Отречение в то время, когда мы обладаем этой драгоценной человеческой жизнью. Поэтому мы должны медитировать о страданиях.

Медитация о страданиях нижних миров имеет три части: размышления о страданиях 1) существ адов; 2) голодных духов; 3) животных.

Размышлять о страданиях существ адов (152)

Здесь есть четыре раздела:

РАЗМЫШЛЕНИЯ О СТРАДАНИЯХ ВЕЛИКИХ ИЛИ ГОРЯЧИХ АДОВ (153)

Горячие ады располагаются в следующих местах: Ады Беспрерывного Воскрешения находятся на 32.000 *йоджан* под землей в Бодхгайе, в Индии. Другие горячие ады - ниже этого ада, причем между ними пролегают соответственно 4.000 *йоджан*. Земля и горы в этих адах состоят всецело из красного раскаленного железа. Как и в человеческом мире, земля там никоим образом не такая ровная и гладкая, как наши ладони.

Одно стихотворение Гунтанга Ринпоче описывает, каково это - быть рожденным в горячих адах:

Человеческая жизнь непостоянна,
Короткое забытье,

Полное бессмысленных грез -
Некоторые счастливы, некоторые полны печали.
Что бы вы сделали,
Если бы неожиданно в нижних сферах
Пробудились к жизни?

Когда мы умираем, то появляются галлюцинации холода, вследствие чего начинается тоска о тепле, и это активизирует карму для перерождения в нижних мирах. Потом наступает смерть - что сравнимо с засыпанием. Мы переживаем бардо как сон и вдруг обнаруживаем себя в горячем аду - так, словно мы проснулись.

Адский огонь в семь раз горячее огня в человеческой сфере. Если мы сравним оба вида огня, то человеческий огонь - такой же холодный, как вода, охлажденная сандаловым деревом *гошира*.[54]

Маудгальяяна однажды принес маленькую часть адского жара в сферу людей и положил эту вещь на морском берегу. Люди совершенно обезумели от жары и не могли вытерпеть того, чтобы этот раскаленный обломок ада оставался там.

Если родиться в центре такого огня, то не было бы никакой в том проблемы, когда бы тело тотчас поглощалось огнем. Однако твое тело имеет колоссальные размеры, оно так велико, как горы. Это ещё не было бы никакой проблемой, когда бы твои подошвы были так же нечувствительны, как кожа ног некоторых из присутствующих здесь. Однако это отнюдь не так: твое тело сравнимо с грудным младенцем у материнской груди.

Страдания горячих адов вообще непереносимы: чрезмерное страдание - иметь тело, которое будет сожжено; страдание - иметь плоть, которая так же мало способна переносить боль, как новорожденный младенец; страдание - что огонь, в котором существа жарятся, он экстремально горяч, и так далее. Существует восемь Горячих Адов:

АДЫ БЕСПРЕРЫВНОГО ВОСКРЕШЕНИЯ (154)

Там нет никаких стражей ада. Существа перерождаются в этом аду по причине их плохой кармы. Когда они видят других, то тотчас же становятся разгневанными. Всё, что они берут в руки, превращается в оружие. Они рубят друг друга на куски, теряют сознание и падают на землю. Затем им голос, идущий с неба, говорит: “Теперь ты снова оживешь.” Прохладный бриз касается их тел. Он способствует тому, что разбросанные части тел и кости снова воссоединяются. Тела исцеляются и становятся прежними. Потом ещё раз повторяется то же самое. Каждый день они падают в беспамятстве смерти; ежедневно они умирают многими сотнями разных смертей и сотни раз оживают заново. Мы должны сейчас развить постижение, каково это было бы - быть рожденным там, пасть от мечей, быть без сознания, снова оживать и так далее. Если бы мы в этой жизни погибли от маленького ножевого удара, то были бы лишь один раз убиты - и всё же это означало бы для нас неописуемые мучения и боль. В этом аду существа умирают ежедневно много раз и много раз должны страдать от этих мук и боли. Кроме того, пребывание там очень долгое: оно несравнимо с нашей прежней жизнью в качестве людей. Нагарджуна сказал в *‘Письме другу’*:

Страдание быть однажды три сотни раз
Проколотым копьем,
Не может сравниться
С самым малым страданием ада,
Оно никогда не приблизится к этому страданию.

АДЫ ЧЕРНЫХ ЛИНИЙ (155)

[54] В санскритской литературе мы находим представление, что сандаловое дерево оказывает охлаждающее действие на всё, к чему прикасается. При этом сорт сандалового дерева, называемый *гошира*, считается самым эффективным.

Начиная отсюда, имеются адские стражи - такие, как *ава* с телами слонов и *якша* с телами свиней. Эти адские стражи и служители имеют огромные размеры величиной с гору, налитые кровью глаза и внушают настоящий ужас; они кричат: “побейте их, убейте их” и тому подобное. Существа ада имеют такой страх, что чувствуют, будто их тела ломают на части. Представьте себе: адский страж хватает тебя и кладет спиной на докрасна раскаленную железную основу; они делают докрасна раскаленным железом черные отметины на твоем гигантском теле, оставляя много полос. Некоторые из стражей распиливают твое тело вдоль этих отметин, будто столяры распиливают кусок дерева. Некоторые стражи расщепляют топорами тело по этим отметинам, и снова другие орудуют топорами. Но всё же после того как ты этим способом будешь расщеплен и раздроблен, куски мяса и капли крови, которые упадут на докрасна раскаленную железную основу, будут все ещё связаны с твоим сознанием, и это усугубляет страдание, которое ты переживаешь.

В этом аду существа рождаются в силу совершения десяти неблаготворных действий, например, телесного наказания людей.

АД, В КОТОРОМ СУЩЕСТВ СВЯЗЫВАЮТ И ПЕРЕМАЛЫВАЮТ (156)

Перерождение здесь, как правило, происходит в результате кармического созревания убийства. Две горы, которые, например, имеют форму козы и барана, бешено мчатся навстречу друг другу, и ты перемалываешься между ними; нет никакого пути для бегства. Обе горы отодвигаются снова друг от друга, и твое тело принимает прежнюю форму. Это происходит снова и снова. Некоторые существа растираются между двумя жерновами в порошок; другие раздавливаются пестиком, как кунжутные семена, иные раздавливаются между железными тисками. Вы можете быть размолоты между различными орудиями: они принимают форму каждого орудия убийства, которым вы раньше пользовались. Представьте себе, вы раздавливаете вошь между вашими ногтями. Позднее, в аду, вы будете убиты тем, что между двумя горами, выглядящими как ногти на пальцах, будете раздавлены,

АД СТЕНАНИЙ (157)

Вы будете закрыты в доме из раскаленного железа. Он не имеет ни одной двери и всюду объят огнем, внутри и снаружи. Вы страдаете от мысли, что не находится никакой возможности бегства. Ваши великие муки сопровождаются рыданиями и стенаниями.

АД ВЕЛИКОГО ПЛАЧА (158)

Вы будете закрыты в железном доме, находящемся в другом доме; оба являются точно такими же, как вышеописанный дом. Также и ваши страдания удваиваются. Вы думаете: “Может быть, я смогу покинуть один из этих железных домов, но невозможно спастись из них обоих”, и это вызывает у вас великие сетования и плач.

Десять неблаготворных действий или безответственное злоупотребление алкоголем могут привести к перерождению в этом аду. В одной сутре говорится в этой связи:

Пейте алкоголь - и вы переродитесь
В месте Великого Плача.
Кто предлагает алкогольные напитки,
Попадет в эти ады.

ГОРЯЧИЕ АДЫ (159)

Ты будешь пронзен раскаленным железным колом, который, будучи воткнут в твой анус, выйдет через макушку твоего тела; твое нутро горит, и пылающее пламя пышет из твоего рта, твоих глаз и так далее. Ты будешь погружен в гигантский котел кипящей воды. Потом твои

кости будут снова воссоединяться, и тело обретет прежнюю форму. После этого ты вновь будешь сварен.

ЕЩЕ БОЛЕЕ ГОРЯЧИЕ АДЫ (160)

Здесь вдвое выше температура, чем в вышеописанном аду. Твоя плоть, твои мускулы и все внутренности будут сварены и отделены от костей. Когда остаются ещё лишь голые кости, ты опять восстанавливаешься и получаешь снова свою прежнюю форму. Некоторые существа раздавливаются между двумя железными плитами, так что их тела расплющиваются. Некоторые обмотаны вокруг тела раскаленной железной проволокой; их мясо и кости вытекают наружу, как тесто, на которое надавливают. Другие пронзены пылающими железными трезубцами - они проходят через анус и выходят наружу в верхней части головы; их языки вываливаются на многие йоджаны, и так далее. Некоторые находятся между двумя железными предметами, похожими на книжные футляры (для тибетских текстов), и их тела сжимаются, подобно книжным страницам. Таким образом, существует очень много различных переживаний, полных страдания.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче рассказал историю о Кокалике, последователе Девадатты, который переродился в этом аду.

АД МУЧЕНИЙ БЕЗ ПЕРЕРЫВОВ (161)

В этом аду не имеется никакой возможности сделать передышку; поэтому существа страдают здесь ещё больше, чем в расположенных над ним горячих адах. Если положить камень или железо в огонь, то их скоро невозможно отличить от огня. Аналогичным образом тела существ в этом аду неотличимы от огня. Лишь по душераздирающим звукам, которые они испускают, можно узнать, что в этом аду имеются живые существа. Их сжигают одиннадцать огней: огни в четырех небесных направлениях, а также в промежуточных направлениях, по одному огню в зените и надире и огонь внутри тела. Они сравнимы с обуглившимися фитилями. Их страдание не знает никаких границ. В *'Письме другу'* Нагарджуны говорится:

> Если рассмотреть все причины для счастья,
> То устранение желания -
> Высший из всех видов счастья.
> А непереносимое страдание -
> Это страдание в Аду Мучений Без Перерывов.

Иначе выражаясь: страдание в Аду беспрерывных мучений интенсивнее, чем все другие страдания Трех Сфер, вместе взятые, исключая Ещё Более Горячий Ад.

Хотя все эти адские муки являются фактически существующими, мы, тем не менее, думаем: “Я не перерожусь там.” Но невозможно с уверенностью сказать, что мы всё же не родимся в аду, как только оставим эту жизнь. Мы не можем быть уверены в том, что не отправимся в нижние сферы. Мы сотворили много причин, которые определенно ведут к перерождению в аду; эти причины очень действенны и с тех пор они никоим образом не перестали действовать. Худшие из десяти негативных действий приведут к нашему перерождению в аду. Происшествия средней силы ведут к перерождению в качестве голодного духа, самые слабые прегрешения ведут перерождению в качестве животного. Говорится, в Аду Беспрерывного Воскрешения рождаются те, кто отказался от обетов Пратимокши и остался равнодушным к своему проступку. В Аду Мучений Без Перерывов перерождаются те, кому безразлично, нарушены ими важнейшие обеты Пратимокши или нет. Мы, следовательно, должны быть дальновидными. В нашем сознании хранятся многие тяжелые преступления: мы нарушали второстепенные обеты, мы отказывались от наших обетов Пратимокши и от тантрических обетов, мы гневались на Бодхисаттву, не оказывали Гуру должного почитания и так далее. Если мы нарушили главные обеты Тантры, то переродимся в Аду Мучений Без

Перерывов - а именно, число эонов, которые мы там должны провести, равняется числу моментов, которые протекли, прежде чем мы возобновили обеты и покаялись в негативных действиях. В прошлом нам было безразлично, нарушали ли мы двухуровневые обеты Пратимокши, мы пренебрегали правилами и уже накопили карму, чтобы переродиться в каждом из восьми горячих адов.

В этих перерождениях мы должны потом страдать до тех пор, пока не истощится действие негативной кармы, потому что мы будем не в состоянии отделить наше сознание от тела. В *'Письме другу'* Нагарджуны говорится:

Эти страдания адские абсолютно непереносимы.
Они переживаются миллиарды раз;
До тех пор, пока не истощится неблаготворная карма,
Не прекратится такая жизнь.

Жизнь в восьми горячих адах длится очень долго. Существа в Аду Беспрерывного Воскрешения имеют самую краткую продолжительность жизни. Пятьдесят человеческих лет равняются одному дню божества в сфере Четырех Махараджей, тридцать таких дней составляют один месяц для них; двенадцать таких месяцев составляют один год. Жизнь существа в сфере Четырех Махараджей длится 500 таких лет, однако это равняется лишь одному дню в Аду Беспрерывного Воскрешения. Тридцать таких дней составляют один месяц в аду; двенадцать таких месяцев становятся одним годом. Жизнь в Аду Беспрерывного Воскрешения длится 500 таких лет - это равняется, таким образом,
1,62 x 1000000000000 <10 в 12-ой степени> человеческих лет. В тексте *'Собственные слова Манджушри'* говорится, что речь идет о 1,66 x 1000000000000 <10 в 12-ой степени> лет, однако это не правильно. Вы должны навести справки в издании этого сочинения, опубликованном монастырем Меру, или в текстах Ламрим южной линии передачи.

Это может, наверное, показаться странным, что горячие ады на столько много йоджан далеко расположены, однако фактически расстояние между тобой и низшими сферами небольшое - единственное, что тебя от них отделяет, это то, что ты ещё дышишь. Размышляй об этом обстоятельно: нет никакой определенности, что ты уже в следующем году или даже уже завтра не попадешь в эти ады. Если ты там окажешься, что тогда будешь делать?

Мы не в состоянии секунду терпеть ожог или укол иглы. Как же мы можем вынести жизнь в одном из этих адов? Как говорили старые кадампинские Мастера, дело обстоит так, что лишь одной ногой мы находимся в сфере людей; другую ногу мы уже занесли над краем адского котла. Мы уже создали причины для нашего рождения в аду.

Переродись мы однажды в аду - и станет невозможным оттуда освободиться или найти Прибежище. Поэтому мы должны прилагать интенсивные усилия, пока ещё там не переродились, и пока ещё осталось немного нашего жизненного срока. В том случае, если мы не достигнем самого превосходного состояния, состояния Будды, или второго по качеству состояния, состояния Мастера или Сиддха, то тогда должны, по крайней мере, самым ревностным образом применять методы, которые защитят нас от низших сфер: раскаиваться в наших неблаготворных делах и тому подобное.

СМЕЖНЫЕ АДЫ (162)

Подобно железной ограде, окружающей мировую систему, расположены смежные ады по краю горячих адов: Огненный Ров; Гнилостная Топь; Равнина Острых Ножей (Острых, как лезвие бритвы) и Непреодолимый Водопад.

Когда-нибудь придет время, когда карма существ в горячих адах станет слабее; эти существа спасутся тогда из горячих адов и достигнут смежных адов. Другие живые существа перерождаются сейчас в смежных адах.

Когда придет время, чтобы спастись из ада, некоторые существа избегнут падения; они покинут горячие ады через двери и придут к Огненному Рву. Там их ноги обгорают до колена, однако когда они вытаскивают свои ноги из рва, они снова исцеляются. С каждым шагом их ноги будут обжигаться снова и снова. Они проведут многие сотни тысяч лет, пересекая

Огненный Ров, испытывая при этом беспрестанно ужасные муки, однако не отказываясь никогда от надежды на избавление.

Наконец, они могут спастись из Рва, но попадают в Гнилостную Топь. Там они погружаются до волос в трясину, извиваются и корчатся. Много червей с острыми носиками, похожими на птичьи, впиваются в их тела и поедают их, пока они не становятся похожими на решето.

Существа проводят много сотен тысяч лет, пересекая Топь - все время в надежде также и его вскоре миновать. Потом они достигают Равнины Ножей, Острых, как Бритва. Эта равнина полна острых ножей, острие которых направлено вверх. Существа должны пережить ужасные муки, потому что ножи вонзаются им в ноги и их ранят. Когда-нибудь покинут они эту равнину и придут к лесу, в котором деревья вместо листьев носят мечи. Существа держатся за живые деревья и проходят под ними. Листья-мечи режут их тела, они снова исцеляются и опять разрезаются. Таковы муки, которые они испытывают. Когда чувствующие существа покидают лес, то приходят к стволу дерева *шалмали*, которое имеет много острых железных кинжалов. Они слышат крики тех, кто был им ближе всех, с верхушки дерева. Хотя они быстро лезут наверх, кинжалы поворачиваются своей острой стороной вниз и протыкают их тела. Они терпят это страдание и прорываются наверх, но когда они взбираются на вершину дерева, ужасные птицы выклевывают им глаза и головной мозг и поедают все. Затем раздаются крики (их близких) снизу и живые существа лезут вниз; теперь кинжалы повернуты лезвиями вверх, так что их тела снова получают порезы. Спустившись на землю, они становятся добычей собак и диких зверей, которые сначала хватают их ноги, а потом пожирают их тела далее вверх. Существа испытывают страдание этого лазания вверх и вниз, пока не будет израсходована соответствующая карма.

То есть, эти различные три атаки посредством оружия причисляются все к разновидностям смежных адов.

Освободившись от этого, живые существа оказываются под Непреодолимым Водопадом. Падающая вода смешана с огнем; смесь сжигает и обваривает их тела - так, как горох варится в кипящей воде. Эти полные страданий переживания длятся долгое время.

Нам всем предопределено перерождение в горячих адах. Поэтому, очевидно, важно работать над нашим поведением, чтобы избегнуть такого перерождения.

РАЗМЫШЛЕНИЯ О СТРАДАНИЯХ ХОЛОДНЫХ АДОВ (163)

Холодные ады располагаются на той же площади, что и горячие ады; но, так как они находятся на севере, то являются чрезвычайно холодными. Холодные ады располагаются вертикально, будучи удаленными друг от друга на расстоянии две тысячи *йоджан* . Может быть, вы теперь спросите: “Как могут холодные ады находиться на той же площади, что и горячие ады, если последние удалены друг от друга на четыре тысячи *йоджан*?” Хотя это правда - поверхность одного горячего ада находится в четырех тысячах *йоджан* от поверхности следующего горячего ада, но все холодные ады имеют покрытые снегом горы, которые в высоту имеют две тысячи *йоджан* - отсюда вытекает, что они находятся на площади, равной той, которую занимают горячие ады.

Если мы в момент смерти затоскуем о телесном ощущении холода, то активизируется карма перерождения в холодных адах. Вы переживаете бардо, как будто это сон; после этого вы переродитесь в холодных адах, что сравнимо с пробуждением. Там имеются покрытые снегом горы, причем каждая - высотой во многие *йоджаны*. Там нет никакого солнечного и лунного света, а также огня и тому подобного. Это - такая тьма, в которой вы вообще не можете разглядеть ваших собственных движений рук. Почва - ледяное поле, бушует снежная буря, и сверх того дует ледяной ветер. Нет никакой возможности согреться: никакого огня, никакого солнца, никакой одежды - ничего.

Существует восемь холодных адов этого вида, причем каждый холоднее предыдущего. Первый - это Бубонный Ад, в котором на теле образуются шишки. Ад Щетинистых Шишек ещё холоднее: здесь вскрываются шишки, а кровь и лимфа отламываются. Следующий ад ещё холоднее: тело окостеневает, ты не можешь более двигаться, и единственный звук, который

ещё можешь издать, это “бррр”.[55] В следующем аду, который ещё холоднее, ты не можешь ничего издать, лишь совсем слабое “ух” исходит из твоего горла. В следующем аду ты более не в состоянии выдавить из себя этот звук; твой рот крепко закрыт, и зубы стиснуты. Следующий ад ещё холоднее; твое тело жесткое, как труп, начинает синеть и издает хруст; он вскрывается как синий лотос. Следующий ад ещё холоднее; твое тело вскрывается как красный лотос. В следующем аду на твоей плоти обозначается ещё в сотню или даже в тысячу раз больше потрескавшихся мест, похожих на лотосы. В Бррр-Аду и в адах ниже его тела существ усеивают ледяное поле и заснеженные горы, как те отделанные драгоценностями стержни, которые украшают ступы; тела их настолько замерзшие, что не могут двигаться. В *‘Письме к ученику’* Чандрагомина говорится:

Жесточайший ветер бьет по ногам,
Продувает несчастных до мозга костей.
Тела изможденные сотрясает дрожь,
И клубками они сворачиваются.
Насекомые, продукты их кармы,
Копошатся в сотнях вскрывшихся нарывов.
Жир, лимфа и костный мозг стекают вниз.

Много птиц с ядовитыми клювами собрались у лимфы, которая сочится из трещин в телах существ ада, и нападают. Даже капли крови, которые падают на землю, при этом ещё связаны с сознанием существ. Они страдают, когда капли замерзают и лопаются. Кроме того, живые существа измучены также ещё различными заразными болезнями. В ‘*Джатаках’* называются причины, которые ответственны за вступление в эти ады:

Кто имеет нигилистическое видение,
Будет во всех будущих жизнях
В этих местах мрака
И холодных ветров пребывать.
Они навлекают на себя болезни,
Которые заставляют их гнить заживо, обнажая кости.
Что может быть хорошего в том,
Чтобы придерживаться такого видения?

Другими словами: ложные, нигилистические воззрения, вроде того, что закон причины и следствия не существует, становятся причиной такого перерождения.

Мы собрали много причин для того, чтобы переродиться в этих адах, и они ещё не обезврежены. Крали одежду других людей, снимали накидки со священных статуй и других живых существ, вроде насекомых, выносили наружу и оставляли их замерзать - такое поведение становится причиной этого перерождения.

Срок отбывания существами страданий холодных адов объясняется следующим образом: В *‘Уровнях Шраваков’* Асанги говорится, эти существа жили лишь половину продолжительности жизни существ в великих (или горячих) адах; В ‘*Сокровищнице метафизики’* Васубандху, напротив, говорится:

Если бы кто-то бочку кунжута опустошил,
Беря в течение всей сотни лет по одному зернышку,
То время, которое протекает при этом, равняется
Продолжительности жизни существ в Бубонном Аду.
В других адах она удлиняется
Соответственно в двадцать раз.

[55] По-тибетски этот ад называется *“ачу”*. Этим словом тибетцы пользовались, когда им было холодно - мы поэтому здесь использовали западный эквивалент “брр”. Санскритское понятие - *“huhuva, huhuva”*.

Жизненный срок, следовательно, так велик по времени, каков период времени, требующийся для опустошения бочки с восемьюдесятью стандартными снопами кунжута - какие обычно были в Магадхе, - если каждую сотню лет брать по одному зернышку. (Это длится, следовательно, 9,6 x 1000000000 <10 в девятой степени> лет) Этим описывается продолжительность жизни существ в первом из холодных адов, в Бубонном Аду. В расположенных под ним адах продолжительность жизни удлиняется, смотря по обстоятельствам, в двадцать раз.

РАЗМЫШЛЕНИЯ О СТРАДАНИЯХ В ЕДИНИЧНЫХ АДАХ (АДЫ ПО ОСОБОМУ СЛУЧАЮ) (164)

Здесь повествуется об адах в различных местах внутри человеческой сферы, на морском берегу и так далее.

Некоторые купцы пригласили Арья Сангхаракшиту сопровождать их на один остров. Но он отстал от группы и пошел на морской берег, где находился красивый храм. Пятьсот членов Сангхи, которые там находились, попросили его войти. Тамошние монахи всегда спорили в обеденное время; но когда это время проходило, всё опять становилось нормальным. Он спросил, по какой причине это имело место, и получил ответ, что это восходит ко времени учений Будды Кашьяпы. В то время они были недружелюбны по отношению друг к другу и ссорились. Арья увидел также адских существ в форме стенок, столбов, метел, пестиков, водных труб и кухонных горшков. Когда позднее Арья вернулся из своего путешествия, он расспросил Будду Шакьямуни об этом. Мы уже упоминали ответ Шакьямуни на вопрос о колоннообразных существах в разделе о подготовительных упражнениях (см. Четвертый день). Тварь, подобная пестику, была во время учений Будды Кашьяпы монахом, который рассердился и сказал монаху-послушнику: “Нужно перемолоть тебя пестиком.” То, что монах стал таким существом, похожим на пест, было результатом сих оскорбительных слов.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче рассказал нам, что те существа должны были со времени Будды Кашьяпы иметь этот печальный опыт страданий, и притом беспрерывно.

Когда-то жил один морской капитан по имени Котикарна, который уже с момента своего рождения носил в ухе кольцо с драгоценным камнем стоимостью в 10 миллионов золотых слитков. Капитан Котикарна отправился в плавание, чтобы найти драгоценные камни. Но он заснул на морском берегу, и другие купцы продолжили путешествие без него. Когда он проснулся, то должен был констатировать, что сильный ветер задул путь, и что даже его вьючное животное, осел, не может снова взять след. Котикарна побегал вокруг, но не смог найти дорогу. Тут он пришел к дому, похожему на дворец, в котором увидел окруженного четырьмя богинями человека. Капитан стал наблюдать и увидел, что ночью человек испытывает великое, божественное наслаждение. Днем же дом состоял из раскаленного железа и был охвачен пламенем. Женщины превращались в четырех каштановых собак, человек падал ниц, и собаки пожирали его мясо, кусок за куском. Когда солнце заходило, все принимало прежнее состояние. Он спросил человека, почему это происходит так. Тот поведал, что он был мясником в штате Стхира, однако, по совету Арья Катьяяны, дал обет ночью не убивать. Он был не в состоянии соблюдать обеты также в течение дня, и тем самым создал причину для такого результата. Человек имел в Стхире сына, который тоже был мясником. Котикарна должен был передать сыну следующее послание: “Ты должен оставить убийства; делая подношение Арья Катьяяне, посвящай мне заслуги.” Чтобы Кортикана имел доказательства (что пришел от его отца), рассказал человек Кортикане, что в доме своего сына он спрятал горшок с золотом в месте, где хранились мечи.

Кортикана пошел дальше. Тут он наткнулся на внушительный дом, в котором мужчина и две прекрасные женщины вкушали высшую степень счастья и блаженства. Но капитан также увидел, что ночью происходило нечто совершенно противоположное: женщины превращались в змей и пожирали мужчину, причем сперва обвив голову. Кортикана спросил мужчину о причине этой ситуации. Мужчина отвечал, что был когда-то брахманом в Стхире и предавался прелюбодеяниям, правда, от Катьяяны он получил обет не заниматься этим в течение дня. Это

теперь привело к такому результату. Он сказал: “Пойди к моему сыну в Стхире и поговори с ним!”, и дал Кортикане послание, которое тот должен был передать. В качестве доказательства он рассказал Кортикане, что спрятал горшок с золотом под очагом.

Капитан после этого отправился дальше и увидел трон с четырьмя ножками. Каждая ножка подпиралась голодным духом...

И Кьябдже Пабонгка Ринпоче рассказал эту историю до конца.

Это были некоторые единичные ады, созданные по особому случаю. Существуют также единичные ады (по особому случаю) в человеческой сфере. В Индии досточтимый Шриман увидел, занимаясь как-то как раз своими ежедневными делами, образ внушительного дома в небе; дом горел ярким пламенем, и человек, перерождение мясника, был внутри него. Слуга мясника торчал внутри горы костей и очень жалобно причитал.

Существуют также истории о том, кто кастрировал животных и переродился, имея тело столь гигантское, как гора. Это был тяжеловесный кармический результат его действий.

Мы собрали уже много кармически релевантных действий, результаты которых наверняка испытаем таким образом. Мы можем поклясться, что все эти вещи с нами случатся.

Один великий Мастер увидел как-то громадную рыбу в озере Ярдрог. Рыба была перерождением человека по имени Танаг Лама из провинции Цанг. Когда он ещё был жив, он съедал многие из подношений, которые ему делали. Тело рыбы было размером с пол-озера, и многие паразиты питались им. Мастер показал стоявшим вокруг людям рыбу и сказал: “Не ешьте никаких подношений! Не ешьте никаких подношений!”Мы питаемся подношениями, так как являемся монахами. Это означает, павлины могут питаться ядом: если мы практикуем Дхарму и знаем, как нужно есть подношения, то тогда мы можем это делать без последствий, без того, чтобы с нами что-то случилось. Однако было бы ошибкой - просто легкомысленно брать их себе лишь потому, что являешься монахом. В *‘Трансляции Виная’* говорится:

Это будет лучше -
Съесть расплавленные куски железа,
На которых извивается пламя:
Люди со слабой нравственностью,
У которых нет правильной дисциплины,
Не должны поедать подношения,
Которые им приносят местные люди.

Здесь имеется в виду следующее: если люди со слабым этическим поведением едят подношения пищи, сделанные верующими, то это - так, будто бы они съели куски расплавленного железа. Те же, кто имеют нравственно безупречное поведение и с правильным усердием посвящают себя учению и преодолению умственных омрачений, могут, напротив, питаться такими подношениями. Если же человек не делает усилий в этих вещах, то поедать подношения было бы всё равно что брать кредит. Это так просто - обходиться с вещами некорректно и просто класть в свой кошелек пожертвования и подношения - но тяжело будет потом, в будущем, когда мы должны будем оплатить кредит своим собственным мясом. Для Лам действует то же самое: когда их просят о том, чтобы прочитать молитвы для кого-то, и потом лишь выписывают квитанцию для оплаты без произнесения молитв и посвящений, то они должны будут (в будущей жизни) оплачивать кредит мясом своего собственного тела.

По этому поводу в одной истории говорится, что в обломке скалы была однажды найдена большая лягушка, которой питались много мелких животных. Также однажды Лама монастыря Дерге попросил своих помощников показать ему всё, что в один определенный день нанесло рекой. Они нашли один ствол дерева, и когда очистили кору, то обнаружили гигантскую лягушку, которую поедали мелкие животные. Говорится, первая лягушка была прежде Ламой, который поедал сделанные подношения, а вторая лягушка была раньше главным помощником одного дергеского Ламы.

Мой Гуру, воплощение Ваджрадары, рассказал мне лично, что когда он однажды ездил в Кхам, то в озере Дошул было гигантское животное, похожее на палатку из волос яка. Летом

оно погружалось в озеро, но когда озеро зимой замерзало, то его плечи выглядывали наружу из воды и многие животные, птицы и так далее питались им.

Это было описание единичных адов (адов по особому случаю). Мы создали неисчислимые причины для подобного перерождения и всё ещё продолжаем их создавать. Поэтому мы должны снова и снова размышлять о том, каково это было бы, если бы мы должны были пережить такое страдание.

РАЗМЫШЛЕНИЯ О СТРАДАНИЯХ ГОЛОДНЫХ ДУХОВ (165)

В *'Собственных словах Манджушри'* прежде всего говорится о животных. Голодные духи обладают более развитым интеллектом и способностью понимания, чем тупоумные и несообразительные животные. Если голодным духам преподавать Дхарму, то они могут её понять. Животное существование - это неполноценное перерождение, и животное имеет больше препятствий в отношении пути практики Дхармы, чем голодный дух. Исходя из этого, сперва объясняются страдания животных. Однако *'Быстрый Путь'* упоминает сначала голодных духов, так как вообще они больше страдают, чем животные.

Эта тема излагается в двух разделах: 1) как размышлять с помощью шести тем об общих страданиях голодных духов: жара, холод, голод, жажда, истощение и страх; 2) как размышлять о страданиях отдельных видов голодных духов.

КАК РАЗМЫШЛЯТЬ С ПОМОЩЬЮ ШЕСТИ ТЕМ ОБ ОБЩИХ СТРАДАНИЯХ ГОЛОДНЫХ ДУХОВ: ЖАРА, ХОЛОД, ГОЛОД, ЖАЖДА, ИСТОЩЕНИЕ И СТРАХ (166)

Представьте перед мысленным взором: "Даже если я смогу избежать участи перерождения в адах, я буду страдать от непереносимых мук - жары, холода, голода, жажды, истощения и страха - когда реинкарнируюсь в качестве голодного духа. Тогда я не смогу более вообще помнить о том, что нужно практиковать Дхарму, не говоря уже о том, чтобы фактически осуществлять это. Благодаря доброте моих Гуру я там не переродился. Какие большие заслуги я приобрел тем, что могу, по крайней мере изредка, медитировать об Учении Ламрим! Всё же как велико мое счастье!"

Но в нашем сознании мы накопили много кармы, которая бросит нас в подобные перерождения; соответствующая карма все ещё имеет большую силу воздействия, и она не истощилась. Мы знаем, что в настоящее время мы не в состоянии её полностью очистить до наступления смерти.

Также наши мысли о наступлении смерти являются решающим фактором. Можно быть злодеем, сделавшим в этой жизни много дурного, однако если умирать только с позитивными мыслями, то благодаря этому активизируется позитивная карма из предыдущей жизни. А если люди, практикующие Дхарму, злобствуют, когда идут к смерти, то активизируется неблаготворная карма. Как правило, в смертный час приходят те мысли, которые нам в этой жизни были наиболее близки. Поскольку умственные омрачения - три яда - были нам наиболее близки, то не приходится сомневаться в том, что в смерти активизируется наша неблаготворная карма.

В час смерти, может быть, наступит отвращение к еде и питью, и появится мысль: "Я не желаю больше никогда даже слышать слова "еда". Такого рода мысли, являющиеся выражением гнева, или другие мысли, выражающие привязанность, активизируют карму для перерождения в качестве голодного духа. Вы не можете быть уверены в том, что не переродитесь со злополучным уделом голодного духа; в действительности, скорее, велика вероятность того, что вы попадете в такое существование.

Голодные духи перерождаются в Капиланагаре, городе голодных духов, который находится под землей на глубине более чем в 500 *йоджан*. Там не растет трава, нет деревьев и никакой воды; земля там напоминает обожженную солнцем медную пластину. Тела и конечности голодных духов несоразмерны, неуклюжи. Волосы на их больших головах свалялись, лица их морщинисты, шеи у них настолько тощие, что они не способны держать голову. Они имеют гигантские тела и нечетное количество рук и ног, которые похожи на сухие

палки и не могут выдержать их вес.Им приходится в сотни раз труднее, чем старым людям в человеческой сфере. На протяжении многих лет они не нашли ничего, что могли бы выпить, поэтому в их теле нет ни крови, ни лимфы, ни других жидкостей. Их мускулы и жилы находятся в их высохшей коже, как обтянутый коричневой кожей кусок дерева. Когда они двигаются, суставы их рук и ног скрипят, как трущиеся друг о друга сухие деревья. Из суставов выскакивают искры, будто два камня бьют друг об друга. Так как духи за сотни тысяч лет ничего не ели и не пили, они должны терпеть ужасное страдание. Нет места, где бы они ещё не пытались найти еду и питье. В своих путешествиях они запустили свои телесные потребности и поэтому полностью истощены. Они страшатся повстречаться с Ямасуджаной (царь города мертвых духов) и боятся за свою жизнь. В солнечную жару их обжигает даже лунный свет, а зимой солнечные лучи несут им холод. Итак, их страдание колоссально.

РАЗМЫШЛЕНИЯ О СТРАДАНИЯХ ОТДЕЛЬНЫХ ВИДОВ ГОЛОДНЫХ ДУХОВ (167)

Тема раскрывается в трех разделах.

ДУХИ, ИМЕЮЩИЕ ВНЕШНИЕ ПРЕПЯТСТВИЯ (168)

Эти голодные духи видят воду, деревья, полные фруктов и так далее и проходят в утомительных маршах длинные расстояния, чтобы их достигнуть. Но когда они, наконец, достигают того места, эти вещи исчезают. Если же какой-нибудь голодный дух их однажды достигает, то вооруженные охранники мешают ему вкусить эту пищу. Поэтому помимо голода и жажды голодные духи страдают также ещё от невообразимых мук из-за физического истощения и духовного уныния.

ДУХИ, ИМЕЮЩИЕ ВНУТРЕННИЕ ПРЕПЯТСТВИЯ (169)

Эти голодные духи получают при случае что-то поесть, но, однако, они не в состоянии это проглотить. Их горло завязано, что делает чрезвычайно трудным глотание. Некоторые из них вынуждены пить противный гной из своего собственного зоба. В подробной версии вышеупоминавшейся истории о Кортикане говорится, что их еда принимает различные формы - соответственно различным видам кармы, которую накопили: горячее расплавленное железо, хлебная мякина, гной или кровь, их собственное мясо и так далее. Духи должны эти невыносимые кармические результаты пережить. Некоторым голодным духам, возможно, удалось проглотить еду и питье, однако они превращаются в кипящее железо, как только достигают их желудка. Следовательно, не только их жажда остается неутоленной, но они должны также терпеть безграничные муки. Существует вид голодных духов, которых это минует; однако, их желудки столь огромны, что они никогда не насыщаются. У некоторых голодных духов изо рта бьет пламя, огонь голода; когда говорят о “блуждающих огоньках”, речь идет о таком огне изо рта голодных духов.

ДУХИ, ИМЕЮЩИЕ ПРЕПЯТСТВИЯ В ВИДЕ УЗЛОВ (170)

Когда Ананда однажды проводил свои ежедневные упражнения, он увидел одного женского голодного духа. Она имела три узла в своем горле и выкрикивала пять видов ужасных слов. Голодные духи этого вида имеют три узла в горле - один над другим, - которые уготовили им безграничную муку. В *‘Письме другу’* Нагарджуны говорится:

> Также голодным духам не хватает
> Вещей, которых они желают.
> В беспрерывных муках они,
> Вызванных непереносимым голодом и жаждой,
> Холодом, жарой, истощением и страхом.
> Некоторые имеют рты, столь маленькие, как игольное ушко,
> Их желудки, однако, так велики, как гора.

Голод мучает их,
Но не смогут они никогда хотя бы кусочек дерьма усвоить.
Некоторые полностью обнажены;
Их тело - лишь кожа да кости -
Тощее, как ствол пальмы.
У некоторых пышет пламя из детородных органов и изо рта;
Когда они пищу кладут в рот, то она сгорает.
Многие из них не могут найти даже дерьма в пищу:
Ни гноя, ни нечистот, ни крови, ни чего-либо еще другого.
Когда эти духи встречаются,
Они попрошайничают,
Чтобы мерзкого гноя из зоба других выпить.
Во время двух жарких летних месяцев
Им кажется горячим даже лунный свет,
А зимой им приносят холод лучи солнца.
Деревья для них не плодоносят,
А стоит только им реку завидеть -
Она высыхает тут же.

В *'Письме ученику'* Чандрагомина говорится:

Умирающие от жажды, они видят чистые воды
Вдали и желают оттуда напиться.
Идут туда, но вода
Загрязняется - седыми волосами,
Пеной и дурно пахнущим гноем.
Вода становится смесью крови и гноя.
Для них зеленеющие сандаловые леса
И прохладные горные склоны, на которых туман
Рассеивается морским бризом,
Становятся местом, полным расщелин и лесных пожаров.
Повсюду полыхает пламя, и почва усеяна раскаленными предметами.
Даже если они достигают моря,
Возникают ужасные волны с угрожающими брызгами.
Затем вода превращается в песок пустыни,
А место становится местом мучений,
В котором сильным горячим ветром раздутая песчаная буря
Заставляет ослепнуть глаза.
Тяжелые грозовые облака стягиваются над духами
И изливаются над ними железными стрелами,
Которые вонзаются в их тела.
Масса шлаков, алмазу подобно острых больших глыб
И дождь красно-желтых молний обрушивается на их тела.
Когда они страдают от жара,
Им кажется даже снегопад горячим.
Когда ветер заставляет их мерзнуть,
То становится им возле огня даже ещё холоднее.
Непереносимые результаты их кармы
Делают их полностью слепыми;
Они испытывают различные, совершенно обманчивые
галлюцинации.
Их рты так малы, как игольное ушко;
Их ужасные желудки имеют диаметр в много *йоджан*.
Если бы эти жалкие существа
Выпили воду великого океана,

Она не попала бы в их пищеводы;
Ядовитые рты испарили бы их
До последней капли.

А также Седьмой Далай-лама Келсанг Гьяцо сказал:

Их желудки - как горы;
Их горла закупорены, конечности - тонкие, как травинки;
Иссохшие тела их - в пыли;
Из суставов выскакивают искры, как будто бьют камень о камень;
Реки высыхают, как только они лишь завидят их;
Они обессилены и истощены.
Да снизойдет дождь еды, питья и нектара
На этих голодных духов.

Мы не можем быть уверены в том, что в следующем году не переродимся в качестве этого голодного духа. Причины для такого перерождения: недостаточная щедрость, то есть скупость в обращении с собственным имуществом; большая жадность; сильная привязанность к собственным вещам, которая приводит к тому, чтобы их снова и снова лелеять и любоваться ими; отклонение других людей от проявления щедрости; воровство имущества других людей; присвоение подношений, предназначенных для Сангхи (см. Четвертый день); злоупотребление взносами пожертвователей и так далее. Ещё одна причина может быть, если назвать кого-нибудь “голодным духом”. Тот, кто назвал бы члена Сангхи “голодным духом”, будет 500 раз перерождаться в качестве такового.

Если голодный дух, имеющий препятствия в виде узлов, получит каплю воды, то это восходит к тому, что в прошлом он с оттенком скупости подал воды. Другие не имеют счастья, чтобы иметь возможность насладиться водой.

Ачарья Буддаджняна посетил сферу голодных духов. Один голодный дух, пребывавший в очевидно жалком состоянии, мать пяти сотен детей, дала Ачарье послание, которое он должен был передать её мужу по возвращении в сферу людей. “Двенадцать лет назад, - сказала она, - мой муж ушел, чтобы заготовить еду, и я между тем подарила жизнь пяти сотне детей. В течение всего этого времени я ни разу не имела капли воды во рту и терпела ужасные тяготы и муки. Ачарья, пожалуйста, передай моему мужу, он должен мне помочь. Пусть быстро вернется из сферы людей и принесет всю еду, какую там нашел.” Ачарья отвечал: “Что я должен делать, если там имеется много голодных духов? Каким образом я должен узнать, что это твой муж?”

“Он имеет некоторые признаки, через которые ты можешь отличить его от других. У него нет одного глаза, и одна из его конечностей изуродована.”

Когда Ачарья вернулся в сферу людей, он встретился с некоторыми голодными духами. Один из них соответствовал описанию духа, которому он должен был передать послание. Итак, Ачарья рассказал свою историю и передал послание.

Голодный дух сказал; “Я прошел длинный путь, однако в последние двенадцать лет я лишь это нашел из пищи.” Крепко зажав в кулаке, он держал немножко высохшей харкотины; это было его бесценным состоянием. “Один монах, живший согласно своим этическим заповедям, изрыгнул это и посвятил голодным духам. Много голодных духов боролись за этот плевок, а я победил.”

Коли мы не ясновидцы, то не можем быть никогда уверены в том, что не придет время, когда мы должны будем готовить себе обед из высохшей мокроты.

Через 25 лет после того, как умерла мать монаха-гецула Уттары, он увидел одного отвратительного голодного духа. Напуганный Уттара хотел бежать, но тут дух сказал: “Не убегай от меня!” - “Кто ты?”, - спросил Уттара. Дух отвечал:

Мой единственный сын,
Я твоя любящая мать,
Которая по причине своей кармы

Переродилась среди голодных духов,
Где нет ни еды, ни питья.

Двадцать пять лет минуло
Со времени моей смерти.
Я не видела вообще воды
И ни разу не было крошки пищи во рту.

Уттара попросил Будду посвятить молитвы его прежней матери. Будда применил свои действенные методы, и когда дух оставил то свое существование, он переродился в качестве явно богатого голодного духа по имени Махидхика. Его скупость, однако, была в шесть раз хуже, чем прежде; он всё ещё не упражнялся в щедрости. Однажды Уттара уговорил его сделать Будде подношение тюка ткани, однако тот позже раскаялся (что сделал подношение)и опять похитил его. В истории говорится, что это повторялось много раз.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче рассказал историю монаха, который имел красивые шафрановые одежды. Он развил столь сильную привязанность к ним, что после своей смерти переродился голодным духом, одетым в шафрановые одежды.

В наши дни скупцы превозносятся и считаются "хитрецами", но скупость является особой причиной для перерождения в качестве голодного духа. Так как мы проявляем скаредность, то почти предопределено, что мы переродимся голодными духами - в следующем году или, самое позднее, через сорок или пятьдесят лет - если не окажемся в аду.

РАЗМЫШЛЯТЬ О СТРАДАНИЯХ ЖИВОТНЫХ (171)

В этой теме есть два раздела: 1) размышления об общих страданиях животных; 2) размышления о страданиях особых видов животных.

РАЗМЫШЛЕНИЯ ОБ ОБЩИХ СТРАДАНИЯХ ЖИВОТНЫХ (172)

Животные испытывают пять видов страданий: они поедают друг друга, страдают от тупости и невежества, голода и жажды, их эксплуатируют и мучают. Страдания животных - самые малозначительные внутри трех нижних сфер. Особое страдание в этом виде перерождения заключается, однако, в том, что животные поедают друг друга. Животные с огромными телами, морские чудовища и тому подобные имеют тела длиной во много *йоджан*. Некоторые морские чудовища являются рыбами, некоторые - китами. Киты могут заглатывать других чудовищ и существуют даже киты, поедающие других китов. Многие маленькие животные нападают на чудовищ и питаются ими. Наконец, приходит момент, когда те более не могут переносить это и бросаются в воде на скалы. Благодаря этому паразиты в их теле погибают, и море окрашивается на многие *йоджаны* в красный цвет.

Более крупные животные поедают более мелких, в то время как более мелкие питаются более крупными. Некоторые животные в великом океане живут друг на друге, причем верхние поедают нижних. Животные, которые рождаются в темной глубине океана между континентами, не узнают друг друга: матери не узнают своих собственных детей, а дети - своих матерей. Они едят всё, что плывет им в пасть, и должны поэтому питаться друг другом.

Также животные в окружении людей питаются друг другом: соколы поедают более мелких птиц, птицы поедают червей, хищные звери поедают свою добычу, охотничьи собаки преследуют дичь и убивают её и так далее.

Вы должны все эти страдания рассматривать не так, будто они происходят в каком-то другом месте. Вы должны так об этом медитировать, чтобы постичь, как *вы* были бы беспомощны, если бы *вы* переродились в качестве этого живого существа.

Животные тупы и невежественны: когда их ведут к одному месту, они не ведают, ведут ли их на убой или на откорм - не говоря уже о других вещах. Они страдают от холода и голода.

Летом их настолько опаляет солнце, что они от этого умирают, а зимой они замерзают и так далее.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче говорил ещё более подробно о безмерных страданиях животных.

Один Лама поднял однажды длинного красного червя с земли и спросил его: “Ты не монах ли Кхампа?”. “Да, это - я”, - отвечал он на человеческом языке.

Мы не можем быть уверены в том, что не переродимся в качестве такого рода червя. Здесь существуют также следующая история: умер отец одного жителя деревни Бонпо, и Миларепа предсказал другому человеку в долине, что отец переродится среди навозной кучи. Мы можем задаться вопросом: “Как мы должны будем когда-нибудь прийти к такому перерождению?” Однако оно, быть может, удалено от нас не далее, чем на один час. Если мы переродимся в качестве червей, то должны будем ползать в земле, пока кто-нибудь не разрушит наше отверстие. Может быть, мы будем съедены птицами. Если они съедят нашу переднюю половину, мы, однако, не умрем: наша задняя половина будет продолжать извиваться. Как мы можем быть уверены, что мы в будущем не должны жить так? Даже если мы не делаем ничего другого, нам нужно всеми средствами стараться воспрепятствовать перерождению в столь ужасном состоянии.

Кроме того, большинство животных имеют ужасный вид и цвет. Некоторые - круглые и не имеют ни рук, ни ног. Они, томимые голодом и жаждой, проводят весь свой день в поисках пищи и страдают, ничего не находя.

Если мы уже сейчас находим нетерпимым, когда нас кто-то называет “паршивой старой собакой”, то как мы сможем перенести такое бытие потом, когда будем влачить его на самом деле? Посмотрите на еду, питье и место, где собаки спят. Только в человеческом жилище есть что-то съедобное для них, но стоит им войти внутрь, как все кричат: “Собака зашла!” и совсем безо всякой причины выгоняют её вон. Разве это не восходит недвусмысленным образом к плохой карме собаки? В некоторых монастырях собаки воют, когда трубят в рог, созывая монахов. По этому признаку мы узнаем, что некоторые монахи переродились как собаки.

Один Лама в Дагпо получал частенько масло от одного мирянина-спонсора и мясо от другого, однако упускал воздать ему благословением. Он умер и переродился в качестве самки яка, которая в хозяйстве мирянина давала масло и много молока. Позднее як упал в ущелье и был унесен рекой. Мирянин, который делал Ламе подношение мясом, нашел животное. Съев это мясо, он нашел надпись на ребре: “Мясо, которое я задолжал мирянину такому-то, и масло, которое я задолжал мирянину такому-то, теперь оплачено.”

В монастырях Ламы, монастырские служащие, ученые в ранге геше и тому подобные лица имеют, может быть, особый статус; однако закон причины и следствия не знает никаких исключений из правил. Если не быть предусмотрительным, то можно даже легко поменяться местами со своим ослом или своей сторожевой собакой. Есть одна история о мирянине, который, когда у него не очень хорошо шли дела, делал жертвоприношение животных небуддийским божествам позади своего дома - благодаря чему также устанавливались желаемые результаты. Последними словами его умирающего отца стали: “Побольше жертвуй животных!” Отец позднее переродился в качестве быка, и его собственный сын использовал его в качестве жертвенного животного в “шестичленном ритуале жертвоприношения”. Имеется также история о миряние, который переродился в качестве рыбы в озере позади своего дома. Мы не можем быть уверены в том, что с нами эти вещи не произойдут.

Животные переживают кроме всего прочего “страдания быть эксплуатируемыми”, под которыми мы понимаем следующее. Возьмем, к примеру, осла. Он принужден носить грузы, даже если его спина, может быть, полностью стерта. Когда ему предстоит умереть, его попросту где-нибудь оставляют. Вороны начинают уже клевать ему глаза, когда он ещё не перестал дышать.

Мы должны размышлять об этих вещах, чтобы понять, как непереносимы страдания в такого рода перерождениях.

РАЗМЫШЛЕНИЯ О СТРАДАНИЯХ ОСОБЫХ ВИДОВ ЖИВОТНЫХ (173)

Эта тема излагается в двух разделах: 1) страдания животных, живущих в переполненной среде; 2) страдания животных, живущих рассеянно.

СТРАДАНИЯ ЖИВОТНЫХ, ЖИВУЩИХ В ПЕРЕПОЛНЕННОЙ СРЕДЕ (174)

Большинство животных живут в великом океане, в темной бездне между континентами. Некоторые живут в более глубоких слоях, другие - в верхних; они располагаются друг над другом, как остатки зерна, примененного для варки пива. Располагающиеся выше животные давят на нижних, так что они едва могут дышать.

СТРАДАНИЯ ЖИВОТНЫХ, ЖИВУЩИХ РАССЕЯННО (175)

Здесь идет речь о страданиях животных в человеческой среде. Они должны испытывать бесчисленные мучения.

Мы собрали все возможные причины для такого рода перерождения, и они все ещё многочисленны и действуют. Одни из самых могущественных причин - это неподобающее поведение по отношению к Дхарме и её представителям, или когда живущий в целибате человек другого человека такого же статуса называет животным. Примером этого служит история Манавагауры (см. Четвертый день).

В Индии жил когда-то один покровитель членов Сангхи, которые в сезон дождей проводили затворничество. Но так как этот спонсор делал лишь незначительные пожертвования, то он переродился в качестве червя в дурно пахнувшем болоте и подвергся большим страданиям. Однажды кто-то сказал, что определенный монах выглядит как обезьяна - вследствие этого он 500 раз переродился как обезьяна. Эти истории происходят из сутр.

Тяжелые проступки ведут к перерождениям в адах; проступки средней тяжести - к перерождению в качестве голодных духов и незначительные - к перерождению в качестве животных. Насколько весомо неблаготворное деяние, зависит от намерения, от того, идет ли речь о преступлении по отношению к Полю Заслуг или в отношении материального объекта. Когда мы говорим о тяжелых провинностях, то подразумеваем не только самоочевидные вещи вроде убийства людей. Мы можем в будущей жизни пропасть в низших сферах также потому, что неправильно пошутив или неподобающе высказавшись о кармически весомых людях (в частности, наших родителях), мы накапливаем соответствующую карму. Мы можем быть уверены в том, что не переродимся в нижних сферах, лишь по достижении *‘Ступени Терпения’* на Пути Подготовки. В *‘Сокровищнице метафизики’* говорится:

Кто достиг Ступени Терпения,
Тот никогда больше не упадет в нижние сферы.

К нам это не относится. Мы знаем наши нынешние способности: по своему сегодняшнему поведению мы можем сделать вывод, что не будем в состоянии до своей смерти очистить все в этой жизни накопленные причины для перерождения в нижних мирах. Переродившись потом в нижних мирах, мы не будем иметь никакого Прибежища и никаких методов, посредством которых могли бы оттуда освободиться. В *‘Бодхисаттвачарьяаватаре’* говорится:

Кто будет охранять меня от этого ужаса?
С вылупленными глазами во всех четырех направлениях
Я буду высматривать место Прибежища.
Не найдя никакого Прибежища в четырех сторонах света,
Я буду в полном отчаянии.
Если в этих местах нет никакого Прибежища,
То что я буду тогда делать?

При точном рассмотрении вы узнаете, что сфера животных является лучшей из нижних миров. Но всё же животные никогда не смогут даже единственный раз произнести *Ом мани падме хум*. С другой стороны, им без труда удается развить сильные умственные омрачения и три яда сознания - что имеет следствием то, что они вновь собирают негативную карму и странствуют от одной нижней сферы к другой. Кроме того, в *‘Бодхисаттвачарьяаватаре’* говорится:

Если я не собрал ничего позитивного, хотя и был
В счастливом уделе и мог упражняться в благотворном,
То что же буду делать потом я, когда
Со страданиями нижних сфер в совершенной слепоте встречусь?
Если я вообще не упражнялся в благотворном,
А копил лишь пороки и злодеяния,
То за миллиарды эонов ни разу
Слова “высшие сферы” не услышу.

Другими словами: мы должны до истечения срока этого существования прилагать усилия к тому, чтобы найти Прибежище или методы, которые защитят нас от будущих перерождений в нижних сферах, потому что позже, когда мы обнаружим себя уже однажды вступившими в нижние миры, будет слишком поздно.

Между нами и дурными уделами лежит единственно факт, что мы ещё дышим. Вскоре - попозже в этом году, в следующем году или, в лучшем случае, через пару лет - некоторые из нас могут переродиться в адах, где наши тела более уже не отличаются от огня. Другие могут влачить существование голодных духов, в котором они ни разу не найдут ни капли воды или кусочка еды. Иные будут жить в качестве животных, с острыми рогами на голове и косматой шкурой. Мы не можем быть уверены, что нас не ожидает такое существование, это произойдет так же легко, как мы пробуждаемся после сна.

Если мы мысленным взором посмотрим на эти вещи, то не должны их больше трактовать как истории, которые случаются в далеких местах, или исключительно как предмет нашего любопытства. Речь идет о том, чтобы получить представление о том, каково это было бы - переродиться в этих сферах, и осознать, что мы совершенно определенно туда попадем. Представим себе, в силу царского указа наказывают многих преступников; для нас явится неожиданностью, когда схватят также нас и подвергнут наказанию, которое получали другие преступники. Подобным образом мы убеждены, правда, что очень многие живые существа должны страдать в месте, называемом “нижние сферы”, и с любопытством наблюдаем, как мясник ведет овцу на бойню, - но мы должны представлять себе страдания и страх, которые *мы* бы чувствовали, если бы вдруг сами попали в нижние миры или были овцой, крепко удерживаемой мясником, чей нож мы чувствуем между своими ребрами. Этот вид постижения необходим. Будда, Бхагаван, сделал следующее пророчество:

Мои Шраваки, в будущем
Живые существа будут падать в нижние области,
Как песок высыпается из перевернутого мешка.

Мы подобны преступникам, осужденным к тому, чтобы быть сброшенными в пропасть, однако на краю пропасти присевшим отдохнуть. Мы не осознаем многих фактов, и вместо того, чтобы вести себя к архатству, самодовольно отдыхаем: это - знак, что мы попадем в нижние миры.

Обдумайте, насколько глубокого смысла исполнено убеждение, что именно вы подобны той малой горсти песка, что застряла в швах опрокинутого мешка.

Если наши медитации способствуют формированию представления о том, каково это, переродиться в нижних мирах, мы развиваем Отречение. Исходя из этого, этот вид медитации иногда полезнее, чем медитация о медитативных божествах (Идамах).

Насколько интенсивно мы должны обозревать страдания нижних сфер, показано в следующей истории: двое сыновей сестры Ананды вверились Маудгальяяне; но парни забросили свое изучение текстов. Тут Маудгальяяна показал им ады, и благодаря этому в них возникло естественное Отречение.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче ещё раз дал краткий обзор учебного материала и сделал краткое введение в упражнения данной практики.

Двенадцатый день

Принятие Прибежища

Кьябдже Пабонгка Ринпоче держал краткую речь о том, что надо придать нашей мотивации правильное направление. При этом он цитировал труды великого Дхармараджи Цонкапы:

Драгоценное человеческое существование
С трудом обретается.
Эта жизнь не продлится долго.
Свыкайся умом с этими фактами,
И откажись от бессмысленных вещей этой жизни.

Коснувшись пройденных тем ещё раз, он сделал краткий обзор высказываний (Цонкапы) о страданиях нижних миров из главы "Какого вида счастье или страдание вы будете испытывать в вашей следующей жизни в одной из двух сфер перерождений (высших и низших)".

Рассмотрение этих вещей приводит к желанию извлечь сущность из своего драгоценного человеческого рождения. Когда вы размышляете о страданиях низших миров, то возникают страх и желание искать Прибежище, которое защитит вас от этих испытаний, а также методы, которые ведут к счастью в будущих жизнях. Прибежище, к которому вы обращаетесь в поисках защиты перед низшими сферами, суть Гуру и Три Драгоценности. Путь к счастью в будущей жизни таков: развив веру в закон причины и результата - потому что эта вера является основой здоровья и всякого вида счастья, - соответствующим образом изменить собственное поведение.

ПУТЬ К СЧАСТЬЮ В ВАШИХ БУДУЩИХ ПЕРЕРОЖДЕНИЯХ (176)

Эта тема раскрывается в двух разделах: 1) принятие Прибежища - совершенные врата для вступления в Учение; 2) вера в закон причины и результата - корень здоровья и всякого счастья.

Прибежище - совершенные врата, ведущие в Учение (177)

Здесь имеется пять разделов: 1) причины для принятия Прибежища; 2) в чем мы принимаем Прибежище; 3) критерий достаточного Прибежища; 4) преимущества Прибежища; 5) советы, относящиеся к периоду после принятия Прибежища.

ПРИЧИНЫ ДЛЯ ПРИНЯТИЯ ПРИБЕЖИЩА (178)

Правильное принятие Прибежища зависит от того, развили ли мы в нашем сознании подходящие причины для принятия Прибежища или нет. Эти причины объясняются в сочинении Лосанга Чокьи Гьялцена *'Мелодичный смех Лосанга Драгпа - Ответы на "Вопросы, поставленные с чистой мотивацией"'*. Там говорится:

> Истинная природа Прибежища:
> Прибежище принимают, потому что чувствуют
> Величайший страх и потому что знают,
> Что Три Драгоценности могут предоставить защиту.
> Это - то, что ты подразумеваешь, Всевидящий.

Итак, нам требуются две причины: страх перед сансарой и низшими сферами, а также вера, что Три Драгоценности могут уберечь нас от этих мук, если мы создадим их. Если же мы не развили правильно эти две причины, то мы не принимаем Прибежища чистым образом. Если мы не имеем никакого страха перед страданием, то не думаем о том, чтобы искать Прибежище. Если в нас отсутствует вера в то, в чем мы принимаем Прибежище, то мы не думаем о том, чтобы опираться на него - может быть, мы напоминаем себе об этом, но лишь на словах: наше сердце при этом молчит, когда мы призываем объекты Прибежища. В трех подразделениях Ламрима для трех видов существ упоминаются соответственно различные версии (первой) причины для Прибежища. Для существ с незначительными способностями это означает: страх самим отправиться в нижние миры. Для существ со средними способностями - это страх сансары. Существа с высшими способностями имеют так много любви и сострадания, что они не могут переносить страданий других в сансаре. В разделе Ламрима, который мы в настоящее время изучаем, речь идет о страхе перед низшими сферами как причине принятия Прибежища.

В ЧЕМ МЫ ПРИНИМАЕМ ПРИБЕЖИЩЕ (179)

Эта тема имеет два раздела: 1) идентификация объектов Прибежища; 2) почему они являются подходящими объектами Прибежища.

ИДЕНТИФИКАЦИЯ ОБЪЕКТОВ ПРИБЕЖИЩА (180)

В *'Ста пятидесяти строфах восхвалений'* говорится:

> Прими Прибежище в том,
> Кто свободен от всех ошибок и всякой слепоты;
> В том, кто в себе соединяет все аспекты всевозможных благих качеств.
> Размышляй над этим,
> Уважай тех, кто ему поклоняется,
> И обратись к его учениям.

Другими словами: если вы поразмышляете о том, как отличить, что является подходящим объектом Прибежища, а что - нет, то захотите принять Прибежище в Будде, Учителе буддизма, в его Учении и в тех, кто живет по его Учению. Обычные, по-мирскому настроенные люди принимают Прибежище в мирских существах - в повелителях духов, богах, нагах, демонах и тому подобном. Не-буддисты принимают Прибежище в Брахме, Индре и так далее, но так как они сами находятся в сансаре, то не являются подходящими в качестве объектов Прибежища.

Кто же тогда является подходящим объектом Прибежища? В *'Семидесяти строфах о принятии Прибежища'* говорится:

Будда, Дхарма и Сангха
Предоставляют Прибежище тем, кто стремится к Освобождению.

Это означает: Три Драгоценности - Будда, Дхарма и Сангха - это единственное Прибежище. Кто упускает правильную идентификацию этих Трех (объектов), тот не принимает чистым образом Прибежища. Мы не особенно критически настроены и даем себе фору, чтобы стать практиками тантрической Махаяны. Но как только у нас появляются трудности - болезни или что-то подобное - или мы принимаемся за что-то важное, то ищем Прибежища в мирских защитниках Дхармы, в повелителях духов, местных божествах и тому подобном. Затем мы начинаем совершать с целью очищения ритуалы воскурения, носить на плечах амулеты и бегаем к ящикам для подношений каких-нибудь первых встречных богов. Все эти внешние формы активности являются выражением нашего внутреннего состояния. Буддисты должны верить в Три Драгоценности. Нас могут даже принять в монастырь, но мы, возможно, ещё не являемся по сути буддистами и, тем более, не являемся никакими практиками тантрической Махаяны.

У нагов, повелителей духов и тому подобных существ отсутствуют три качества: Всеведение, Любовь и Сила. Они не знают никогда время своей смерти. Как правило, они считаются животными или голодными духами, их формы существования не могут равняться нашим. Что могло бы быть более неподходящим, чем принятие Прибежища в таких существах? Мы не смогли бы найти никаких более плохих методов. Будучи очень далекими от того, чтобы суметь защитить нас от сансары или страданий нижних сфер или хотя бы лишь ненадолго оказать малую помощь, они, вместо этого, всевозможными способами вредят нам. Я хотел бы раъяснить это с помощью следующей истории. Человек, у которого был зоб, однажды пошел к месту, которое заполоняли духи, питающиеся мясом. Эти духи брали с других существ дань - в виде части их мяса, и поэтому устранили зоб человека. Позднее другой человек с зобом пошел к ним и принял в них Прибежище, так как он надеялся на такое же улучшение. Однако духи не разрушили его зоб, а даже ещё больше увеличили его. Это показывает, что мирские боги и злые духи могут иногда быть полезными, но иногда также чинят зло; нельзя на них полагаться.

Не-буддисты принимают Прибежище в Брахме, Индре, Шиве, Рудре, Ганеше и так далее. Это немного полезнее, чем вышеназванные возможности; и всё же эти боги тоже несвободны от сансары и нижних сфер и, следовательно, не в состоянии защищать других существ. Будда, Учитель буддистов, - это, напротив, нечто иное. В *‘Восхвалении Тому, Кто хвалу заслужил’*, говорится:

Ты сказал: “Я стану вам, беззащитным,
Другом.”
Твое великое сострадание простирается на всех существ.
Учитель, велико твое сострадание,
Ты полон любви и твои действия движимы любовью.
Ты преисполнен энергии и никогда не ленишься,
Кто ещё мог бы иметься такой, как ты?
Ты - Защитник всех живых существ,
Добрый родственник для всех.

Я остановлюсь позже ещё более подробно на отдельных позитивных качествах Будды.. Здесь будут упомянуты лишь три его чудесных качества: Всеведение, Сострадание и Сила. Повелители духов, злые духи и тому подобные существа не имели никогда самой малой части этих благотворных качеств. Даже если сложить все хорошие качества мирских объектов Прибежища, богов, нагов и так далее, они никогда не сравняются с благотворными качествами единственного В-Поток-Вступившего Шравака.

Будда - это абсолютное Прибежище, так как он полностью развил оба вида пользы (для себя и для других). Наш Учитель преодолел все ошибки и обладает всеми хорошими качествами.

Проще говоря, два вида Дхармакайя являются абсолютной Будда-Драгоценностью. Обе Формные Кайя (Сабхогакайя и Нирманакайя) образуют относительную Будда-Драгоценность.

Теперь мы подошли к Дхарма-Драгоценности. Абсолютная Дхарма-Драгоценность - это абсолютный Путь познания и Освобождение от завес страдания, в том числе от причин страданий у Арьев. ”Истина Прекращения” относится к Освобождению или Прекращению определенных умственных завес, причем это Освобождение достигается посредством “непрерывного Пути”. “Истина Пути” относится к средствам Арьев, с помощью которых они достигают этого Прекращения, а также своих реализаций. Люди, которые не изучали классических текстов и поэтому имеют ограниченное понимание этого термина, могут вместо этого рассматривать три части Ламрима как примерное приближение к тому, что мы подразумеваем под абсолютной Дхарма-Драгоценностью.

Двенадцать разделов текста могут вообще приниматься в качестве относительной Дхарма-Драгоценности.

Арьи, которые, по меньшей мере, обладают одним из восьми качеств освобожденного сознания, образуют абсолютную Сангха-Драгоценность. Группа, состоящая по меньшей мере из четырех обычных существ, которые соблюдают обеты полностью ординированного монаха, является относительной Сангха-Драгоценностью. Когда мы таким людям помогаем или вредим, то накапливаем тем самым благотворную или неблаготворную карму в связи с Сангхой.

Мы не нуждаемся во всех Трех объектах Прибежища, чтобы получить защиту от какого-нибудь вида опасности; каждая из Трех Драгоценностей может защитить. Один человек в Докхаме призвал однажды Авалокитешвару, когда был схвачен тигром. Тигр тотчас отпустил его, и человек был вне опасности.

После того как Пурна стал ординированным монахом и достиг архатства, некоторые его родственники вместе с другими купцами отправились на озеро, чтобы приобрести первоклассное сандаловое дерево; тут их судно начало разваливаться. Родственники в молитвах призвали Архата Пурну и были спасены из воды.

Когда царь нагов пролил дождь оружия на царя Празенаджита, Маудгаьяяна превратил их в цветы.

Однако для того, чтобы совершенно защитить себя от сансары и нижних сфер, мы нуждаемся во всех Трех Драгоценностях. Если пациенту нужно излечиться от тяжелой болезни, то нужны три вещи: врач, лекарства и медицинская сестра. И таким образом, мы нуждаемся - когда желаем освободиться от тяжелой болезни страдания в сансаре, в том числе от нижних сфер, а также от опасностей покоя Архата или сансарического бытия - во всяком случае в следующем: в Будде, который является Учителем Пути Освобождения и может быть сравним с врачом; в Дхарме, Пути Освобождения для трех видов существ, которое сравнимо с медициной; и в Сангхе, друзьях практикующего Дхарму, которые сравнимы с медсестрой. Это - три объекта, в которых нужно принимать Прибежище.

ПОЧЕМУ ОНИ СЧИТАЮТСЯ ПОДХОДЯЩИМИ ОБЪЕКТАМИ ПРИБЕЖИЩА (181)

В этом разделе речь идет прежде всего о благих качествах Будда-Драгоценности, которые объясняются четырьмя причинами.

ПЕРВАЯ ПРИЧИНА (182)

Будда сам освободился от всех опасностей. Люди, которые тонут или находятся в зыбучем песке, не могут спасти друг друга. Если бы Будды, Спасители, в которых мы принимаем Прибежище, не освободились сами из всех опасностей, они не не могли бы освобождать других. Будда, наш Освободитель, больше не подвергается никакой опасности. Девадатта хотел однажды убить Будду и воспользовался катапультой, чтобы поразить его камнем. Однако он не мог ему повредить. В Раджагрихе Аджаташатру оставил на свободе одного неукрощенного и бешеного слона по имени Дханапала. Все другие Архаты испугались и поднялись в небо, но Будда не имел никакого страха и обуздал Дханапалу. Один мирянин по имени Шригупта попытался осуществить план, чтобы сбросить Будду в огненную яму; но Будда не сгорел. Также когда после этого Шригупта отравил еду Будды, его замысел провалился.

После того как Кьябдже Пабонгка Ринпоче подробно рассказал эти истории, он продолжил:

Шригупта, его жена и другие смотрели на нашего Учителя как на совершенно обычную личность, которую можно погубить с помощью огненной ямы или яда. Здесь стоит провести сравнение с разделом о Преданности Духовному Мастеру, в котором говорится, что никогда нельзя верить проявлениям. То, что Будда освободился от всех опасностей, показывает, что он преодолел оба вида умственных завес, так что даже никаких следов их не осталось.

ВТОРАЯ ПРИЧИНА (183)

Он обладает способностью освобождать других из опасности. Если кто-нибудь даже и смог сам освободиться из опасной ситуации, но он не знает методов, с помощью которых можно освободить других. Такой человек не может других защитить, а подобен матери с ампутированными руками, которая не может вытащить утопающего ребенка из воды. Бхагаван, Будда, обладает необходимыми методами, чтобы укротить своих учеников. Он освободил даже таких злых, полных ненависти людей, как Ангулимала, а также Прамудита, царь небесных музыкантов, Урувильвакашьяпа, который был изнурен своей гордыней, столь могущественных существ, как якшини Харити и якша Атавака, людей с явно незначительными способностями, как Чудапантака, у которого разум был полностью помрачен неведением, людей, которые были старыми и имели мало заслуг, как мирянин Шриджата и людей, которые имели очень много желаний, как Нанда. Это показывает, какими действенными средствами для укрощения своих учеников обладает Будда.

ТРЕТЬЯ ПРИЧИНА (184)

Он полон сострадания для всех, без того, чтобы к некоторым стоять очень близко, а от других - дистанцироваться. Если бы это было не так, то он стал бы помогать лишь тем, кого он любит, но не своим врагам. Однако Будда не чувствует ни сильной симпатии к кому-то, ни антипатии к кому-то. Он оказывал Девадатте, своему заклятому врагу, такую же помощь и расположение, как Рахуле, своему единственному сыну. Девадатта съел огромную массу медицинского масла, чтобы (демонстрируя особые способности в подобных вещах) соревноватьсяс Буддой, но не смог переварить и тяжело заболел. Будда, наш Учитель, освободил Девадатту от его болезни тем, что поклялся любить Девадатту и Рахулу в одинаковой степени.

ЧЕТВЕРТАЯ ПРИЧИНА (185)

Будда действует ради блага всех, независимо от того, помогают они ему или нет. Мы этого не делаем: с теми, кто менее успешен, чем мы, мы не ведем никаких разговоров; мы не думаем о том, чтобы сказать им пару любезных слов, не говоря уже о том, чтобы помочь им. Мы работаем для блага тех, кто нам помогал; благо других нас не заботит. Тех, кто не имеет никакого счастья, мы не защищаем. Будда поступает по- другому; он действует во имя блага всех существ, независимо от того, помогали они ему или нет. Однажды он вымыл одного монаха, который из-за болезни был полностью испачкан калом и мочой. Он заботился о таких людях, как безобразный брахман, который проявил 18 признаков безобразия и был даже среди нищих изгоем. Будда защищал и заботился о людях, которые никогда не имели счастья, как, например, Ваджри, дочь царя Празенаджита, которая была безобразна и имела лицо свиньи, и Свагата (Желанный), сын мирянина Махамати, который имел столь мало заслуг, что семья его после его рождения постепенно потеряла все свое состояние. Свагата стал нищим, но всякая группа нищих, к которой он присоединялся, оставалась голодной. Так его в конце концов стали называть “Нежеланным”. Там, куда он приходил, никто не хотел ничего давать, и так его отвергли даже нищие. Он был всегда одинок, и никто не хотел быть поблизости от него.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче рассказал подробнее о том, как Будда защищал существ.

Итак, Будда чувствует великое сострадание ко всем; он ни сближается слишком близко с некоторыми, ни дистанцируется от других. Он действует к благу всех, независимо от того, помогали они ему или нет. И он лелееет особую любовь к существам с наибольшими проблемами. Тот, у кого нет столь полной любви и сострадания, не окажет никакой помощи, даже если его об этом просят. Будда же имеет все эти благие качества, и это означает, что его поддержка определенно будет, даже если его об этом не просят прямо.

После краткой дискуссии о причинах Прибежища и об объектах, в которых принимаем Прибежище, Кьябдже Пабонгка Ринпоче продолжил далее.

КАК УЗНАТЬ, ЧТО ПРИБЕЖИЩЕ ПРИНЯТО ПРАВИЛЬНЫМ ОБРАЗОМ (186)

Здесь есть два раздела.

КАК ПРИНИМАТЬ ПРИБЕЖИЩЕ, ПОНИМАЯ ПРИ ЭТОМ БЛАГИЕ КАЧЕСТВА ОБЪЕКТОВ ПРИБЕЖИЩА (187)

У Прибежища нужно знать все благие свойства в отношении каждого его объекта. Это объясняется в трех разделах: 1) благие свойства Будды; 2) благие свойства Дхармы; 3) благие свойства Сангхи.

БЛАГИЕ СВОЙСТВА БУДДЫ (188)

Будда имеет четыре вида благих свойств: 1) Тела; 2) Речи; 3) Ума; 4) позитивных деяний.

БЛАГИЕ СВОЙСТВА ТЕЛА БУДДЫ (189)

В *'Украшении осуществления'* говорится: "Его руки и ноги украшены колесами, его стопы - мягкие и гладкие, как грудь черепахи..." Иными словами: Его Тело носит украшение из 32 признаков. В том же тексте упоминаются также "медного цвета ногти пальцев". Он обладает также 80 знаками.

"Признаки" удостоверяют, что он обладает сознанием великой личности. *"Знаки"* указывают на его внутренние качества. Размышление о естественных свойствах признаков и знаков, благих свойствах их причин и так далее имеет очень сильный эффект. В *'Драгоценном венце'* Нагарджуны говорится: если сложить вместе все заслуги этого мира - Пратьекабудд, Шраваков на Пути-Больше-Не-Ученья, Владык Мира (Царь-Чакравартин) и так далее - они порождают как раз одну пору в Теле Будды. Если сложить вместе заслуги, необходимые для того, чтобы создать все поры Будды, и затем это умножить в сотню раз, то получится масса заслуг, которая необходима, чтобы могли возникнуть все знаки. Если заслуги, необходимые для появления всех 80 знаков, умножить в сотню раз, то тогда породится один признак. Если заслуги, необходимые для того, чтобы породить 30 таких признаков, увеличить в тысячу раз, то получится масса заслуг, которые необходимы для завитка волос *урна* (в межбровье Будды). Умножая эту последнюю массу заслуг в сотню тысяч раз, можно получить заслугу, которая порождает *ушнишу*. Эта заслуга, умноженная на 10 в 14-ой степени, порождает "голос Брахмы" Будды. Кроме того, каждая из частей тела Татхагаты, - такие, как признаки и знаки - обучает Дхарме и совершает тем самым вербальные действия. Части - такие, как *ушниша*, поры и так далее - совершают действия просветленного сознания и, таким образом, познают относительные и абсолютные аспекты всех объектов знания.

При этих объяснениях я следую традиции прежних Лам линии передачи, объясняя благие свойства просветленного Тела на основе строфы в три строки из *'Песни внутреннего опыта'* Цонкапы. Этот стих, в котором соответствующие строки относятся к Телу, Речи и Уму Будды, звучит следующим образом:

Тело, из десяти миллионов добродетелей и выдающихся свойств рожденное,
Речь, исполняющая чаяния бесчисленных существ,

Ум, видящий все объекты знания, как они есть:
Я преклоняюсь перед главой рода Шакьев.

Просветленное Тело пронизывает все объекты знания, и всё, что пронизано телом Будды, также исполнено Его Речи и Его Сознания. Поэтому говорится: “Все земли Будды являются в Его Теле, и Его Тело пронизывает все земли Будды.” Это непостижимая тайна просветленного Тела. В одной сутре говорится: “Насколько далеко проникает их мудрость, настолько далеко проникает также их Тело.” Если рассмотреть знаменитую ушнишу на главе Будды, то она в высоту составляет лишь 10 см; однако когда Бодхисаттва Вегадхарин хотел её измерить, то он взлетел посредством своей чудесной силы вверх, достиг бесконечной мировой системы и был, тем не менее, не в состоянии увидеть её вершину. В конце концов он так устал, что не смог довести до конца свою измерительную работу. Эта история рассказана в *‘Сутре о непостижимой тайне’*.

Одежды Будды всегда отстоят от его кожи на 10 см; однако когда снаружи смотришь, они облегают контуры его тела. Его стопы не касаются земли, но оставляют, тем не менее, отпечатки колес. Дождевые черви, которые попадают под его ноги, чувствуют в течение семи дней величайшее блаженство, и когда заканчивается их животное существование, они перерождаются в небесных сферах. В тексте *‘ Хвала в притчах’* говорится:

Тело Твое, украшенное признаками,
Столь прекрасное, будто нектар для глаз, -
Как безоблачное небо осенью,
Украшенное россыпью звезд.

Муни, Твое золотое Тело,
Под покровами тонких одежд
Сравнимо с пиком золотой горы,
Возвышающейся над террасами облаков.

На Тебе, благороднейший, нет украшений из драгоценностей,
Но светится Твоё лицо-мандала.
Не сравнится с ним лик растущей луны
В небе без облаков.

Твой лик подобен цветку лотоса,
Раскрывающемуся под солнцем.
Ученики, увидевшие лотос,
Бесстрашно приближаются - подобно пчелам.

Твой лик золотой
И чудесные зубы белые;
Сравнимы они с золотой цепью гор,
Освещенной лунным светом.

О, Ты, достойный нашей жертвы;
Твоя правая рука украшена Колесом;
Это утешает существ,
Чувствующих страх перед сансарой.

Муни, когда ты ступаешь,
Твои ноги подобны прославленным лотосам;
Такие следы оставляют они на земле.
Что могло бы быть прекраснее?

Запомните эти благие свойства. В случае, если вас интересуют подробности, то вам нужно читать пояснения в *'Украшении для осуществления'* и других текстах.

БЛАГИЕ СВОЙСТВА ЕГО РЕЧИ (190)

Его Речь имеет 60 аспектов; в одной тантре существенные признаки, характеризующие Речь, описываются следующим образом: "Также когда он говорит лишь об одной вещи: различным существам его Речь проявляется в соответствии с их собственным видом." Цонкапа, воплощение Манджушри, сказал в своих *'Стихах об Истинном'* :

Если бы все живущие в этом мире
Умоляли его одновременно об устранении своих сомнений,
То он перед ними всеми
Одновременно, одной речью
И в одном и том же теле
Опроверг бы имеющиеся у них ложные представления.

Итак, если бы различные существа спросили Татхагату о различных вещах, он ответил бы на все вопросы одним высказыванием, хотя и на языке вопрошающего и в согласии с его способностью понимания. Будда учил краткой, средней и длинной версии *'Сутры Совершенной Мудрости'* в одно и то же время. Были записаны три версии, так как учения оказали различное влияние на сознание учеников.

Кроме того, его речь можно понять независимо от того, как бы далеко он ни был. В *'Сутре о непостижимой тайне'* говорится, что Маудгальяяна с помощью своих чудесных сил совершил путешествия во многие земли Будды, чтобы измерить, как далеко простирается речь Будды; но он постоянно слышал её - как бы далеко он ни улетел. Таким образом, Маудгальяяна не смог измерить дальность действия Речи Будды.

В *'Ста пятидесяти стихах хвалы'* упоминаются ещё другие благие свойства Его Речи:

Твой лик прекрасен для взора,
Твой голос - словно нектар (для слуха),
Источаемый луной.
Твоя Речь сравнима с дождевыми облаками,
Осаждающими прах привязанности.
Подобно Гаруде, она уничтожает
Змею неприязненности.
Всё снова и снова она защищает, подобно навесу,
От солнечного удара неведения.
Как ваджр, она сокрушает полностью гору высокомерия.
Ты увидел реальность
И поэтому нас не обманываешь.
Так как ты не заблуждаешься,
То не запутываешься в противоречиях.
Логична и легко понимаема
Твоя речь, облеченная в слово;
Она превосходит все речи других.
Она привлекает всех, её слушающих;
Даже если спустя продолжительное время вспомнить её,
Она изгоняет привязанность и неведение.
Она утешает страждущих,
Защищает легкомысленных
И встряхивает самодовольных;
Тем самым для всех годится Речь Твоя.
Она радует ученых,
Приводит сознание среднего уровня к созреванию
И приподнимает духовный туман тяжелых на подъем.

Твоя Речь - это лекарство для всякого.

Однако это ещё не всё: просветленная Речь имеет бесконечно много благих свойств, к примеру, она совершает также действия просветленного Тела и просветленного Ума.

БЛАГИЕ СВОЙСТВА ЕГО УМА (191)

Это объясняется подробнее в классических сочинениях. Там упоминаются благие свойства, которые восходят к 21 виду изначального видения: *десять сил*, *восемнадцать уникальных свойств* и так далее. Для людей, которые изучают классические тексты и размышляют над ними, медитация о данных наставлениях в особенности полезна.

Говоря вкратце, имеются два вида благих свойств: те, которые возникают из Всеведения, и те, которые возникают из Любви. Так как Будды являются всеведущими, они познают все объекты в точности так же отчетливо, как плод тамаринда в собственной руке - даже если они погружены в медитацию об Абсолютной Истине. В *'Восхвалении для тех, кто заслуживает хвалу'*, говорится:

Бхагаван, все феномены в трех временах,
Во всех их формах и со всеми их причинами
Являются объектами твоего видения
Как будто они - плод тамаринда в твоей руке.
Все феномены, изменчивые или неизменные,
Единичные или множественные, лежат обнаженными перед твоим умом -
Твой ум свободен от всяких препятствий,
Как ветер, реющий сквозь пространство небес.

Однажды умер один Шакья по имени Нандака. Когда священники при похоронном ритуале стали призывать умершего, пришло одно явление в образе умершего. Священники дали ему поесть и попить, и оно вело себя как Нандака. Родственники были убеждены, что имеют дело действительно с Нандакой, но наш Учитель сказал им, что небесный музыкант Вьякатва, якша Парьясаннакама и другие создали лишь образ умершего. Но родственники не поверили Будде.

В одной сутре говорится, что наш Учитель однажды попросил каждого отдельно взятого члена рода Шакьев принести мешок ячменя. Каждый должен был потом снабдить свой мешок специальными знаками. Шакьи принесли мешки всех размеров, некоторые содержали лишь полную горсть зерна, другие должны были привезти зерно на слоне. Будда идентифицировал каждый мешок, сказав: "Это происходит от этой персоны", не сделав ни одной ошибки. Так все обрели веру в него.

В *'Передаче Виная'* говорится, что некто дал Будде обугленные куски дерева, которые долгое время лежали разбросанными на морском дне: он смог правильно идентифицировать каждый кусок. Не опираясь ни на какие другие указания, он сумел сказать, что определенная древесина происходит из этой или той местности, и знал, из какой части ствола - верхней или нижней - этот кусок.

Чудесная сила его просветленного Тела - это способность порождать проявления перед любым числом учеников: перед десятью миллионами, миллиардом или более. Чудесная сила просветленной Речи - это способность говорить, обращаясь ко всем. Как я уже сказал, Речь Будды обучает Дхарме одновременно на соответствующем языке каждого живого существа и в согласии с его потребностями. Чудесная сила однонаправленного погружения его просветленного сознания такова: когда наш Учитель имеет мирские мысли, то живые существа - даже муравьи - понимают, что думает Татхагата. Однако когда он имеет сверхмирские мысли, его не могут понять даже Бодхисаттвы в их последней инкарнации. Когда Будда обучал *'Сутрам Совершенной Мудрости'*, он преобразовал все миры в Чистые Земли. Это означает, что сознание Будды имеет бесконечное число таких благих свойств. Его благие свойства Любви описаны Седьмым Далай-ламой:

Под влиянием гнева

Некоторые люди пытаются даже убить
Свою обычно так высоко оцениваемую самость.
Но ты смотришь на чувствующих существ постоянно
как на Твоих собственных детей.
Желание вредить другим
Ты давно уже преодолел.
Любовь, которую мы к самим себе ощущаем,
Ничто в сравнении с дождем сострадания,
Которое проистекает из Твоего сознания.

Любовь, которую мы чувствуем к самим себе, даже не сравнится с долей любви, которую Будда питает к чувствующим существам. Его любовь также не является столь непостоянной, как наша: мы чувствуем лишь тогда сострадание, когда видим страдающих чувствующих существ, и оно проходит, как только они исчезают из нашего поля зрения. Будда видит всегда муки всех чувствующих существ; его великая любовь и глубокое сострадание являются непрерывно активными. Сострадание Будды идет в конечном счете от силы основательного знания упражнений, которые он постоянно укреплял, с тех пор как вступил на Путь. Об этом говорится в следующей строфе из *'Ста пятидесяти стихов хвалы'*:

Все эти существа не различаются:
Они связаны муками сознания.
Но Ты так давно
Состраданием связан
И освобождаешь ослепленных существ.

И в *'Стихах об Истинном':*

Совершенномудрый видит,
Как все существа томятся в тюрьме сансары,
А их сознание в постоянном помрачении от тьмы неведения,
И - развивает сострадание.

БЛАГИЕ СВОЙСТВА ЕГО ПОЗИТИВНЫХ ДЕЯНИЙ (192)

В *'Уттаратантр'е* Майтрейи говорится:

Они - как Индра, как барабан,
Как облака, как Брахма, как солнце
Или как величайшая драгоценность.
Татхагаты подобны струнным инструментам,
Они - как пространство и как земля.

Опирайтесь в своем созерцании на девять сравнений, которые упоминаются в этом тексте: отражение Индры проявляется на поверхности ляпис-лазури (на вершине горы Меру)[56], без того, чтобы это потребовало со стороны Индры какое-нибудь усилие или мыслительную деятельность. Когда низшие боги видят это отражение, они думают: "Я буду прилагать усилия к тому, чтобы добиться того же." Так они начинают создавать причины для того, чтобы достичь состояния Индры, владыки богов. С нами обстоит похожим образом: когда мы видим тело Будды, украшенное признаками и знаками, возникает желание достичь такого же состояния, и мы пытаемся собрать причины для этого. Это - благие деяния просветленного Тела.

[56] Дворец Индры находится в середине совершенно ровной площадки из ляпислазури на вершине горы Меру. Можно видеть его отражение от каждой благоприятной позиции на горной вершине. Это место называется "сферой тридцати трех богов", потому что Индра пребывает в обществе тридцати трех низших богов, которые помогают ему в управлении.

В Сфере Тридцати Трех Богов имеется большой барабан под названием Вегадхарин, который возник из заслуг богов. Он сам по себе, без того, чтобы кто-нибудь ударял по нему, издает звуки, которые учат Четырем Печатям Дхармы. Они побуждают богов стремиться к Освобождению. Также Будды достигают существ своей Речью и направляют их благодаря этому к высшему перерождению или к абсолютному благу. Их Речь проявляется непроизвольно, так как она никоим образом не мотивирована никаким понятийным мышлением. Способствующих счастью и подходящих существ обучают этим образом Дхарме: это суть благотворная активность Речи Будды.

Если дождь проливается из облаков, то плоды растут на полях. Благие деяния просветленных существ подобны дождю, так как они заставляют расти плоды блага в сознании учеников.

Просветленное Тело вызывает чудо укрощения живых существ. Просветленная Речь содействует благу тем, что обучает Дхарме. Будды совершают благие деяния просветленного Ума, опираясь на однонаправленное погружение, свободное от всякого ослепления.

Кратко: Бодхисаттвы, находящиеся на восьмой ступени *(бхуми)* или ниже, должны очень сильно напрягаться: Бодхисаттвы, находящиеся выше этой ступени, должны прилагать меньше усилий; у них речь идет прежде всего о развитии правильной мотивации. Так как благие действия Бодхисаттв ещё связаны со столь многими усилиями, то они не простираются на всех живых существ одновременно. Благие деяния Будд, напротив, независимы от таких факторов. Они не должны также специально вырабатывать мотивацию - посредством мыслей вроде такой: “Я буду вступаться за благо живых существ.” Пример: луна в небе не думает: “Я буду отражаться”, но её образ появляется в каплях росы на верхушках стебельков травы и на водной глади во многих сотнях тысяч водоёмов - при условии, что вода является чистой и неподвижной. Благие деяния Будд спонтанно и без усилий отражаются в сознании учеников, когда приходит время их укротить. Наконец, благие деяния Будды определяются как “все благотворное, что является причиной Тела Мудрости и Истины (Дхармакайя)”.

БЛАГИЕ СВОЙСТВА ДХАРМЫ (193)

Те, кто читает классические сочинения, должны, к примеру, размышлять о том, как посредством “непрерывных путей” на Пути Видения преодолеваются соответствующие умственные завесы. Кто не может делать это, должен размышлять следующим образом над этой темой. Откуда появились Будды, которые должны обладать описанными невообразимо благими свойствами? Они появились в зависимости от реализованной Дхармы - Пути Прекращения - и от передаваемой Дхармы и так далее. Итак, качество Дхармы суть то, что породило этих Будд.

Вообще Дхарма-Драгоценность приравнивают к Десяти Землям (*бхуми*), Пяти Путям и так далее. Так, это Истина Прекращения и непрерывные пути внутри Пути Видения и Пути Медитации. Однако важнейший пункт во всех них - это укрощение собственно сознания, и поэтому можно - как я уже сказал - назвать учения Ламрим Дхарма-Драгоценностью.

БЛАГИЕ СВОЙСТВА САНГХИ (194)

Рассмотрим сначала пример Шравака на Пути Накопления. Он развивает желание покинуть круговерть бытия и вступает на Путь Накопления. Затем он создает 13 предпосылок для своего вида Просветления, достигает первых трех (из 37) звеньев Просветления, излучает к благу других Тела Эманации, достигает способности ясновидения и так далее.

Шраваки на Пути Подготовки обладают рассудочным постижением 16 аспектов Четырех Благородных Истин. Шраваки на Пути Видения непосредственно постигли Пустоту, а на Пути Медитации они изживают 21 вид объектов, которые нужно оставить позади. Когда Шраваки становятся Архатами, они обретают ещё больше благих свойств: могут соединять между собой многие материальные объекты; через обширную концентрацию о земле, воде, огне, воздухе и пространстве они могут всё трансформировать и создавать многие вещи; они могут достигнуть любого места, где пребывают ученики, и так далее.

Шраваки, являющиеся Архатами, имеют фактически безмерно много благотворных свойств. После того как наш Учитель вошел в нирвану, Ананда победил тиртиков и привел 80 тысяч человек в течение семи дней к Истине. Следующая история рассказывает об Упагупте: когда он однажды давал наставления, Камадева пролил дождь продуктов и драгоценных камней, и появились видения танцоров. Арья Упагупта разбросал непосредственно перед их танцем цветочные венки, которые потом благодаря его заклинанию превратились в совершенно отвратительные вещи. В наши дни люди принижают Шраваков, однако на самом деле каждый, кто обладает такими способностями, должен считаться великим Мастером.

Пратьекабудды строили оба своих Собрания (заслуг и мудрости) на протяжении сотни эонов и обладают в сто или тысячу раз большим количеством таких благих свойств, какие есть у Шраваков.

Благотворные свойства Бодхисаттв безграничны. Даже если они ещё находятся на Путях Накопления и Подготовки и потому действуют на основе веры, появившейся через размышления, они развивают постоянно далее свое понимание Пустоты слушанием, размышлением и медитированием. Они упражняются также в развитии сострадания, Бодхичитты и Глубинного Постижения. Так они ослабляют ложное представление, что субъект и объект обладают истинной сущностью и завершают Собрание первого эона.

Бодхисаттвы на Пути Видения развивают совершенно особую способность - совершать упражнения в щедрости, великодушии (первая из Шести Парамит). На Пути Медитации они посредством реализации Пустоты приводят к завершению практику остальных девяти Парамит.

Бодхисаттвы на первой *бхуми* излучают сотни тел, причем каждое в отдельности окружено сотнями других Бодхисаттв. Эти Бодхисаттвы первой ступени воспринимают сотни эонов, путешествуют туда и обратно через сотни миров, вступают в сотни состояний однонаправленного погружения, видят сотни Будд, получают благословения этих Будд, излучают свои эманации в сотни Будда-стран, объезжают сотни Будда-стран, открывают врата к сотням Дхарм, приводят сотни живых существ к созреванию и живут на протяжении сотни эонов. В течение каждого отдельного мгновения эти Бодхисаттвы первой ступени показывают сотни этих видов благих свойств.

Теперь можно сравнить эти двенадцать качеств с качествами Бодхисаттв других ступеней. Бодхисаттвы на второй ступени достигают тысяч таких благих свойств; Бодхисаттвы на третьей ступени - сотен тысяч, Бодхисаттвы четвертой ступени - миллиарда, Бодхисаттвы пятой ступени - десяти миллиардов; Бодхисаттвы шестой ступени - тысячи миллиардов; Бодхисаттвы на седьмой ступени - 10 в двадцать третьей степени; на восьмой ступени - числа свойств, равного количеству атомов в сотне миллиардов миров; на девятой ступени - числа свойств, равного количеству атомов в миллионе неисчислимых миллиардов миров, и Бодхисаттвы на десятой ступени достигают благих свойств, число которых равняется количеству атомов в одном миллиарде невыразимых и неисчислимых миллиардов миров. Кратко: Бодхисаттвы на первых нечистых ступенях (*бхуми*) проводят два неисчислимых эона времени с тем, чтобы построить свои оба накопления, в то время как Бодхисаттвы на трех чистых ступенях нуждаются в ещё одном неисчислимом эоне времени, чтобы накопления привести к завершению.

В классических текстах эти вещи обсуждаются подробно. Благие свойства Сангхи, следовательно, безмерны.

ПРИНИМАТЬ ПРИБЕЖИЩЕ, УЧИТЫВАЯ РАЗЛИЧИЯ МЕЖДУ ТРЕМЯ ДРАГОЦЕННОСТЯМИ (195)

Существует три вида различий.

Три Драгоценности имеют различающиеся свойства: Будды имеют свойства совершенного Просветления: абсолютно беспрепятственно они воспринимают способ существования всех феноменов - без какого-либо исключения. Слог *“джанг”* (в *‘джангчуб’*, тиб. термине для “Просветления”) означает, в обычном словоупотреблении, “овладеть чем-то”; например, его применяют в случае, когда кто-то заучивает наизусть текст для рецитирования. В соответствии с этим, Будда - это тот, кто овладел своим познанием и привел его к совершенству.

Характеристикой Дхармы служит то, что она суть результат явления Будды. Вид и способ, каким познается Дхарма, зависит от природы ученика. Когда Будда совершил поворот Колеса Учения о Четырех Истинах, его первые пять учеников достигли различных познаний и способностей в своем сознании: Пути Видения и тому подобного. Подобное происходило также в других ситуациях, когда Будда совершал поворот Колеса Учения.

Характеристика Сангхи - это то, что она состоит из тех, кто претворяет Дхарму в практику.

Благотворные деяния Трех Драгоценностей различаются следующим образом: благотворные деяния Будд состоят в том, чтобы учить Дхарме, предоставляя устные передачи. Благотворные деяния Дхармы - это следующее: она приводит к тому, чтобы оставить позади себя всё, что нужно отвергнуть. Члены Сангхи практикуют Дхарму, и когда они достигают результата, то другие видят это и чувствуют вдохновение к тому, чтобы также взяться за практику. Этим способом взаимно помогают друг другу те, кто относится к Санхе, и те, кто к ней не относится. Это - благие деяния Сангхи: её члены радуются благотворным действиям и тем самым служат для другим примером.

При принятии Прибежища нужно смотреть на Три Драгоценности как на капитана, лодку и помощника. Будды являются существами, которым мы делаем подношение наших даяний и наших заслуг; Дхарма - это то, что мы хотим породить в нашем сознании, и члены Сангхи являются нашими истинными друзьями.

Отдельные упражнения (в связи с Тремя Драгоценностями) являются методами, в которых практически кристаллизуются эти различные способы видения Трех Драгоценностей.

Различия в способе памятования о них состоят в том, чтобы призывать на память различные благотворные свойства Трех Драгоценностей. Это объясняется в *‘Сутре памятования о Трех Драгоценностях’*.

Три Драгоценности различаются также по присущему им особому способу увеличения заслуг. В отношении Будд заслуга увеличивается в зависимости от одной единственной персоны; в отношении Сангхи заслуга увеличивается в зависимости от многих людей. В случае Будды и Сангхи заслуга, следовательно, увеличивается во взаимосвязи с персонами. В отношении Дхармы, напротив, она возрастает независимо от персон.

Если некто принимает Прибежище в Будде, то выполняет это, поскольку он желает делать ему подношения и служить; Прибежище в Дхарме принимают, чтобы реализовать её в собственном сознании.

ПРИНИМАТЬ ПРИБЕЖИЩЕ С ВЕРОЙ (196)

Речь идет о вере в следующее: Будда учит Прибежищу, Дхарма - это собственно Прибежище, и Сангха помогает практикующим принять Прибежище. Это поясняется посредством той аналогии, что пациенты по-разному связывают свои надежды с врачом, лекарствами и медицинской сестрой. Если через развитие благотворных свойств и преодоление негативного развить каждую часть Дхармы в собственном сознании, то это освободит от всякой опасности. Следовательно, Дхарма является истинным Прибежищем.

ПРИНИМАТЬ ПРИБЕЖИЩЕ И ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ВЕРЫ В ДРУГИЕ РЕЛИГИИ (197)

В древней Индии когда-то жили образованный Ачарья Удбхатасиддхасвамин и его брат, которые сначала не были буддистами. Они пошли в Гималаи, чтобы совершить жертвоприношение Шиве, но увидели, как великий бог Шива принял Прибежище в Будде. Так они стали буддистами и великими Ачарьями Махаяны. Удбхатасиддхасвамин сочинил *‘Высшую хвалу’*, в которой говорится о выдающихся свойствах Будды.

Как говорится в этом труде, мы приняли Прибежище в нашем Учителе и стали учениками его Учения. Мы решились принять это Прибежище и теперь не должны его более менять на какое-нибудь другое Прибежище. Дхарма *бонпо*, *тиртиков* и так далее не может нам служить Прибежищем. В *‘Высшей хвале’* описывается, почему Будда, Дхарма и Сангха превосходят не-буддийские учения, их учителей и их учеников:

Я покинул других Учителей
И принял в тебе, о Бхагаван, Прибежище.
Почему произошло это так легко?
Потому что у тебя никаких ошибок, а одни лишь благотворные свойства...
Чем более я размышляю над комментариями тиртиков,
Тем всё более веры в моем сознании
В тебя, о достойный почтения.

Также в *'Хвале для тех, кто достоин похвал'*, говорится:

Что должно принять?
Что должно отринуть?
Твои слова, о Бхагаван,
Об умственных омрачениях и Освобождении
Являются высшими по сравнению со словами всех прочих.

Здесь, в Тибете, нет никаких реальных тиртиков; однако, существуют некоторые люди, утверждающие, что они являются практикующими и учеными, но при этом не находят ничего сомнительного в том, чтобы принимать Прибежище в учениях *бон* или примитивных системах верований. Они делают это, потому что хотят нравиться другим, потому что желают иметь большую свиту, или потому что надеются благодаря этому освободиться от каких-то трудностей. Они раздвоены, если речь идет о Прибежище; они, по сути, изгнали Прибежище из своего сознания и даже исключили себя из рядов буддистов.

Некоторые говорят: "Немного - буддизма, немного - бон." Однако не существует никакой причины, почему нужно рассматривать учителей бон, их учения или их последователей в качестве достойных объектов Прибежища; эти три вида объектов не обладают всеми необходимыми благими свойствами. Их учителя не имеют соответствующих свойств, они не устранили все ошибки и т.п. Их учения не указывают никаких методов, с помощью которых можно уменьшить умственные мучения. Они утверждают, что их Сангха основана на обетах Пратимокши; однако их обеты не восходят к чистой линии передачи.

Для буддистов учения бон не представляют никакого Прибежища, они не имеют ценности, чтобы быть Прибежищем. Буддисты и последователи бон часто из привязанности и враждебности говорят друг другу определенные вещи, что не имеет никакого отношения к серьезным дебатам. Будет более полезным, если информировать о происхождении религии бон. Аутентичные сведения по этому вопросу находятся в сочинениях ученых прошлого. Через чтение таких трудов, как *'Зерцало красноречивых речей'* Тукэна Дхармаваджры, можно подробнее познакомиться с этими вещами; они содержат изложение различных теорий и их истоков.

Религия бон и их учителя пропагандируют не-буддийские и ошибочные медитации и взгляды и имитируют положения буддийских учений. Их ложные учения изобретены уже давно и между тем широко распространились; однако они никоим образом не являются подходящим объектом Прибежища для людей, которые стремятся к Освобождению. Нельзя полагаться на них. Дригунг Джигтен Гонпо думал об этих вещах, когда сказал:

В медитации и философии бон исходит из того,
Что Универсум возник из яйца, или
Он сотворен божествами Ча, вроде Шивы.
Это было заимствовано из системы тиртиков.

В *'Истории Кадампы'* говорится:

Не-буддийские бонпо обретают быстро сиддхи.
Они, правда, счастливы ныне,
Но позднее отправятся в нижние сферы.

Не-буддийские бонпо подобны огню:
Можно чувствовать себя хорошо,
Держась немного подальше от пламени.
Но если настигнет, то сгоришь.

Дже Миларепа, властелин йоги, сказал:

В истоках бон стоит ложное учение,
Произведение нагов и могущественных духов-элементалий;
Это не высший Путь,
Но поистине - низкопробное воззрение.
Различие между буддизмом и не-буддизмом
Лежит в объектах Прибежища:
Три Драгоценности суть Прибежище буддистов,
Брахма и Индра - Прибежище не-буддистов.
Совершенно-просветленный Будда
Сам свободен от сансары,
И поэтому он в состоянии освободить других.
Мирские боги, как Шива и ему подобные,
Сами томятся в сансаре ещё.
От них, правда, можно на краткое время мощные сиддхи иметь,
Но как они могут других привести к совершенному Освобождению?...
Они говорят: “Да смогу я достичь состояния Будды
В мандале пяти семейств нагов”,
Которые упоминаются в *‘Антологии белых нагов’*.
Но наги относятся к сфере животных.
Большинство исповедующих бон создают идолов, как то - Кюнцанг,
И сооружают разнообразные мандалы,
Но, если спросите меня, то
Речь идет о ложной Дхарме,
Которая была измышлена Ачарьей Синий Сюртук...

Кьябдже Пабонгка Ринпоче остановился на этом ещё более подробно.

В сегодняшние дни некоторые люди говорят, что видят бонских божеств Шенраба и Окара едиными с буддийским божеством Авалокитешварой. Они утверждают: “С тем, чтобы все живые существа стали учениками Будд, многие эманации Будд и Бодхисаттв проявились в рядах бонпо. Поэтому не может быть вреда в том, чтобы следовать системе бон; это может служить лишь благу.” Такие далеко заводящие утверждения являются не более чем результатом их большой слепоты; их ум находится под влиянием плохих склонностей, которые восходят к ложным взглядам. Если бы их аргументация была удовлетворительной, можно было бы заключить, что также нет вреда в том, чтобы подражать поведению собак и свиней. Это приводило бы лишь к благу, так как, может быть, эманации Будд и Бодхисаттв имеются среди животных.

Люди, которые хотят стать лучше, должны, следовательно, отказаться от таких дурных систем - так же, как отбрасывают прочь камни, которыми вытирают задницу. Для буддистов Три Драгоценности являются единственным Прибежищем. Буддисты должны принять Прибежище чистым образом и безоговорочно положиться на свои объекты Прибежища.

Кратко: когда мы говорим о “принятии Прибежища”, то подразумеваем тем самым не голое рецитирование слов (формулы Прибежища). Так же, как преступник (устрашившись наказания) встает под защиту господина, мы должны устрашиться низших сфер, сансары и так далее и положиться на то, что Три Драгоценности имеют силу нас защитить. Используя наше основное сознание и соответствующие ментальные факторы, мы должны затем серьезно решиться на то, чтобы вериться Трем Драгоценностям. Это соответствует критерию правильного принятия Прибежища. Возникло ли Прибежище в нашем сознании или нет,

зависит от того, присутствуют эти мысли в нашем сознании или нет. Итак, не будьте такими, как те люди, которые начитали формулу Прибежища миллиарды раз, но ни единожды не создали в своем сознании внутреннюю установку на принятие Прибежища. Прилагайте усилия, применяя техники, с помощью которых вы сможете развить аутентичным образом причины Прибежища и само Прибежище в собственном сознании.

Существуют два различных способа принятия Прибежища. При простом способе принятия Прибежища человек ищет защиту и рассматривает Три Драгоценности как нечто, реализованное другими в их сознании. При особом виде принятия Прибежища человек рассматривает Три Драгоценности как нечто, что развивается в собственном сознании, и решается породить соответствующее состояние. На каждой из трех ступеней Ламрима существует возможность практиковать эти оба вида принятия Прибежища.

Мы являемся людьми, изучавшими классические сочинения и размышлявшими над ними, поэтому должны прежде всего упражняться в особом виде принятия Прибежища. Великая ученость, может быть, не представляет никакой большой пользы, когда речь идет о действительном принятии Прибежища. Если мы преимущественно потому упражняемся в изучении (Дхармы) и созерцании, чтобы обострить наше понимание, то может случиться, что принятие нами Прибежища незначительно отличается от принятия Прибежища старым мирянином.

Кто не знаком с классическими сочинениями, должен развить обе причины для принятия Прибежища и полностью положиться на Три Драгоценности. Размышляйте при этом о том, как пациенты вверяют себя врачу, медикаментам и медсестре. Итак, мы должны развивать причины для принятия Прибежища и затем всем сердцем вериться Трем Драгоценностям, так в нашем сознании правильным образом возникнет Прибежище. Это - сущностные аспекты. Без этого не получится ничего положительного, даже если кто-то начитал формулу Прибежища много раз и утверждает, что является Бодхисаттвой или практиком Тантры. Ещё мастера старой Кадампа говорили: “Самый старший, сидящий впереди всех, монах, возможно, является ещё не вступившим в ряды буддистов.”

КАКОВА ПОЛЬЗА ОТ ПРИНЯТИЯ ПРИБЕЖИЩА? (198)

Следует различать восемь позитивных результатов: вы становитесь буддистами; вы становитесь кандидатами для всех обетов; вы преодолеваете умственные завесы, которые восходят к ранее накопленной карме; вы достигаете без больших трудностей колоссального накопления заслуг; злобные действия людей и животных вам не вредят; вы не упадете в низшие миры; вы достигнете без усилий всех ваших временных и долгосрочных целей, и вы скоро достигнете Просветления.

Поэтому вы должны, когда принимаете Прибежище, делать это не только вербально, просто повторяя то, что говорят другие - примите Прибежище от сердца. Вы станете лишь тогда буддистами, когда правильно закрепите в своем сознании внутреннюю установку принятия Прибежища. Даже если начитывать формулу Прибежища сотни тысячи раз, то благодаря этому ещё не стать буддистом. В наши дни люди говорят: “Я должен рецитировать формулу Прибежища много раз”; напротив, редко можно встретить кого-нибудь, кто говорит: “Я должен закрепить внутреннюю установку в своем сознании.”

В Дагпо был когда-то один монах по имени Атар. Он проводил вместе с друзьями затворничество, во время которого они должны были начитывать определенное число раз формулу Прибежища. Атар размышлял о смысле принятия Прибежища и поэтому отстал от других, которые повторяли лишь слова принятия Прибежища. Повторив формулу почти по сто тысяч раз, они начали беспокоиться о том, что Атар, наверное, не сможет достигнуть предписанного количества. Они спросили его, как много он уже начитал. Атар сказал: “У вас при начитывании дело лишь в количестве?” Решающее значение имеет то, чтобы во время начитывания сохранять внимательность при принятии Прибежища, лишь благодаря этому начитывание становится очень действенным упражнением. Прежде чемдавать присягу в трех видах обетов, нужно принять Прибежище. Кто оставляет Прибежище, не получает обетов. Так же, как земля служит базисом домов, урожаев, деревьев, лесов и прочего, принятие Прибежища представляет собой основу для получения любых обетов.

Посредством принятия Прибежища мы можем очистить многие кармические завесы. Аджаташатру, к примеру, убил своего отца Бимбисара, который достиг состояния человека, Более-Не-Возвращающегося. Он совершил тем самым один из особо тяжелых, ужасных проступков. Но через принятие Прибежища в Будде он очистил свои кармические завесы.

Неблаготворные деяния и умственные завесы многих эонов очищаются, когда мы произносим имена Будд или даже один единственный раз читаем *'Сутру Совершенной Мудрости'*. В Сутрапитаке эти полезные результаты упоминаются снова и снова. В краткой версии *'Сутры Ссовершенной Мудрости'* говорится: "Если бы заслуги, проистекающие из принятия Прибежища, приняли форму, то три сферы стали бы слишком малы, чтобы вместить их." Заслуги от принятия Прибежища являются, таким образом, безмерными.

Будды являются, если смотреть кармически, настолько весомыми существами, что качества, которые мы накапливаем в связи с ними, в любом случае имеют силу в качестве причин для полного Просветления - даже если мы поступаем, исходя не из совсем чистой мотивации. В *'Сутре белого лотоса сострадания'* говорится:

> "Ананда, представь следующее: крестьянин обладает полем без камней, пней и кустарника. Земля свободна от осколков и гальки и очень плодоносна. Крестьянин обрабатывает почву плугом. Потом он, как положено, сажает семена в свежевзрыхленную почву. Солнце и вода не причиняют никакого вреда. Семена не были ни спекшимися, ни гнилыми и были своевременно положены в борозду поля. Иногда землю поливали, иногда её осушали - этим защищали прежде всего от вредных влияний. Ананда, домохозяин идет потом к своему полю, встает на его краю и говорит: 'О, семена, не будьте более семенами! О, семена, не прорастайте, не наливайтесь. Я не желаю плодов. Я не желаю платы за свои труды!' Ананда, что ты думаешь? Исчезнут ли семена из-за этих слов?"
>
> "Нет, Бхагаван", отвечал он. "Нет, Сугата."
>
> Будда спросил: "Будут ли плоды становиться не-плодами? Может ли быть так, что он не получит вознаграждения трудов?
>
> "Нет, Бхагаван", отвечал он. "Нет, Сугата."
>
> Затем сказал Будда: "Ананда, если люди, которые превозносят сансарическое бытие, которые радуются сансарическому бытию, делают подношение Будде, хоть и захотят сказать: "Да сможем мы благодаря этому благотворному деянию никогда не входить в нирвану", это, определенно, не приведет к тому, что они из-за этого никогда не войдут в нирвану. Ананда, те заслуги, которые созданы в связи с Буддой, имеют результатом нирвану, даже если этого не было в намерениях. Я говорю тебе, эти заслуги действуют, пока не достигнута будет, наконец, нирвана. Итак, если при накоплении заслуг имеется даже лишь одна единственная мысль о Бхагаванах Буддах, то результатом этой добродетели будет нирвана. Я говорю тебе, эти заслуги остаются действенными вплоть до достижения нирваны."

С помощью некоторых историй можно показать, что злонамеренные действия людей и других существ не могут причинить вреда тому, кто принимает Прибежище. Один тиртика создал однажды силки из энергии ветра и попытался с их помощью поймать одного буддийского упасику. Но это ему не удалось.

Один человек из Индии был осужден решением царя и оставлен на кладбище. Все другие люди, которые там останавливались, исчезали: они были унесены определенными существами, разновидностью духов, и съедены. Никто не мог вернуться живым с того места. Человек положил на голову кусок ткани, происходивший от одежды члена Сангхи, и принял Прибежище. Твари не схватили его и не причинили ему вреда.

Один кочевник остановился как-то в одной необитаемой местности и был схвачен *йети*. Он чуть не умер. На его голове осталось много шрамов, и когда один Лама его спросил, откуда происходят эти рубцы, он рассказал свою историю. Лама дал ему после этого наставления о принятии Прибежища. Когда тот человек впоследствии снова повстречался с *йети*, то принял Прибежище - *йети* повел вокруг носом, но не почуял человеческого запаха и удалился.

Однажды вечером домохозяин Анатхапиндика начитывал как раз несколько строф принятия Прибежища, когда заметил, что дорога привела его к кладбищу. Демоны не смогли ему навредить. Однако когда он поклонился одному божеству тиртиков, то потерял Прибежище.

Однажды один вор видел, как кто-то подарил монаху ткань. Ночью он пришел с намерением украсть материал. Однако монах перехитрил его, связал ему руки и трижды ударил палкой, восклицая имена Трех Драгоценностей. Вор убежал прочь, провел следующую ночь под мостом, - это оказалось местом, которое постигло несчастье в виде демонов. Спасаясь от них, он произнес про себя то, что говорил монах.

"На моё счастье это были лишь три строки, - бормотал он про себя, - если бы этих слов было больше, демоны погубили бы меня!" В ту ночь нечисть была не в состоянии пересечь мост.

Это были некоторые из историй, рассказанных Кьябдже Пабонгка Ринпоче.

Мы не должны ничего бояться, когда попадаем в трудное положение, нужно положиться на Три Драгоценности и ограничиться обращением лишь к этому виду Прибежища.

Принятие Прибежища воспрепятствует нашему падению в низшие сферы. Один бог узнал, что ему предстоит перерождение в качестве свиньи и попросил Индру, чтобы тот защитил его. Однако Индра оказался не в состоянии спасти его от предстоящей участи. Когда бог после этого попросил Будду о совете, Будда дал ему эти наставления о принятии Прибежища. Наконец, бог умер, принимая Прибежище, как учил его Будда.

Индра позже захотел исследовать, где этот бог переродился. Однако боги имеют своим духовным оком постижение лишь тех сфер, которые лежат ниже их собственного мира, а там Индра не смог его найти. Будда, к которому он после этого обратился с вопросом, сказал, что бог переродился в небесной сфере Тушита.

Бог, таким образом, через принятие Прибежища не только воспрепятствовал своему перерождению в качестве свиньи, но был также перерожден в высокой небесной сфере. Мы, однако, не хотим признать, насколько важным является принятие Прибежища.

Когда мы присутствуем на коллективно проводимых ритуалах, то ведем себя очень расхлябанно, в то время как рецитируем: "До самого Просветления я принимаю Прибежище в Будде, Дхарме и высшем Собрании..."Подходя, напротив, к части, в которой говорится "*ом свабхава шудда сарва дхарма свабхава шуддо хам"*[57], мы делаем вид, будто находимся в глубокой медитации и закатываем глаза вверх. Это отчетливо показывает наше неведение: нам неведомы врата буддизма, и мы не знаем, каким выдающимся методом избежания перерождения в низших сферах является принятие Прибежища.

Атиша осознавал, насколько очевидным образом важное значение имеют принятие Прибежища и закон причины и действия, и подробно учил этому. Его называли также "Учителем Прибежища" или "Учителем Причины и Действия". Когда Атиша об этом прослышал, он сказал: "Если меня так называют, то это полезно для учений."

Когда мы умираем, возможно, медитации Стадии Порождения и Завершения затруднительны, но если мы правильным образом принимаем Прибежище, то совершенно определенно мы на этот раз не упадем в нижние миры. Сангье Он сказал:

Коротко: если смерть и непостоянство
Еще не осознаны в совершенстве,
То даже Гухьясамаджа не является глубокой.
Три стиха принятия Прибежища,
Являются, напротив, глубокими, если видение смерти
Зарождается в собственном сознании.

[57] Эта мантра начитывается при визуализации Пустоты, которую проводят перед визуализацией божества. Она означает: "Я являюсь природой чистоты всех феноменов."

Не существует никакой более хорошей возможности исполнения собственных желаний, чем принятие Прибежища. Джангсем Ретренгва сказал:

Не связывайте ваших надежд с людьми -
Призывайте божеств!

Мастера прошлого достигали своих временных и долгосрочных целей тем, что призывали Три Драгоценности. Один Бодхисаттва местности Ретренг был, к примеру, однажды втянут в судебный процесс. С помощью Трех Драгоценностью он вышел оттуда победителем.

Вы скоро достигнете Просветления. Если вы сейчас упражняетесь в принятии Прибежища, то вы также позже, как только встретитесь с трудными ситуациями, немедленно придете к Прибежищу. И так как это является типичным для ума - всегда обращаться к тому, что он уже знает, то вспомните вы о Будде и в момент смерти. В Сутре *'Царь медитативного сосредоточения'* говорится:

Установите изображения Победоносных
И призовите на память Шакьямуни,
Чья изначальная мудрость безмерна.
Если постоянно делаться ближе к нему,
Его вспоминая, то мысли сами по себе
Повернутся к нему полностью...
Чистые Тело, Речь и Ум
Восхваляй постоянно - Будду.
Приучай твой ум к таким помыслам,
И станешь ждать к себе Защитника мира
Днем и ночью.
Если тебя постигнет болезнь или несчастье
Или окажешся в нищете, и когда умираешь,
Тогда также вспомни Будду -
И тебя не раздавит страдание.

Во всех наших жизнях мы получим драгоценное человеческое существование. Мы постоянно будем находить Прибежище, и не будем никогда оторваны от других, тоже принявших Прибежище. И упражняясь в конечном Пути, мы породим Три Драгоценности в нашем сознании. Так мы скоро достигнем Просветления.

КАКИМ ПРАВИЛАМ НУЖНО СЛЕДОВАТЬ ПОСЛЕ ПРИНЯТИЯ ПРИБЕЖИЩА (199)

Здесь есть две части: 1) правила, которые касаются каждой отдельно взятой из Трех Драгоценностей; 2) правила, которые касаются всех Трех Драгоценностей.

ПРАВИЛА, КОТОРЫЕ КАСАЮТСЯ КАЖДОЙ ОТДЕЛЬНО ВЗЯТОЙ ИЗ ТРЕХ ДРАГОЦЕННОСТЕЙ (200)

Здесь имеются два подзаголовка: 1) чего нужно избегать; 2) что нужно делать.

ЧЕГО СЛЕДУЕТ ИЗБЕГАТЬ (201)

Так как вы приняли Прибежище в Будде, вы не должны принимать никакого Прибежища в мирских богах. Даже в наши дни имеются некоторые монахи, которые покорно ползают в пыли перед мирскими идолами, когда встречаются с трудностями и сомнениями. Они позорят практикующих Дхарму. Как я уже говорил, тот, кто полагается на два Прибежища, исключает сам себя из сообщества буддистов; кроме того, он нарушает обет Прибежища.

Является оправданным подношение богам, нагам, царям духов, духам и так далее пожертвований пищи или огненной жертвы или совершение воскурений для очищения, если вы

при этом просите исключительно о помощи в делах Дхармы - одно это ещё не называется принятием Прибежища в них. Это обстоит так, как будто кому-то даешь денег и просишь его о помощи: одно это не считается принятием Прибежища.

Так как вы приняли Прибежище в Дхарме, то не должны причинять вреда ни одному живому существу. “Не причинять никакого вреда” относится не только к тому, чтобы не убивать живых существ, не бить, не грабить и не делать подобных тяжких вещей; вы не должны также взимать никаких завышенных налогов, нагружать животных слишком тяжелой поклажей и тому подобное. Такие вещи являются несправедливыми и их нужно избегать.

Так как вы приняли Прибежище в Сангхе, то не должны пребывать в обществе тиртиков (тех, кто является носителем ложных воззрений). Здесь, в Тибете, не имеется никаких последовательных тиртиков (тиртиков в собственном смысле слова), но есть люди, которые подобны им. Они говорят: “Веришь ли ты в то, что существуют такие вещи, как Три Драгоценности и закон причины и действия? Лишь прекраснодушные ораторы вроде Лам и Геше говорят о таких вещах.” Не нужно пребывать в обществе таких людей. Наша собственная точка зрения ещё не очень упрочилась, и потому имеется опасность, что эти люди нас переубедят, и мы примем их позицию. Мы должны держаться подальше от них.

Однажды в присутствии Геше Потовы кто-то сказал, что это неправда - то, что Будда приходил в этот мир. Геше парировал: “В этом случае можно было бы совершенно точно утверждать, что ты не имеешь никаких предков.”

“У меня есть предки!”, - сказал человек. ”Это можно доказать. Ты должен бы знать, что существуют документы об этих вещах!”

Этим Потова показал ему, что то же самое можно перенести на Будду: существуют также доказательства того, что Будда был в этом мире - сочинения. Это убедило человека полностью, что Будда на самом деле существовал в этом мире.

ЧТО СЛЕДУЕТ ДЕЛАТЬ (202)

СЛЕДУЕТ СОДЕРЖАТЬ В ПОЧЕТЕ ВСЕ ИЗОБРАЖЕНИЯ БУДДЫ, ДАЖЕ ТЕ, ЧЬИ ФОРМЫ ИМЕЮТ НЕДОСТАТКИ (203)

Так как мы приняли Прибежище в Будде, то должны придерживаться следующих слов из *‘Письма другу’* Нагарджуны: “Мудрые выражают свое почтение, независимо от того, как изготовлено изображение Татхагаты - даже если оно из дерева.” Например, изображения Будды могут быть сработаны плохо или из низкокачественного материала, или они могут состоять из обломков в ящике на краю дороги - но вы должны, тем не менее, смотреть на них как на настоящих Будд.

Мы чувствуем веру, если видим статуи из латуни, золота или индийской бронзы, и ставим их в центре нашего храма. Мало веры, напротив, появляется при взгляде на статуи из глины и тому подобного; если они разрушаются, то мы кладем их туда, где храним утиль и позже оставляем в ящике на краю дороги. Однако, как говорили Ламы прошлого, если такие изображения выносить из дома, то выносишь оттуда свои заслуги.

Также если кто-то оставляет религиозные образы без реставрации, так что парча бахромится, и материал в середине рассыпается от старости, то это показывает, как мало в нем веры в Три Драгоценности, и что он насквозь испорчен.

СЛЕДУЕТ ДАЖЕ К ОДНОЙ ЕДИНСТВЕННОЙ БУКВЕ ОТНОСИТЬСЯ С ТАКИМ УВАЖЕНИЕМ, СЛОВНО ЭТО НАСТОЯЩАЯ ДХАРМА-ДРАГОЦЕННОСТЬ (204)

Так как вы приняли Прибежище в Дхарме, то должны даже к одной единственной букве относиться с уважением, как будто она являетяся настоящей Дхарма-драгоценностью. Если не делать этого, то это будет иметь неприятные последствия: из жизни в жизнь будете оставаться тупым и невежественным. Геше Шарава сказал:

> Мы не принимаем всерьез Дхарму и по причине нашего недостаточного уважения к Дхарме или к её представителям уменьшается наша мудрость. Разве мы не яв-

ляемся уже достаточно невежественными? Не заставляйте себя создавать ещё
больше причин для того, чтобы усугублять это состояние. Что бы мы делали, если
бы были ещё более невежественными, чем мы уже есть!

Мы ценим пять *нгулкаров* (тибетская монета самого мелкого достоинства) больше, чем исписанный лист бумаги. Когда мы видим монету, упавшую в сток или нечто вроде этого, то пытаемся её оттуда выловить и прибегаем даже к помощи длинной палки. Если бы это был исписанный лист бумаги, мы не стали бы так стараться.

Мы должны считать примером следующую историю: когда Гьялванг Чодже был назначен главным государственным финансовым инспектором, центральное правительство заказало финансовый доклад для года Железного Тигра. Во время его подготовки он разложил (на земле) многие книги из различных округов управления. Всякий раз, когда он выходил, к примеру, в туалет, то сперва перекладывал документы так, чтобы мог идти, не наступая на них.

К ЧАСТЯМ ОДЕЖД САНГХИ И ДАЖЕ К ТЕМНОКРАСНЫМ ЛОХМОТЬЯМ, ЛЕЖАЩИМ НА ЗЕМЛЕ, НУЖНО ОТНОСИТЬСЯ С ТЕМ ЖЕ УВАЖЕНИЕМ, КАК И К ЛЮДЯМ, КОТОРЫЕ ИХ НОСИЛИ (205)

Так как вы приняли Прибежище в Сангхе, то вы должны оказывать уважение Сангхе, как это делали Геше Дромтонпа Ринпоче и Махайоги. Когда они видели лежащий на дороге желтый лоскут ткани, то не наступали на него, а отряхивали и переносили в чистое место. Вы должны быть осторожными в отношении частей одежд Сангхи или даже лежащих на земле темнокрасных лохмотьев так же, как и в отношении людей, которые их носили. В *'Сутре десяти колес Кшитигарбхи'* говорится:

Даже засохший цветок *чампака*
Превосходит все другие цветы;
Нравственная дисциплина монаха могла быть ослабленной,
И он мог совершать неблаготворное,
Однако, тем не менее, он стоит выше, чем тиртики.

Если это так, то тогда каким же промахом было бы не проявлять осторожность! В *'Сутре поощрения к альтруизму'* говорится:

Кто стремится к добродетели, тот живет в уединении
И не подчеркивает ошибки других, думая при этом:
"Я - превосходный, я - самый лучший."
Такой образ действий, очевидно, позорен.
Не презирайте ставшего низким монаха,
Потому что это стало бы на многие эоны препятствием вашему Освобождению.
Это - основоположение этих учений.

ПРАВИЛА, КОТОРЫЕ КАСАЮТСЯ ВСЕХ ТРЕХ ДРАГОЦЕННОСТЕЙ (206)

Здесь упоминаются 6 видов правил.

Вы должны снова и снова принимать Прибежище и делать для себя обзор благотворных свойств Трех Драгоценностей. Как я уже сказал, вы должны призывать на память различия между буддийскими и не-буддийскими наставниками и их учениями. Размышляйте о выдающихся качествах, которыми обладают все Три Драгоценности, и затем принимайте снова и снова Прибежище.

Напоминайте себе о доброте Трех Драгоценностей. Когда вы что-нибудь едите или пьете, сделайте прежде всего подношение одной порции Будде, Дхарме и Сангхе. Такое даяние очевидным образом полезно, так как не существует никакого более высокого Поля Заслуг, чем Три Драгоценности. Однако следите, чтобы подобное даяние не было разрушено вялостью, неряшливостью или инерцией. Даже если вы делаете подношение лишь наполненными водой

чашами, все Победоносные знают об этом; поэтому, как говорится, нужно при этом действовать подобно новому слуге, который наливает чай Всеведущему Победоносному (Далай-ламе).

Поощряйте других к тому, чтобы принимать Прибежище. Удерживайте других от того, чтобы накапливать плохую карму, когда они, например, принимают из чувства восхищения Прибежище в учителях-тиртиках, например, в учителях Пуран, или в учителях-бонпо, как например, Шенрабе, в их учениях, в их последователях или подобных плохих друзьях. Вы должны также наставлять тех людей, которые не чувствуют никакой веры и никакого почтения к Трем Драгоценностям, но восприимчивы к аргументам, упоминая во время повседневных разговоров мимоходом качества Трех Драгоценностей.

Памятуйте о пользе принятия Прибежища и принимайте Прибежище трижды днем и трижды ночью. Поймите, что Три Драгоценности являются совершенным Прибежищем, развивайте веру в них, и принимайте шесть раз в день Прибежище.

Полагайтесь на Три Драгоценности, что бы вы ни делали. Всё равно, имеете ли вы дело с большими или незначительными вещами, полагайтесь на Три Драгоценности, делайте им подношения, и ваши замыслы осуществятся. Избегайте злых помыслов, не таите коварства и не принимайте никакого Прибежища в местных духах, царях духов, в религии бон и тому подобном.

Не отказывайтесь от Трех Драгоценностей, даже если это стоит вам жизни или лишь шутки ради. Если вы откажетесь от Прибежища, которое однажды приняли, то сами себя изгоните из сообщества буддистов. А кто не является более буддистом, тот также не является более никаким *гецулом*[58] или *гелонгом*[59], никаким членом семьи Бодхисаттв и также никаким практиком тайных тантр. Это могло бы показаться вам не столь важным - имеет ли место отказ от обета Прибежища, однако такой отказ означает, что одновременно происходит также отказ от всех других обетов. Исходя из этого, не отказывайтесь от Трех Драгоценностей, даже если для этого вы должны отдать свою жизнь, и ни в коем случае не отрекайтесь от них шутки ради. В *'Большом руководстве по этапам Пути'* Цонкапы говорится:

> Не отказывайтесь от Трех Драгоценностей, даже если это стоит вам жизни. Если вы пренебрегаете этим наставлением, то вы действительно отказались от своего Прибежища. Если даже вы и не отказываетесь от Трех Драгоценностей, но одновременно обращаетесь к некоему второму Прибежищу, которое идет вразрез с Тремя Драгоценностями, то этим самым вы пренебрегаете указанием о том, чтобы вы не обращались к другим религиям, и что вы не должны отказываться от веры в ваше Прибежище.

Я хочу рассказать вам о том, кто не пожелал отказаться от Трех Драгоценностей даже ценой жизни: некоторые тиртики требовали от одного человека снять буддийские обеты практикующего мирянина и угрожали убить его, если он не отступит от своего Прибежища. Когда упасика этого не сделал, они на самом деле его убили. Он переродился в небесных сферах.

После этого Къябдже Пабонгка Ринпоче ещё раз кратко повторил материал.

---

[58] shramanera; dge tshul - неполностью ординированный монах. (И.У.)
[59] bhikshu; dge slong - полностью ординированный монах. (И.У.)

Тринадцатый день

Кьябдже Пабонгка Ринпоче привел цитату из текста Цонкапы, великого Царя Учения:

Нет никакой определенности в том, что после смерти
Ты не последуешь в низшие сферы...

После этого краткого введения он напомнил ещё раз уже рассмотренные разделы и сделал краткий обзор первой части раздела "Методы, которыми достигается счастье в следующей жизни", где было изложено Прибежище. Он преподал в краткой форме, как выполнять это упражнение.

При структурировании устных наставлений размышления о страданиях низших сфер и Прибежище были представлены как две различные темы. При "практическом объяснении" следует, напротив, при размышлениях эти две темы соединить таким образом, как это я теперь объясняю.

Следует действовать следующим образом: После того как вы направили молитвенную просьбу к своему Гуру над вашей головой, от его сердца исходит полная визуализация для принятия Прибежища, то есть Поле Заслуг, и находится теперь перед вами в пространстве. Обстоятельно поразмышляйте о различных видах страданий в каждом из адов и в сферах животных и голодных духов. Когда у вас появится страх перед соответствующими низшими мирами, принимайте Прибежище. Так вы соедините обе темы. Я хотел бы проиллюстрировать это на примере: когда маленького нарушителя в этом мире защищает влиятельный чиновник, то это успокаивает его, и он думает: "Один я не могу много сделать, однако этот высокий чин стоит за моей спиною." Он верит в этого чиновника, потому что надеется на его поддержку. Нечто похожее имеет место, когда человек боится низших миров; он захочет принять Прибежище, с тем чтобы иметь возможность подбодрить себя мыслью: "Теперь я стою под защитой Трех Драгоценностей, несомненного Прибежища."

Если кто-то принимает Прибежище несколько раз, то достаточно повторить лишь начало подготовительных ритуалов. Хотя в этом разделе Ламрима три медитативные темы Ламрима должны связываться друг с другом, однако, тем не менее, будет в порядке вещей произносить многократно лишь следующие слова: "Я принимаю Прибежище в Гуру, в божествах медитации и в Трех Драгоценностях." Рассмотрим, к примеру, медитацию о страданиях в Аду Беспрерывного Воскрешения. В этом случае три медитативные темы соединились бы следующим образом:

Прежде всего представьте себе, каково это было бы, оказаться переродившимся в этом аду, и осознайте, как это было бы непереносимо. Спустя некоторое время к вам придут мысли: "Однако сейчас я не переродился там."

Теперь переходите ко второй медитативной теме. Поразмышляйте о том, что хотя вы и не переродились теперь в этом аду, но всё же накопили весомую карму для такого перерождения. Сила этой кармы нерушима, и вы будете не в состоянии ещё устранить её до своей смерти. Так как вы не можете её очистить, то определенно идете навстречу такому перерождению. Это должно нагонять на вас великий страх.

Теперь на очереди медитация о третьей теме. Думайте: "Прибежище, в котором я ищу защиту от низших сфер, должно иметь безмерно много благих свойств - Всеведение, Любовь, Силу и так далее. Какое счастье - найти такое Прибежище." Потом принимайте Прибежище.

Делайте такие же шаги в процессе размышлений о других низших мирах.

Тем самым Ринпоче дал три выдающиеся версии наставлений о принятии Прибежища - одну подробную, одну из средних и одну краткую. Затем он продолжил учение, объясняя закон кармы:

РАЗВИВАТЬ НЕЗЫБЛЕМУЮ ВЕРУ В ЗАКОН ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ - КОРЕНЬ ВСЕГО БЛАГОТВОРНОГО И ВСЕГО СЧАСТЬЯ (207)

Если вы приняли Прибежище в Трех Драгоценностях, то вы, правда, можете быть уверены в том, что тем самым обезопасили себя на одно или два перерождение от падения в низшие миры, однако благодаря этому вы ещё не спаслись навсегда от низших уделов. Если хотите быть уверены в том, что никогда снова не попадете в низшие сферы, вы должны пытаться следовать правилам, которые относятся к принятию Прибежища (см. Двенадцатый день). Теперь я хотел бы на основе примера показать, что происходит, если вы это упускаете. Когда некоего человека, совершившего преступление, берет под опеку влиятельный чиновник, тот ему говорит примерно следующее: “Отныне ты должен делать то-то и отказаться от того-то.” Если преступник не следует этому совету и вместо этого совершает ещё дальнейшие преступления, то для чиновника также больше не существует никакой возможности защищать его в дальнейшем: преступник будет опять оказываться в конфликте с законом и снова должен будет подвергнуться наказанию.

Нечто подобное действует в отношении нас: если мы не придерживаемся правил, которые следуют вместе с принятием Прибежища, то Три Драгоценности также ничего не смогут сделать для нас. Исходя из этого, наш Учитель назвал Дхарму истинным Прибежищем, которое предоставляет защиту от низших сфер. И Дхарма (как истинное Прибежище) означает, что следует изменять наше поведение и приводить его в согласие с законом причины и следствия.

Если у вас не возникло никакой веры в закон причины и следствия, то вы не станете никогда практиковать благотворное даже в самой малой степени, и не захотите отказаться даже в малой степени от неблаготворного. Однако до тех пор, пока вы свое поведение не измените в корне, так, чтобы оно соответствовало закону причины и следствия, вы направляетесь в ад - хоть вы и разбираетесь лучше всех в Трипитаке или являетесь великим Мастером. Гуру Авадхутипа однажды обернулся к Атише, когда они переходили мост, и сказал: “До тех пор, пока ты ещё не преодолел цепляние за самость и мало ценишь закон причины и следствия, ты должен помнить о том, что такой-то ученый и такой-то йогин переродились в аду.” Говорят, даже великий переводчик Ра должен был несколько мгновений провести в аду.

Один йогин, практиковавшийся в Ямантака-тантре, переродился в качестве вредоносного голодного духа, чье внешнее проявление было похоже на медитативное божество. Когда этот дух пришел из Индии в Тибет, великий Атиша сказал: “Если он останется в Тибете, то причинит много вреда.” Он посвятил духу *торма* и побудил его оттуда уйти.

Девадатта обладал в высшей степени обширным знанием Дхармы, но это ему не помогло; несмотря на это, он переродился в Ещё Более Горячих Адах. Один брахман по имени Чанакья, который имел видения Ямантаки, убил много людей посредством своих сверхъестественных сил и переродился в Аду Мучений Без Перерыва.

Если вы не руководствуетесь законом причины и следствия, то вам тоже не может помочь тантрическое затворничество. Один йогин Ямантака-тантры из Нижнего Пэнпо также переродился в форме своего медитативного божества. Некоторые из его прежних товарищей по затворничеству делали огненное подношение для умерших, и дух этого йогина пришел к ним, чтобы выпросить пищу.

Затем Кьябдже Пабонгка Ринпоче рассказал, как один из главных монахов монастыря Викрамашила переродился в качестве голодного духа с искалеченной рукой.

Итак, если вы не можете уверовать в закон причины и следствия, и ваше поведение не изменяется в соответствии с ним, то вам также не поможет, если вы станете великим ученым или мастером. Говорится: “Как созревает карма - это непостижимо, даже люди, исполненные ко всем чувства любви, перерождаются в качестве животных.” Другими словами: это означает, даже Махатмы Бодхисаттвы перерождаются уже в низших сферах, если они игнорируют закон причины и следствия. Это - причина того, почему правильная мотивация стоит в начале каждой

медитации, размышление о драгоценности человеческого перерождения - в начале Ламрима, а соблюдение принципов кармы - в начале практики Дхармы.

Закон причины и следствия называется также “правильной видимостью для мирских существ”. Под “мирскими существами” здесь подразумеваются обычные люди, и выражение означает, что это является для них самым важным - руководствоваться принципами кармы. В наши дни многие люди придают большое значение правильной видимости, однако сперва нужно развить незыблемую веру в принципы кармы и выровнять свое поведение в соответствии с ними. Если нет этого, то можно, правда, бормотать свои начитывания и делать вид, будто при этом думаешь о Дхарме, можно также прилагать усилия к тому, чтобы имитировать состояние медитативного погружения, но всё же тем самым свидетельствовать лишь об отсутствии понимания того, что есть Дхарма.

Некоторые люди сами создают днем и ночью негативную карму и также приказывают ещё другим, своим слугам и ученикам, повсюду распространять негативную карму. Такие люди имеют внешне-религиозный образ жизни - они рано поутру встают и поздно ложатся спать, после того как занимались рецитированием текстов - однако следуют совершенно ложной практике.

Таким образом, вы должны размышлять о законе причины и следствия, чтобы возникла незыблемая вера. Для этого имеются три раздела: 1) размышлять о причине и следствии вообще; 2) размышлять об их особенностях; 3) как изменить свое поведение после размышлений об этих вещах.

РАЗМЫШЛЯТЬ О ПРИЧИНЕ И СЛЕДСТВИИ ВООБЩЕ (208)

Здесь есть две части: 1) размышлять о причине и следствии в самом общем виде; 2) размышления о некоторых особых пунктах.

РАЗМЫШЛЯТЬ О ПРИЧИНЕ И СЛЕДСТВИИ В САМОМ ОБЩЕМ ВИДЕ (209)

Здесь имеются четыре надзаголовка: 1) Карма определенна; 2) Карма усиливается со временем; 3) не будет определенного опыта, если не создана соответствующая карма; 4) однажды созданная карма не исчезает сама собой. Сам Бхагаван объяснял карму с помощью этих четырех пунктов - это показывает, насколько они важны.

КАРМА ОПРЕДЕЛЕННА (210)

В *‘Передаче Виная’* говорится: “Однажды созданная карма приносит свой соответствующий результат.” Итак, если мы действуем позитивно, то это может привести лишь к благоприятным последствиям; это никогда не станет причиной для страдания. Если мы поступаем порочно, то это может породить лишь страдание; это никогда не станет причиной для счастья. Вот что подразумевается, когда говорится, что карма определенна. К примеру, также является определенным то, что семя растения с острым вкусом породит плод с острым вкусом. Равным образом семя горького растения порождает горький плод, а семя сладковатого растения - сладковатый плод. *Ныне* - время, когда мы создаем кармические причины, поэтому мы должны быть предусмотрительными: поскольку причина порождает только однажды свой результат, то более невозможно задним числом что-то исправить.

Когда кто-нибудь заболевает и просит совершить ритуалы, то это иногда не помогает - тогда работают две различные цепи причин и следствий. К примеру, засеяв семена для растения острого вкуса, вроде чили, и потом посадив - после того как они начали расти - виноград или персик или нечто подобное, в надежде, что растение чили будет благодаря этому сладким на вкус, - не достигнуть желаемого результата. Каждое растение растет далее порознь.

Каждая причина, создаваемая кем-то, будет порождать свой соответствующий результат. Но каким образом в точности причины и следствия сцепляются друг с другом, - это очень трудно постигнуть.

Монах Приябхадра имел в высшей степени некрасивое тело и весьма благозвучный голос. Оба качества имели следующие причины: В одном из прежних рождений, когда один

царь заставил строить гигантскую ступу, был на строительстве один рабочий. Ступа должна была стать огромной, и он сказал: “К чему такая большая ступа? Она никогда не будет завершена.” Позднее, когда ступа была готова, он сделал подношение колокола, чтобы очиститься от этого замечания. То был сей монах.

Когда Атиша прибыл в Тибет, он встретился с одним тибетцем, который в его присутствии совершенно беспечно совершил небольшое злодейство. Атиша был этим очень расстроен и сказал: “Старый человек, ты не должен быть таким самоуверенным. Процесс причины и следствия очень сложен! Причина и следствие - это нечто очень глубинное!”

Один монах однажды намусорил чем-то жирным на подушку для сиденья, которой пользовалась Сангха во время своих совместных ритуалов. В своей следующей жизни он переродился в качестве человека с черной спиной.

Когда один монах как-то красил свои одежды, они неожиданно показались куском телятины. Его обвинили в воровстве теленка, и он должен был 6 месяцев провести в тюрьме. Говорят, это стало результатом следующего деяния: в одной из предыдущих жизней он обвинил безвинно одного Пратьекабудду в том, что тот украл теленка. Из-за этого Пратьекабудда был заключен на шесть дней в тюрьму.

Сагама, мать Мригарадхары, министра города Шравасти, имела 32 сыновей, которые все были борцами. Другой министр царя Празенаджита сделал так, что она потеряла расположение царя - царь велел убить всех сыновей и принести матери гору их голов. Причина лежала в одной из предыдущих жизней, когда 32 вора украли быка и убили его. Сама Сагама была хозяйкой воров, когда они забивали быка.

Кьябдже Пабонгка Ринпоче рассказал эти истории во всех подробностях.

Всё это показывает, каким образом карма является определенной.

КАРМА УСИЛИВАЕТСЯ СО ВРЕМЕНЕМ (211)

Внутренние причины имеют более сильное воздействие, нежели внешние причины. И всё же, как показывает следующий пример, внешние причины приводят к большим последствиям: большое дерево вырастает из одного-единственного, крохотного ядра персика, и каждый год дерево дает сотни, даже тысячи листьев и плодов. Но внутренние причины имеют ещё большие последствия.

Когда Бхагаван посетил город Ньягродхика, одна женщина дала ему полную горсть тех сладостей, что готовятся из кунжута и называются “*ладус*”. Будда предрек, что женщина в будущей жизни переродится в качестве Будды по имени Сувасти. Её муж недоверчиво сказал: “Лишь потому что она дала тебе немного еды, ты не должен говорить ей такие вещи, Будда.”

Будда ответил ему, приведя пример с семенем одного гигантского дерева: оно такой же величины, как и горчичное семя, однако порождает такое огромное дерево, что 500 повозок можно поставить в его тени так, чтобы они не соприкасались друг с другом. Так Будда объяснил, каким образом даже ничтожные кармические действия имеют весьма весомые последствия и убедил мужа той женщины.

Один монах сказал однажды другим монахам: “Ваши начитывания звучат, как собачий лай” или “как кваканье лягушки” или “как обезьяний галдеж”. За каждое из этих оскорблений монах перерождался по 500 раз в соответствующей сфере.

Как-то один человек в Китае написал книгу под названием “Изложение змеиной притчи”, в которой он сказал: “В наши дни ученые похожи на змей.” Этот писатель был позднее поражен очень плохой болезнью: его руки и ноги сморщились, вжались в его туловище, и таким образом его тело превратилось в тело змеи. Также его голова раскололась, и оттуда вышла голова змеи. Таким образом, человек стал в этой же жизни змеей.

В Индии однажды пятьсот рыбаков поймали в невод колоссальное животное, похожее на рыбу. Будда объяснил, что это животное прежде когда-то было человеком по имени Манавагаура, который по подстрекательству своей матери обругал членов Сангхи. Он, к примеру, сказал: “Ты похож на собаку”. Когда Бхагаван посетил ту местность, чтобы поведать о способе действия кармы, его подвергли критике тиртики. Они говорили: “Гаутама, святой

человек, смешался с любопытными.” Я уже рассказывал подробно об этой истории в главе о подготовительных упражнениях (см. Четвертый день).

Следует обратить внимание, что эти результаты восходят исключительно к паре злых выражений - а не к чему-то вроде того, что кто-то убил человека, а потом сделался его конем.

Прежде чем монахиня Утпалаварна дала свои обеты, ей пришлось испытать много видов страданий. Она имела двух сыновей - один из них утонул, второго загрыз волк. Её муж умер от укуса змеи. Её родители погибли в пожаре, который уничтожил также всё их домашнее хозяйство. После всего этого она вышла замуж за одного священника. Позже она родила ещё одного ребенка, а в это время её супруг напился в доме другого человека. Придя домой, он убил новорожденного и заставил её есть мясо убитого.

После этого случая она сбежала и встретила другого мирянина, жена которого умерла. Утпала вступила с ним в брак, однако и он тоже вскоре умер, и она была - как это принято в этой местности - вместе с трупом мужа заживо похоронена. Один грабитель могил выкопал её обратно, и теперь она стала его женой. В конце концов царь убил этого её мужа, который был главарем банды разбойников, и она была снова погребена вместе с трупом. Говорят, она должна была по следующей причине испытать все эти полные страданий ситуации: в одной из прежних жизней Утпала была главной наложницей царя. Она убила сына царицы, однако много раз жаловалась, что невинна.

Существует много таких историй. Описанный в них способ действия кармы ещё более сложен и ещё труднее поддается пониманию, чем Пустота. Архаты-Шраваки и Архаты-Пратьекабудды могут понять тонкие нюансы Пустоты и преподать их, однако одни только Будды знают механизм действия кармы во всех его тонкостях. Эту тему можно понять, следуя подлинным высказываниям.

Воздействие кармы является столь тонким, что на самом деле нужно очищаться даже от ничтожных прегрешений. В *‘Речах Будды’* говорится:

Не думайте, что малое злодеяние
В будущей жизни не вернется к вам.
Как капли воды постепенно и
Большой сосуд наполняют,
Так малые прегрешения,
Которые глупец совершает,
Когда-нибудь да его потрясают.

То же самое действует в отношении позитивных деяний: они окажут благотворное воздействие.

Владыка миров Мабхвата управлял четырьмя континентами и некоторыми небесными сферами. Говорится, когда-то в прошлом он однажды бросил Будде Випашьину полную горсть чечевицы. Четыре зерна чечевицы опустились в монашескую чашу Будды, а одно осталось висеть на его ушнише.

Во времена Будды был один брахман по имени Сурванавасу, из ладоней которого постоянно выскакивали золотые монеты. Его неистощимый запас монет был результатом его деяний в одной из предыдущих жизней, когда он был торговцем дровами. Он в той жизни одну золотую монету, которую заработал продажей дров, положив в глиняный сосуд, наполненный водой, поднес Будде Кашьяпе.

Канакаватса был старейшиной в Сангхе. Когда он родился, неожиданно появилось семь золотых слонов в хранилище сокровищ его семьи. Нечистоты и урина слонов состояли из золота, таким образом, Канакаватса был хорошо обеспечен. Царь Аджаташатру семь раз организовал попытки украсть слонов, но все попытки потерпели провал, так как слоны всякий раз неизменно опускались в землю (и возвращались к своему владельцу). Говорится, что это было результатом, восходящим к одной из предыдущих жизней, в которой Канакаватса реставрировал глиняную статую ездового животного Будды Канакамуни, слона, и покрыл её золотом.

Когда монахиня Шукла выскользнула из материнского чрева, она уже носила одежды из тонкого полотна. Когда она дала обеты, её одежды превратились в монашеское одеяние. Это имело силу в результате деяния в одной прежней жизни, когда она была нищей. В то время она

и её муж имели лишь одно-единственное одеяние, которое они носили поочередно, и поэтому могли покидать свое жилище лишь по очереди. Эту одежду они поднесли Будде Канакамуни, не обращая внимание на тот факт, что это могло означать их смерть. Оба испытали ещё в этой же жизни осязаемый результат своего деяния: царь и его супруги дали им одежду.

Поэтому нужно упражняться также в самых малых добродетелях и не считать их чем-то неважным. В *'Речах Будды'* говорится:

Не думайте, что малые добродетели
В будущих жизнях не возвратятся к вам обратно.
Как капли воды постепенно
И большой сосуд наполняют,
Так тоже и малые добродетели,
Которые неуклонно накапливаются,
В конечном счете вас побеждают.

Тем самым завершены первые два раздела. После того как мы узнали, что карма определенна? и что она усиливается, мы должны решиться на то, чтобы всегда делать благотворное, отклонять порочное, практиковать даже самую малую добродетель и не делать ни малейших проступков.

НЕ ИСПЫТАЕШЬ ОПРЕДЕЛЕННОГО ОПЫТА, ЕСЛИ НЕ СОЗДАНА СООТВЕТСТВУЮЩАЯ КАРМА (212)

Во время войны и в тому подобные периоды люди иногда рассказывают: "Я не носил никакого защитного амулета, но когда я стоял под градом пуль, то не был ранен." Это могло звучать удивительно, однако является примером того, что с вами не случится чего-то, если не была создана соответствующая карма.

Некоторым людям оружие сначала не может причинить вреда, но позднее они всё же оказываются убитыми. Можно слышать, как люди потом говорят: "Их амулет, должно быть, потерял свою силу", но это показывает лишь, что они не понимают причину и действие. На самом деле происходит следующее: вначале люди не были в ситуации, которая соответствовала бы их прежней карме, однако позже наступила соответствующая ситуация.

Тот, кто не имеет соответствующей кармы, тот не умрет, даже если он попадет в пожар. Мирянин Агнибху вместе с трупом своей матери оказался охвачен огнем, однако не умер и позже достиг архатства. Аджаташатру воровал золотых слонов (Канакаватсы) семь раз; однако он ничего от этого не имел, так как слоны всякий раз погружались в землю.

Шьямавати, супруга царя Удаяны, достигла состояния Более-Не-Возвращающегося (и поэтому могла летать). Пятьсот дам из её свиты узнали Истину (т.е. достигли Пути Видения). Но когда брахман Акала устроил в их покоях пожар (так как в одной из прошлых жизней они подожгли его хижину), они смогли лишь на небольшую высоту подняться в воздух. Шьямавати сказала: "Если кто-нибудь создал определенную карму, то лишь он сам будет переживать последствия!" Все низверглись в огонь, как моль на пламя, и сгорели. Лишь одна служанка по имени Кубджоттара, которая не обладала никакими магическими силами (но не имела никакой доли в соответствующей карме), смогла избегнуть огня, укрывшись в канаве с водой.

Когда Вирудхака вел войну против Шакьев, хотя и были все 77 тысяч членов рода "Вступившими-В-Поток", но всё же это не защитило их от того, чтобы быть убитыми. Некоторые, кто не создал соответствующую карму, спаслись бегством в одно весьма отдаленное место и смогли избежать общей участи, в то время как глава Шакьев погрузился в озеро.

Город Равана был погребен под земляным обвалом. Царь, министры и подданые -все вместе были похоронены, однако двум минстрам удалось избежать этого.

Были некоторые примеры, показывающие, что люди не имеют того опыта, на что у них отсутствует соответствующая карма.

ОДНАЖДЫ СОЗДАННАЯ КАРМА НЕ ИСЧЕЗАЕТ САМА ПО СЕБЕ (213)

В одной сутре говорится:

Карма существ
Не исчезнет даже за тысячи эонов.
Если были сделаны предпосылки и время созрело,
То карма будет нести плоды.

Карма ещё не слабеет даже после длительного времени, она не перестает существовать из-за того, что истощается и т.п. Раньше или позже действие обнаруживает себя, как это доказывает история об Арья Вибхудатте, который достиг архатства, но ни разу не получал подаяния. Несколько раз выглядело так, будто он получил что-то, но по какой-нибудь причине снова и снова полученное исчезало. Когда он лежал при смерти, то пил одну супообразную похлебку из золы и воды; потом он скончался.

Мирянин Шриджата имел такую малую заслугу, содействующую Освобождению, в своем сознании, что Архат (Шарипутра) не смог это узнать. Заслуга восходила к одной из прежних жизней Шриджаты, когда он переродился мухой. Эта муха, привлеченная запахом куска дерьма к сточной канаве, села туда и случайно обошла кругом ступу, когда нечистоты смыло водой.

Одну свинью как-то преследовала собака вокруг ступы - после своей смерти она переродилась в качестве божества.

Когда царь Вирудхака преследовал Шакьев, Бхагаван Будда имел - что касается обычного проявления - недуг спины. Это страдание восходило к одной из предыдущих жизней. В то время он был ребенком и радовался тому, что несколько рыбаков поймали две огромные рыбы и их съели. Рассказывают, Вирудхака сам погиб в огне, хотя и жил посреди воды.

Будда предсказал, что один приверженец джайнизма, по имени Духкхитака, умрет на еде, которую не сможет переварить. Джайнист вследствие этого начал поститься, но тем не менее умер, так как не вынес воды и сахарного тростника.

Нагарджуна достиг бессмертия, однако в одной из предыдущих жизней он оторвал шею муравью, когда косил траву. По причине этой кармы он молился о том, чтобы отдать свою голову, и впоследствии умер.

Шравака Маудгальяяна был учеником Будды, который по чудесным силам превосходил всех других; несколько священников, которые имели головы, наголо обритые, за исключением одной маленькой пряди волос на макушке, смогли, тем не менее, побить его своими палками. Тело Маудгальяяны выглядело после этого как размолоченный сноп соломы. Говорится: “Его плоть и его кости были превращены в кашу.” На вопрос Шарипутры, почему он не применил свои чудесные силы, Маудгаляяна возразил, что он полностью победит силу своей кармы; ему ни разу не пришло на ум, что он мог бы ввести в действие чудесные силы, совершенно не говоря уже о том, чтобы действительно это сделать. В одной из предыдущих жизней он сказал что-то обидное своей матери, карма сама по себе не исчезла и привела к этому результату.

Что касается результатов вашей негативной кармы, то они даже в вашей последней жизни (в качестве Бодхисаттв) будут настигать вас, если вы не очищаетесь посредством четырех противоядий, чьими основными элементами являются раскаяние и сдержанность (решимость не повторять содеянное). Результат однажды совершенного благотворного или порочного действия не исчезает. Карма никогда не пропадает, и поэтому мы должны наше поведение соответствующим образом исправлять, даже в отношении тончайших деталей. Эти вещи отчетливо и во всех подробностях объясняются в *‘Сутре о мудрецах и глупцах’*, в *‘Сотне стихов из сутр’*, в *‘Сотне биографий’*, в *‘Передаче Виная’* и так далее.

В следуюих двух разделах будут обсуждаться различные виды промахов и методы, посредством которых можно воспрепятствовать тому, чтобы благотворное не было разрушено гневом. Вы должны во всяком случае решиться на то, чтобы изменить ваше поведение и привести его в согласие с законом причины и следствия.

Вышеупомянутые разделы должны были прежде всего усилить нашу веру в причину и следствие. Когда вы приобрели достаточно веры и теперь хотите выровнять свое поведение по закону причины и следствия, то должны размышлять о десятеричном пути кармы. Он дает нам

в руки общую схему, которая описывает, что следует понимать под благотворным и неблаготворным, и благодаря этому для нас становится проще изменить наше поведение. Во *'Вступлении на Срединный Путь'* говорится:

Помимо нравственности нет никаких причин
Для более высокого перерождения или для Просветления -
Ни для обычных существ,
Ни для тех, кто рожден из просветленной Речи,
Ни для тех,
Кто ради себя захотел обрести Просветление,
Ни для Бодхисаттв.

Десятеричный путь кармы является, следовательно, основой всякого более высокого перерождения для тех, кто вступил на Путь; он является равным образом основой для того вида Просветления, к которому стремятся Шраваки или Пратьекабудды; и он является основой для высшего, совершенного Просветления Бодхисаттв. Для обычных существ, которые посвящают себя начальным упражнениям на ступени Пути для существ с низшими способностями, это безусловно является важным - перестройка своего поведения, - то есть внимательное отношение к черной и белой сторонам причин и следствий.

НЕКОТОРЫЕ ОСОБЫЕ АСПЕКТЫ ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ (214)

Этот раздел имеет три части: 1) черная сторона причины и следствия; 2) белая сторона причины и следствия; 3) наставление о деяниях, порождающих в особенности сильную карму.

ЧЕРНАЯ СТОРОНА ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ (215)

Здесь имеются опять же три темы: 1) обсуждение черной кармы; 2) различие между легкой и тяжелой кармой; 3) наставления о следствиях этих видов кармы.

ОБСУЖДЕНИЕ ЧЕРНОЙ КАРМЫ (216)

Если это так важно - принимать во внимание закон причины и следствия, вплоть до тончайших уровней, то на какой основе мы должны тогда изменять свое поведение? В *'Сокровищнице метафизики'* говорится:

Десять видов кармы,
Черной и белой,
Преподаются, чтобы общее обозрение
Кармы сделать.

Благотворное и порочное можно, следовательно, охватить десятью категориями. Не только обычные миряне, но также монахи и монахини должны изменять свое поведение. Лонгдол Лама Ринпоче попросил поэтому сделать печатное клише, чтобы опубликовать свои ошибки. В *'Бодхисаттвачарьяаватаре'* говорится:

Ты желаешь избегнуть страданий,
Но мчишься навстречу страданию.
Хотя ты тоскуешь всё время о счастье,
По причине неведения всё же
Свое разрушаешь ты счастье, как будто врага своего.

Другими словами: мы желаем, правда, быть счастливыми, но не знаем, как создавать благотворное, причину для счастья. Мы не хотим, правда, никакого страдания, но не понимаем, что порочное, причину для страдания, нам следует устранить. Таким образом, мы боремся со

счастьем - с тем, о чем мы, собственно говоря, тоскуем, - как будто это наш враг. Наше поведение - точно в обратном направлении.

Некоторые люди думают примерно следующим образом: “Я недостаточно умен, чтобы запомнить, какие действия являются десятью неблаготворными.” Однако если кто-то в состоянии выучить двадцать или тридцать песен, то он не может утверждать, что не может запечатлеть в памяти десять неблаготворных действий после того, как они ему были объяснены.

Мы не из-за того направляемся в низшие миры, что не знаем Дхарму или не изучали её, но потому, что хотя и знаем её, но не претворяем в практику. Мы должны, безусловно, учиться осуществлять Дхарму практически.

Следующий стих упоминает десять неблаготворных действий, которые должны быть отвергнуты:

Я раскаиваюсь во всех десяти неблаготворных действиях:
Трех - тела,
Четырех - речи и трех - ума.

Убийство, присвоение вещей, которые не были даны, и неправильное сексуальное поведение: это - три неблаготворных действия тела. Ложь, слова, сеющие раздор, ранящие слова и бессмысленная болтовня - это четыре неблаготворных действия речи. Три неблаготворных действия ума суть алчность, злонамеренность и ложное воззрение.

Каждое из этих неблаготворных действий имеет четыре аспекта: базис, намерение, действие и завершение.

УБИЙСТВО (217)

Базис убийства - это другое существо, которое хотят убить, например, овца. Намерение, или умысел, имеет три аспекта: идентификация, мотив и омрачение (клеша). “Идентификация” означает здесь, что объект безошибочно опознается как то, чем он является на самом деле. Мотивом в этом случае было бы желание убить. Омрачением может быть каждый из трех ядов сознания.

Если кто-то, чувствуя ярость по отношению к своему врагу и тому подобное, нападает на него с оружием и убивает его, то это было бы примером убийства из ненависти. Убийством из привязанности было бы, если бы кто-то убил овцу, потому что желает её мясо, шкуру и т.п. Если бы тиртика или человек с подобными воззрениями убил чувствующее существо, чтобы сделать жертвоприношение его мясом и кровью, и при этом думает или утверждает, что это не представляет собой никакого злодейства, то тогда это было бы “убийством из неведения”. Действие - это собственно акт убиения, при котором используется яд, один из пяти видов оружия или какой-нибудь иной метод. Убийство не обязательно происходит видимым способом - таким образом, когда кто-то пронзает кого-то ножом, - оно могло произойти также посредством черной магии, мантр и т.п. Завершение - это смерть другого существа. Если все эти слагаемые наличествуют, то кармическое действие убийства является полным.

Если кто-то приказывает кому-нибудь убить другого, то здесь нет разницы с тем, чтобы сделать это самому. В *‘Сокровищнице метафизики’* говорится: “Военные и тому подобные люди имеют все одинаковую цель: каждый отдельно взятый участник совершает деяние.” Это означает: если восемь человек совместно убивают одну овцу, то это никоим образом не обстоит так, что каждому выпадает на долю лишь часть негативной кармы; каждый в отдельности имеет неблаготворное действие - убийство овцы - полностью совершённым. Если генерал посылает много солдат на поле сражения, и погибает тысяча человек, то каждый солдат создал карму соответственно числу людей, которых он сам убил; генерал, напротив, накопил негативную карму убийства тысячи человек.

Здесь, в центральном Тибете, мы, наверное, подаем хороший пример, но я убежден, что монахи и монахини во всех других местностях Тибета подводят других людей к тому, чтобы они забили для них коров, говоря им: “Я ищу кого-нибудь, кто может кое-что исполнить для меня.” Но в этом случае накапливают оба, забойщик и персона, его к тому побуждающая, карму убийства чувствующего существа. Если бы монах собственноручно убил, то, по крайней

мере, он один лишь совершил бы неблаготворное действие. Насколько лучше было бы, если бы он никого другого не просил о помощи, а сам сделал забой! Тогда не пришлось бы ещё дополнительно кому-то взваливать на себя черную карму! Некоторые из вас желают, может быть, думать, что злодеяние не совершаешь до тех пор, пока смертельный удар не наносишь сам, однако они обманываются: побуждать других к убийству - это ещё более тяжелое преступление.

Несколько монахов и монахинь загнали однажды козу, овцу и быка в ограду. Когда дошло до приготовлений к тому, чтобы их зарезать, коза сказала двум другим: “Они хотят нас забить.”

“Но ведь они принимают каждый день Прибежище”, - сказал бык, “они складывают вместе ладони, закрывают свои глаза и говорят: ’Да будут все живые существа счастливы, и да обретут они причины для счастья.’ Они не станут нас убивать.”

“Они ученики Будды, - сказала овца, когда они вступали на Путь, то обещали следовать наставлениям, которые сопутствуют принятию Прибежища. Важнейшее из указаний гласит, что не следует вредить другим живым существам. Они не станут, наверняка, делать нам ничего болезненного!”

Животные всё оставшееся время проговорили друг с другом. Рано утром на следующий день пришел мирянин, мясник, к приюту монахов. Животные увидели его и подслушали следующий разговор:

“У меня сегодня очень много работы”, - сказал мясник, который действовал несколько раздраженно. “Не могли бы вы попросить кого-нибудь другого помочь вам?”

“У меня нет никаких других запасов для обеда, - упорствовал один монах, - помоги нам и зарежь троих сегодня.”

Мясник был вынужден пообещать сделать это.

Трое животных услышали, что смерть определенно уготована им. Двое, которые полагали, что с ними не может ничего случиться, жалобно всхлипывали. Как раз в этот момент пришел монах, перебирая пальцами бусины на четках, принял Прибежище и стал читать мантру *Ом мани падме хум*. Он захотел проверить, достаточно ли жирными были коза, овца и бык.

Трое животных объяснили ему, что не подобает монаху убивать чувствующих существ или других уговаривать сделать это. “Было бы лучше, если бы нас не стали убивать. Если же мы должны быть убиты, то тогда убей нас сам.”

Монах не реагировал. Мясник вернулся назад и связал троим животным ноги одной веревкой. Он ударил деревянным молотом быка, так что тот рухнул без сознания, таранил козу, вонзил в межреберье овцы острый нож по рукоятку и вскрыл ей артерию острым крюком. Так животные прошли через невообразимые страдания. Жалобным голосом бык закричал: “Все Будды десяти направлений, внемлите мне. Я имею плохую весть: монахи этой страны - это лишь слабое подобие настоящих монахов, ибо они убивают чувствующих существ - живых существ, которые когда-то были их матерями.” Стяг Дхармы поник, а знамя демонов развевалось высоко на ветру; все Будды и Бодхисаттвы были очень огорчены.

Это приключилось с монахом, козой, овцой и быком. Всё это случилось лишь ради одного обеда для монахов. В тексте *‘Ясное зерцало’* приводится более подробная версия этой истории.

Такие вещи вредят Учению; прекращение убийства других чувствующих существ имеет самое актуальное значение. Мой собственный Учитель, мое Прибежище и мой Защитник, понимал это особенно хорошо - что следует побуждать других к раскаянию и к тому, чтобы отказаться от убийства других чувствующих существ. И когда я был в Кхаме, то мне удалось ограничить массовые забои скота, которые в прошлом нередко совершались в Сог Цендене и других монастырях. Я считаю это самым лучшим из того, что смог сделать в этой жизни для Дхармы.

БРАТЬ ТО, ЧТО НЕ БЫЛО ДАНО (218)

Здесь базисом является имущество других персон. Намерение имеет три аспекта: объект должен быть безошибочно идентифицирован; мотив - взять себе объект, хотя он не был дан; омрачение - один из трех ядов сознания. Если воровство совершается в отношении имущества

врага, то лежащее в основе его омрачение - это, к примеру, гнев. Или основным омрачением является привязанность, если, например, кто-то желает иметь чужую собственность и с помощью трюка забирает её себе. Примером воровства, совершаемого из неведения, служит небуддийская традиция, в которой действуют под девизом: “Если брахман беднеет, то воровство для него является Дхармой.” Приверженцы таких воззрений не считают, следовательно, воровство преступлением.

Что касается самого действия, то к воровству относятся не только те действия, которые, к примеру, кем-то совершаются с воровским намерением тайком, под покровом ночи. “Брать то, что не было дано” - может относиться к тому, что монах или монахиня допускает злоупотребление в отношении пожертвований, чиновник присуждает к незаслуженному денежному штрафу, а также к тому виду щедрости, когда человек отдает мелочь в надежде получить крупную денежную сумму, и так далее.

Когда монах нарушает монастырские правила, его заставляют делать простирания и тому подобное. Так предотвращаются подобного рода проступки.

Ещё раз резюмирую: часто случается, что человек желал бы иметь что-то определенное, хотя владелец не хочет с этим расставаться. Возможно, человек в таком случае придумывает какие-то интриги - так, чтобы другой не имел более никакого шанса удержать эту вещь при себе. Мы пребываем в постоянной опасности совершить этот вид воровства. Однако мы являемся также ворами, если делаем одну из следующих вещей: если мы кому-то даем имущество третьей персоны, даже если оно имеет ценность лишь в несколько монет (*цхо*). Или если нам кто-то одалживает предмет, и мы через некоторое время думаем: “Как хорошо было бы, если бы он об этом забыл.” Обнаружив потом, что владелец одолженной вещи фактически забыл о ней, мы включаем её в свое имущество.

Завершение действия осуществлено, если человек думает, что теперь вещь принадлежит ему: тем самым он стал вором. Если вы являетесь монахом-послушником, то это сравнимо с нарушением главного обета; полностью ординированный монах тем самым нарушает главный обет.

НЕПРАВИЛЬНОЕ СЕКСУАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ (219)

Базисом у мирян является: всякое неправильное телесное отверстие, следовательно, всякое телесное отверстие, кроме влагалища; всякое неправильное время - к примеру, если жена беременна, или если один из партнеров дал обеты на один день; в неправильном месте - к примеру, в присутствии собственного Учителя или вблизи ступы; с неподходящим партнером - к примеру, с собственной матерью или с собственным отцом. Нужно несомненно осознавать, что при совершении действий речь идет о неправильном сексуальном поведении.

Иначе обстоит у монахов и монахинь: при нарушении ими главного обета целибата не имеет значения, признает он или она это в качестве ошибочного поведения. У монахов и монахинь всякий вид сексуальной активности считается за неправильное сексуальное поведение.

Здесь лежащим в основе омрачением является один из трех ядов сознания. Намерение - желание осуществить неправильное сексуальное поведение. Действие затем является действительно совершенным, если оба органа соприкасаются и т.п. Завершение осуществлено, если испытывается оргазм.

ЛОЖЬ (220)

Имеются восемь видов *вещей*, о которых можно сказать неправду: 1) вещи, воспринятые одним из видов чувственного сознания, следовательно, увиденные либо услышанные, воспринятые обонянием, осязанием, вкусом, либо прочувствованные; 2) вещи, которые воспринимались всеми видами чувственного сознания; 3) вещи, которые не воспринимались ни зрительным сознанием, ни одним из других видов сознания; 4) вещи, которые не воспринимались никакими видами сознания чувств; 5) вещи, которые воспринимались ментальным сознанием; 6) вещи, которые не воспринимались ментальным сознанием; 7) вещи, которые познаваемы; 8) вещи, которые не познаваемы.

Ложь произносят по отношению к *существу*, которое понимает то, что ему говорят на человеческом языке. Намерение имеет несколько аспектов: человек должен отдавать себе отчет в том, что, к примеру, ложно утверждает ‘не видел этого’, хотя в действительности видел. Мотив - хотеть сказать нечто такое. Омрачением служит один из трех ядов сознания.

Само действие - это либо высказывание лжи, либо ложь без слов, скажем, выраженная движением головы. Действие завершено, если другая персона понимает, что было сказано.

Было бы, с другой стороны, неправильно говорить правду, если бы некоторые потенциальные убийцы вас спросили: “Куда пошла наша жертва?” Те, кому это кажется сомнительным, могут поступать следующим образом. Если их спросили: “В этом ли направлении пошел человек?”, они могут сказать что-то невразумительное, чтобы отделаться от спрашивающего, произнеся нечто вроде: “Я пойду сегодня вечером навестить того-то.”

СЕЯТЬ СЛОВАМИ РАЗДОР (221)

Базисом этого деяния являются люди, которые хорошо ладят друг с другом, или такие, которые не уживаются друг с другом. Они должны быть безошибочно идентифицированы. Намерением здесь является желание посеять раздор; омрачение - один из трех ядов сознания. Деяние затем выглядит следующим образом: желают посеять раздор между людьми, которые хорошо ладят друг с другом, или не имеют желания снова помирить тех, кто не уживается. При этом нет разницы, являются слова, сеющие раздор, истинными или нет. Некоторые люди думают, что делать что-то такое - это нечто положительное, однако они заблуждаются. Сеяние раздоров причиняет большой вред, поэтому это не может быть правильным.

Действие завершено, если люди поняли значение ваших слов. Результирующая карма является, правда, не полной в случае, если ваши вносящие раздор слова имеют противоположное воздействие. В том случае, когда ваши слова не приводят ни к какому разъединению между людьми, так как они их не поняли, - следовательно, не ведут к тому, чтобы люди больше не уживались вместе и так далее, - соответствующая карма не создается.

ОСКОРБИТЕЛЬНЫЕ СЛОВА (222)

Базисом этого действия является либо чувствующее существо, в отношении которого развивается плохой умысел, либо неодушевленный объект вроде колючки.

Объект должен быть безошибочно идентифицирован. Омрачение - один из трех ядов сознания. Намерение - это желание сказать такие слова. Деяние означает, что подчеркиваются ошибки или недостатки в характере, происхождении, телесные дефекты и тому подобное у другой персоны. При этом не играет никакой роли, говорится правда или ложь, следовательно, обращаются ли, к примеру, к одноглазому или к нормально видящему человеку: “Ты кривой!” Посредством такого рода критики совершается проступок - произнесение оскорбительных слов, как только другая персона чувствует себя оскорбленной - хотя бы и были сказаны эти слова мягким тоном.

Действие завершено, если значение слов было понято (тем, кому они адресовались). Так как слова должны пониматься (для завершенности оскорбительной речи), то кармический процесс остается постоянно незавершенным, если оскорбления раздаются в отношении неодушевленных вещей.

БЕССМЫСЛЕННАЯ БОЛТОВНЯ (232)

Базис этого действия - несущественные предметы. Есть осознание того, что предмет разговора является чем-то незначительным. Тема болтовни - это, может быть, знаменитый царь или нечто иное; всё, что угодно, может стать темой. Намерением здесь является желание разговаривать. Омрачением является один из трех ядов сознания. Деяние - это разговор о царе, армии или о чем-то другом.

Когда в сегодняшние дни на территории монастыря собирается большая группа монахов, мы беседуем о многих вещах: правительство, Китай, Индия и так далее. Это -

бессмысленная болтовня. Пустая болтовня - это самое незначительное из десяти неблагих действий, однако прежде всего она является действием, посредством которого мы растрачиваем напрасно свою человеческую жизнь. Через зло бессмысленной болтовни совместные (религиозные) ритуалы становятся испорченными. Кроме того, монахи встречаются нередко в их комнатах и разговаривают слишком много во время перерывов. Атиша сказал: “Когда ты находишься в обществе, проверяй свою речь; когда ты наедине с собой, проверяй свой ум.” Итак, вы должны быть предусмотрительными, даже если бы у вас был всего лишь один единственный друг.

Истории и дискуссии о небуддийских сочинениях равным образом считаются бессмысленной болтовней.

За исключением неправильного сексуального поведения, карму этих неблаготворных действий тела и речи можно создать также тем, что заставляешь других совершать их.

АЛЧНОСТЬ (224)

Базис - это имущество другого. Представьте себе, что идете в магазин. Там вы видите какие-то желанные товары. Вы думаете: “Ах, если бы только я имел это!”, и становитесь от желания почти больным.

При этом объект, к которому относится желание, должен быть правильно идентифицирован.

Намерение, деяние и завершение действия - все вместе содержатся в этой одной мысли. Намерение - это мысль: “Вот бы мне принадлежал этот или тот желанный предмет!”. Омрачением служит один из трех ядов сознания. Собственно деяние происходит, если в мысли перевешивает: “Я буду обладать предметом.” Завершение действия налицо, если мысль становится ещё сильнее, и человек решается сделать что-нибудь, чтобы приобрести желанный предмет.

Можно развить алчность даже в отношении собственного имущества.

Когда в Лхасе мы посещаем магазин, в нас возникает, к примеру, сотни тысяч раз алчность, так как во всем, что мы там делаем, не хватает бдительности. Мы должны были бы применять противоядие от алчности и размышлять о том, что эти иллюзорные блага не имеют никакой подлинной ценности.

ЗЛОНАМЕРЕННОСТЬ (225)

Базис, омрачение и так далее - те же самые, как при оскорбительных словах. Намерением служит либо желание навредить, к примеру, ударить или убить того, к кому это относится, либо желание вроде этого: “Как было бы хорошо, если бы эту персону постигло несчастье.” Деянием была бы более выраженная мысль об этом. Завершением служит решение навредить другому.

Мы осуществляем умиротворяющие, умножающие, могущественные и гневные виды тантрической активности. Если мы не делаем этого со стабильным благотворным намерением и во имя блага чувствующих существ, то существует опасность, что они становятся разновидностью игры алчности, злонамеренности и так далее. Поэтому мы должны быть предусмотрительными.

ЛОЖНЫЕ ВОЗЗРЕНИЯ (226)

Базисом является нечто существующее: причина и следствие, Четыре Благородные Истины, Три Драгоценности и так далее. Ложным воззрением было бы отрицать существование этих вещей, к примеру, говорить, что их нет.

Пример: тиртика Рши Акшипада возжелал собственную дочь и хотел с нею возлечь на ложе. Поэтому он сочинил текст *‘Сотня тысяч стихов’*, в котором утверждал, что не

существует никакой жизни, кроме настоящей. Другими примерами служат шестьдесят ложных воззрений и так далее.

В этом случае не знают, что то, что отрицается, в реальности соответствует фактам. Деянием является намерение отрицать то, что представляет базис. Завершение деяния - убеждение, что этого не существует.

В обычном состоянии представляется невероятным, чтобы мы сделали все шаги этого прегрешения, но существует опасность, что через плохое общество мы склонимся к этому. Под “плохим обществом” имеются в виду люди с незначительными заслугами.

Так как мы ныне в состоянии ясно узнать эти десять действий, то должны их добросовестно избегать.

РАЗЛИЧИЕ МЕЖДУ ТЯЖКОЙ И НЕЗНАЧИТЕЛЬНОЙ КАРМОЙ (227)

Эта тема имеет шесть разделов.

ВЕСОМОСТЬ КАРМЫ В СИЛУ ПРИРОДЫ ДЕЙСТВИЯ (228)

Последовательность объяснения кармических действий тела и речи соответствует степени их тяжести. Сначала идет самое тяжкое деяние, убийство; последующие являются, смотря по обстоятельствам, менее весомыми. Эта последовательность отражает, как много страданий данным действием причиняется другим существам. Пример: мы, люди, являемся, правда, очень разными, но, пожалуй, нет никого, кто был бы привязан к своему имуществу больше, нежели к своей жизни. Поэтому убийство причиняет больше страданий другим людям, чем воровство.

В отношении трех неблаготворных действий ума дело обстоит наоборот, здесь сначала упоминаются незначительные и в последнюю очередь - самые весомые действия.

ВЕСОМОСТЬ КАРМЫ ИЗ-ЗА НАМЕРЕНИЯ (229)

Если омрачение, побуждающее к действию, является очень могущественным, то неблаготворное действие - скажем, оскорбление вами какой-нибудь персоны, когда вы называете его ”старой паршивой собакой”, - по своей природе является скорее незначительным, намерение же, вроде глубоко засевшего гнева, делает деяние более тяжелым.

ВЕСОМОСТЬ КАРМЫ ИЗ-ЗА ХАРАКТЕРА САМОГО ДЕЙСТВИЯ (230)

Примером этого было бы убийство, совершенное особо садистским способом. Также является более тяжким убийство слона, чем убийство, к примеру, насекомого. Если убивают животных больших размеров или значительной физической силы, то это относится к тяжким преступлениям, потому что эти животные больше страдают. В некоторых странах лягушек, домашнюю птицу и определенных насекомых заживо поджаривают над огнём. Подобное является тяжкой кармой по причине природы действия и по характеру самого деяния.

ВЕСОМОСТЬ КАРМЫ ИЗ-ЗА БАЗИСА (231)

ВЕСОМОСТЬ КАРМЫ ИЗ-ЗА БАЗИСА (231)

Считается, например, тяжким преступлением, если на таких кармически особо весомых существ, каковыми являются, при кармическом рассматрении, собственный Гуру, Мастер, предоставивший обеты, Бодхисаттвы, члены Сангхи или собственные родители, был брошен косой взгляд.

ВЕСОМОСТЬ КАРМЫ ИЗ-ЗА ПОСТОЯННОГО ПОВТОРЕНИЯ (232)

Бессмысленная болтовня, например, становится потом тяжким деянием, если ей предаваться постоянно.

ВЕСОМОСТЬ КАРМЫ ИЗ-ЗА НЕПРИМЕНЕНИЯ ПРОТИВОЯДИЯ (233)

Проступки в сознании личности, которая никогда не совершает ни одного-единственного благотворного дела, являются в высшей степени тяжелыми.

Кармическое действие, следовательно, становится более весомым, если наличествует один из этих шести факторов; однако действие может испытать влияние более чем одного или даже всех шести факторов. Два фактора представлены в следующих примерах: кто-то очень рассержен и бросает на Бодхисаттву гневный взгляд, или кто-то убивает животное особо садистским способом. Если кто-то, исходя из большой привязанности, танцует и поёт, то это является примером действия, которое стоит под влиянием лишь одного отягчающего фактора. Все шесть факторов представлены, если, например, мясник, который постоянно действует лишь негативно и никогда не делает благотворного, впадает в сильный гнев на своих родителей и убивает их садистским образом.

Наши негативные действия желают казаться незначительными, но так как существуют многие отягчающие факторы, то они всё же чуть ли не всегда являются весомыми.

ПОСЛЕДСТВИЯ КАРМЫ (234)

Есть три вида последствий: созревшие последствия, последствия, согласующиеся с причинами, и последствия в среде (экологические последствия).

Если кто-то совершил одно из десяти неблаготворных действий, то испытывает вместо трех четыре вида последствий, потому что последствия, согласующиеся с причиной, подразделяются в этом случае на *переживания*, согласующиеся с причиной, и на *деяние*, согласующееся с причиной.

Очень тяжкие преступления ведут к перерождению в аду; преступления средней тяжести - к перерождению в качестве голодных духов, и незначительные прегрешения - к рождению в качестве животного. Рассмотрим, например, убийство: созревшим последствием было бы перерождение преступника в аду. По прошествии определенного периода времени он освобождается из ада и перерождается в качестве человека - но у него короткая жизнь, и он часто болеет. Это соответствует переживаниям, согласующимся с причиной. Может быть, он также уже с малых лет имеет склонность к убийству - это было бы деянием, которое соответствует причине. Последствия в среде ввергают его в место проживания, где пища, питье, лекарства и так далее - низкого качества и эффективности.

Лучше перерождаться в аду, где наше тело полностью сливается с огнем, чем быть человеком, который находит удовольствие в убийстве. Потому что снова убивая, мы запускаем процесс заново, и это относит нас ещё раз в низшие сферы. Самыми обескураживающими являются последствия, согласующиеся с причиной. Поэтому мы должны очень постараться найти методы предотвращения таких деяний, которые вместо них способствовали бы деяниям, согласующимся с благотворными причинами.

Теперь можно друг за другом рассмотреть другие преступления, такие, как воровство и так далее. Переживания, согласующиеся с причиной, суть следующие: в случае воровства человек будет иметь мало имущества или должен будет делить его с другими; в случае неправильного сексуального поведения его снова и снова будут покидать последователи, слуги или спутники жизни; в случае лжи другие не будут иметь к нему доверия; в результате слов, сеющих раздор, он будет иметь мало друзей и никаких последователей, слуг и так далее; в результате оскорбительных слов другие будут плохо говорить о нем; в результате бессмысленной болтовни некоторые слова будут иметь мало веса, так что другие будут мало прислушиваться к тому, что он говорит; в результате алчности он не будет достигать собственных целей; в результате злонамеренности он будет пуглив и труслив; в случае ложных воззрений он будет слепым в отношении правильного видения.

Мы можем наблюдать, что некоторые злодеи долго живут и очень успешны в делах; другие люди, которые посвящают себя Дхарме, являются, напротив, больными, имеют короткую жизнь, и с ними случаются всевозможные несчастья. Для этого имеются многие причины: причины для этих последствий были заложены в прежних жизнях. Речь идет о двух различных линиях причин и следствий, которые действуют отдельно друг от друга. Когда с нами в этой жизни случаются какие-то неприятности, мы предполагаем, что какие-нибудь близлежащие состояния являются ответственными за это - но при этом мы заблуждаемся. Все эти вещи восходят к прежним жизням.

Деяния, согласующиеся с причиной, к примеру, таковы: существуют люди, в этой жизни уже с малых лет имеющие склонность к воровству. Эта предрасположенность восходит к предыдущим жизням, в которых они брали себе вещи, которые не были даны им. Имеются дети, чувствующие радость от воровства и кладущие в свою сумку даже столь незначительные вещи, как гвозди. Они подобны кошкам, мышам и другим животным, которые являются очень искусными ворами. Другие деяния, согласующиеся с причиной, следуют согласно тому же принципу; исходя из этого, легко понять, что имеется в виду. Что касается алчности, злонамеренности и ложных воззрений, то деяниями, согласующимися с причиной, считают возрастание привязанностей, враждебности и неведения.

Воровство порождает следующие последствия в среде: мы живем в местности с бедными урожаями и и плодами, в которой часто бывают сильные морозы, град и другие тяжелые условия, где являются скудными молоко, йогурты и другие молочные продукты. В качестве последствий неправильного сексуального поведения мы должны будем жить в болотистой, грязной местности; в качестве последствий лжи люди живут среди множества обманщиков; в качестве последствий слов, вносящих раздор, придется жить в неровной местности; в качестве последствий оскорбительных слов придется переродиться в местности, полной пней и зарослей; в качестве последствий бессмысленной болтовни будут плохие урожаи, и не будут вовремя идти дожди; в качестве последствй алчности будут в скудости приятные вещи; в качестве последствий злонамеренности будет много войн, болезней, войн и голода; в качестве последствий ложных воззрений будут иссякать источники воды, и станут истощаться залежи драгоценных камней.

Если вы изучили и знаете, какие последствия имеют неблаготворные деяния, и несмотря на это, потом сознательно совершаете их, то это подобно тому, что вы с открытыми глазами шагаете в пропасть.

Почва была когда-то довольно хорошей, теперь она больше не является хорошей, она стала неплодородной: такие вещи являются последствиями кармы. В этом счастливом эоне времени земля была вначале превосходной, но потом её качество постепенно понизилось, и сегодня повсюду видны борозды и овраги (приметы эрозии почвы).

БЕЛАЯ СТОРОНА ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ (235)

Эта тема раскрывается в двух разделах: 1) собственно процесс белой кармы; 2) последствия белой кармы.

СОБСТВЕННО ПРОЦЕСС БЕЛОЙ КАРМЫ (236)

Если просто прилагать усилия к тому, чтобы избегать десяти неблагтворных действий, то благодаря этому ещё не совершается процесс белой кармы. Он лишь тогда совершается, когда представлены следующие факторы: проступок должен правильно оцениваться; нужно избегать его совершения после того, как признан его вред; и нужно задаться мыслью о том, чтобы полностью отказаться от подобных действий, следовательно, упражняться в нравственной дисциплине. Благотворное деяние отказа от убийства имеет четыре фактора: базис, намерение, деяние и завершение. Рассмотрим белое кармическое деяние, заключающееся в том, чтобы не убивать овцу. Базис этой кармы - овца. Вы признали, какой вред проистекает из убийства овцы, и имеете желание не убивать её. Мысль: “Было бы неправильно - убить овцу”, - это суть

намерение. Стоит этой мысли ещё более усилиться, и вы признаете, что это действительно было бы преступлением - убить овцу, и потом вы прилагаете усилия, чтобы отказаться от совершения убийства овцы; тогда это старание (удержаться от убийства овцы) суть белое кармическое деяние отказа от убийства. Кармический процесс затем завершен, если вы твердо решились не убивать овцу и отказываетесь от убийства: вы поняли, какой вред получился бы, если бы вы убили овцу, и вознамериваетесь воздержаться от убийства - что является кармическим действием тела. Это - завершение белой кармы, которая состоит в отказе от убийства.

Если вы оказываетесь в ситуации, в которой могли бы что-то украсть, вы, может быть, решитесь не делать этого, подумав: "Этот ценный предмет может стать причиной для страдания и моего падения. Такое злодеяние явилось бы причиной для моего перерождения в низших сферах, следовательно, было бы ошибкой совершить его." Усилие по отказу от этого действия суть деяние. Кармический процесс затем завершен, если решение отставить действие воровства несомненно принято вами. Те же самые принципы можно применить ко всем другим преступлениям, к примеру, в отношении неправильного сексуального поведения.

ПОСЛЕДСТВИЯ БЕЛОЙ КАРМЫ (237)

Эта тема излагается в трех разделах.

ПОСЛЕДСТВИЯ, ПРИШЕДШИЕ К СОЗРЕВАНИЮ (238)

По причине сильной благотворной кармы вы переродитесь богом в высших сферах (в Сфере Форм или в Сфере Без Форм). Благтворная карма средней степени ведет к перерождению в качестве бога в Сфере Желаний, и незначительная позитивная карма ведет к перерождению в качестве человека.

ПОСЛЕДСТВИЯ, СОГЛАСУЮЩИЕСЯ С ПРИЧИНОЙ (239)

Здесь упоминаются два вида последствий. *Переживания*, согласующиеся с причиной: долгая жизнь, богатство, гармония в партнерстве; внимательное восприятие другими произносимых вами слове; гармония в кругу друзей и так далее.

Деяния, которые согласуются с причиной, обнаруживаются у некоторых людей, например, у реинкарнированных Лам, которые с самого рождения спонтанно развивают Отречение и Сострадание.

ПОСЛЕДСТВИЯ В ОКРУЖЕНИИ (ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ)(240)

Эту тему легко понять. Речь идет о соответствующих противоположностях уже упоминавшихся последствияй в окружении для десяти неблаготворных действий: жизнь в местности, где пища, питье и медикаменты хорошего качества и высокой эффективности и так далее.

ФАКТОРЫ, КОТОРЫЕ ЗАСТАВЛЯЮТ КАРМУ СТАНОВИТЬСЯ В ОСОБЕННОСТИ СИЛЬНОЙ (241)

Эта тема объясняется в четырех разделах.

УСИЛЕНИЕ КАРМЫ ИЗ-ЗА ПОЛЯ (242)

Деяние щедрости становится всё более могущественным, если оно совершается по отношению к обычным людям, собственным родителям, набожным затворникам, практикующим мирянам или ординированным Бодхисаттвам, по отношению к Буддам или к собственному Гуру. Если

бросить высокомерный взгляд на Бодхисаттву, то это намного более тяжкое преступление, чем если бы кто-то бросил в тюрьму всех чувствующих существ трех сфер и выколол бы им глаза. Позитивная карма также намного больше, если сложить вместе руки с чувством веры и почтения к этому Бодхисаттве, чем если бы всех живых существ освободить из тюрьмы и вернуть им зрение. Аналогичным образом, монах нарушает лишь второстепенный обет, если убивает животное, но - главный обет, если он убивает человека.

УСИЛЕНИЕ КАРМЫ ИЗ-ЗА ТОГО, ЧТО БЫЛИ ПРИНЯТЫ ОБЕТЫ (243)

В одной сутре говорится, что позитивная карма усиливается у того, кто дал обеты, по сравнению с тем, кто не имеет обетов. То же самое действует в отношении негативной кармы: если монах или монахиня совершает ничтожное преступление, то это является более весомым деянием, чем совершенные мирянином десять неблаготворных действий. Поэтому плохо, если люди, давшие бодхисаттвенские и тантрические обеты, поступают негативно.

Некоторые избегают того, чтобы давать обеты, ибо они слышали, что проступки становятся тяжелее, если человек имеет обеты. Эта установка в основе своей неверна. Во *'Вступлении на Срединный Путь'* говорится: "Нет другой причины для более высокого перерождения, чем нравственность." Следовательно, если хотите в будущей жизни достигнуть человеческого бытия, то безусловно должны дать обеты и соблюдать их. Если этого не делать и практиковать, к примеру, лишь щедрость, то, возможно, переродитесь в качестве животного, например, нага.

Человек, давший обеты, накапливает продолжительно благотворную карму. Кто, напротив, придерживается "негативной клятвы", то накапливает продолжительно негативную карму. У мясника, например, или у того, кто для поддержания своей жизни зарабатывает продажей алкоголя, негативная карма умножается постоянно, даже если он или она спит или отдыхает.

Предположим, что из двух людей, проживающих вместе, один дал обет не убивать, а другой - не давал. Оба, к примеру, в течение всего времени не убивают. Но тот, кто не дал никакого обета, не создает благодаря этому благотворную карму, которая возникает, когда человек дает обет не убивать. У личности, имеющей обет, напротив, позитивная карма ежедневно умножается. Таким образом люди, давшие обеты практикующего мирянина, монашеские обеты послушника или полного монаха или монахини, могут, возможно, даже не прилагать особых усилий, чтобы накапливать благотворное, но, несмотря на это, у них умножаются по меньшей мере пять, тридцать шесть или 153 вида позитивной кармы - даже когда они спят. И это относится в ещё большей степени, прямо-таки не поддающейся оценке, к людям, давшим обеты Бодхичитты. В *'Бодхисаттвачарьяаватаре'* говорится:

После этого их заслуги даже
Во сне или в моменты утраты бдительности имеют
Великую силу.
Беспрерывно растут их заслуги
И становятся в конечном счете необъятными, как само пространство.

У людей, давших тантрические обеты, заслуги умножаются в ещё сотню тысяч раз. Тот, кто не дал никаких обетов, не развивает этих особых заслуг. Сопоставьте эту личность и того, у кого заслуги ежедневно умножаются и благодаря этому произрастает великая польза! Недальновидные люди должны остерегаться ложных воззрений; нужно также поощрять мирян давать однодневные обеты, обеты однодневного поста и обеты Бодхичитты.

Существуют два вида негативных деяний: естественные и такие, которые являются негативными потому, что противоречат установленным Буддой правилам. Деяния первого вида имеют следующие признаки: их причины - неблаготворное намерение; их природа - они являются неблаготворными по природе самого действия; их последствия - это часть их природы, что они порождают неприятный результат. Когда эти факторы наличествуют, то имеет место преступление - независимо от того, даны обеты или не даны.

Другой вид негативных деяний, кармические действия или помрачения, которые противоречат установленным Буддой правилам, имеют следующие признаки: причина - она

возникает из благотворных или нейтральных мыслей; их природа - они являются нейтральными по природе самих действий; их результат - в их природу не входит порождение неприятного результата.

Когда вы нарушаете второстепенный обет и причиной, следовательно, вашей мотивацией, является неблаготворное, - как это бывает при мысли, что можно просто игнорировать свои обеты, - то это суть негативное деяние и нарушение обета, негативное как по природе самого действия, так и в силу того, что оно противоречит правилу Будды. Напротив, если второстепенный обет нарушается на основе нейтрального намерения, то это, правда, противоречит установленным Буддой правилам, но, тем не менее, не является действием, негативным по природе самого действия. Если монах убивает животное, то он тем самым совершает негативное действие, негативное по природе самого действия - убийство животного, и нарушает свой второстепенный обет - он нарушает установленное Буддой правило, ибо убийство животных представляет собой прегрешение против монашеских обетов.

Действия, являющиеся негативными по природе самого действия, и нарушения обетов могут быть одинаковой природы, однако они рассматриваются как две отдельные вещи. Правда, бывает так, что человек в случае нарушения обетов применяет много противоядий, как, например, четыре силы, чтобы полностью очистить негативные по природе самого действия проступки, которые имеют одинаковую природу с теми действиями, что представляют собой нарушение обета, однако сами нарушенные обеты тем самым ещё не восстановлены. Равным образом кто-то мог восстановить правильным способом свои нарушенные обеты, но негативное деяние ещё не очищается - до тех пор, пока он или она ещё не искупил их посредством четырех сил.

Обеты Пратимокши принимают, стоя перед лицом собственного настоятеля, Мастера монашеской ординации и других членов Сангхи. Поэтому обеты должны восстанавливаться также в присутствии монахов или других членов Сангхи. Нарушения, совершенные против обетов Болдхичитты, должны быть признаны перед собственным Гуру, перед Буддами и Бодхисаттвами и очищены. Если были допущены нарушения против тантрических обетов, то в них нужно покаяться в присутствии собрания божеств соответствующей мандалы и очиститься.

В то время, когда вы совершаете особенно много благотворного и накапливаете много заслуг, делая, например, подношения, пользу можно ещё более увеличить, если прежде дать обеты - по крайней мере, махаянские обеты на один день.

УСИЛЕНИЕ КАРМЫ НА ОСНОВАНИИ ДЕЙСТВИЯ (244)

В качестве примеров, иллюстрирующих это положение, можно сказать: давать существам Дхарму - это лучше, чем давать им материальные вещи. Делать подношения собственной практики Гуру и Буддам - это лучше, чем делать им материальные подношения.

КАРМА УСИЛИВАЕТСЯ НА ОСНОВАНИИ НАМЕРЕНИЯ (245)

Если прочитать одну-единственную молитву, обращенную к Таре, или возжечь один-единственный масляный светильник, то это может стать очень сильным позитивным действием, если оно связано с Бодхичиттой. Деяние имеет в этом случае больше силы, чем если бы были поднесены сотня или даже тысяча масляных светильников.

Я давал сейчас наставления о том, что вообще подлежит устранению - следовательно, что является неблаготворным, - и что следует практиковать - именно благотворное.

Кроме того, я объяснил методы, посредством которых можно, применяя их искусно, не прилагая слишком больших усилий, накопить очень большую массу заслуг и уменьшить неблаготворное. Если монах, например, совершает единожды предварительные ритуалы и имеет при этом мотивацию Бодхичитты, то тогда его деяния усиливаются по каждой из четырех позиций: 1) на основании Поля Заслуг, 2) в силу данных обетов, 3) на основании деяния и 4) благодаря его намерению.

Следует также проводить различие между *причиняющей* и *завершающей* кармой. Причиняющая карма может быть либо благотворной и порождать перерождение в высших сферах, либо неблаготворной и стать причиной перерождения в низших сферах. Завершающая карма является не столь определенной: можно иметь благотворную причиняющую карму и одновременно благотворную или неблаготворную завершающую карму. Наоборот, причиняющая карма может также быть неблаготворной, а завершающая - либо благотворной, либо неблаготворной. Итак, существуют четыре возможности.

Если кто-то хочет достигнуть счастливого человеческого рождения, к примеру, правителя мира, то должны быть благотворными оба вида кармы. В случае человеческого перерождения, отягощенного одной из неприятных вещей и трудностей, - например, это жизнь нищего, - говорят о благотворной причиняющей карме и неблаготворной - завершающей. Примером перерождения на основании неблаготворной причиняющей кармы и благотворной завершающей кармы является рождение лошадью, мулом или собакой, которые являются собственностью Далай-ламы или Панчен-ламы.

Одно-единственное действие может стать причиной одного за другим перерождений во многих телах. Один монах сказал однажды группе монахов: “Вы слушаете, как лягушки.” Это привело к пятиста перерождениям в качестве лягушки. С другой стороны, многие деяния могут также вести к одному-единственному перерождению, Тут имеется много вариантов.

Карму различают также ещё следующим образом: неизменная карма; изменчивая карма; карма созданная и накопленная; карма, созданная, но не накопленная; карма, накопленная, но не исполненная.

Последствия неизменной кармы могут обнаруживаться в трех различных временных периодах. При *осязаемых последствиях* результаты действия переживаются - по причине особенно сильного намерения или особого Поля Заслуг - ещё в этой жизни, в которой действие было совершено. При карме, переживаемой после перерождения, результаты действия обнаруживаются в следующей жизни. При карме, переживаемой в одном из множества перерождений, последствия обнаруживаются через следующую жизнь или в ещё более позднем перерождении. Тот, кто желает изучить эту тему во всех подробностях, должен посоветоваться с такими трудами, как *‘Большое’* и *‘Среднее изложение этапов Пути’* Цонкапы.

НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ (246)

Страх, который возникает во время размышлений о последствиях неблаготворных деяний, должен привести нас к тому, чтобы отказаться от них и практиковать правильным образом десять благотворных действий. Если мы пойдем этим путем. то не попадем в низшие сферы, а достигнем перерождения в качестве человека или бога. Однако для тех, кто желает достигнуть Освобождения или Всеведения, этого не достаточно. Они должны обрести особое перерождение в высших сферах, снаряженное восемью признаками зрелости, потому что посредством них они могут добиться гораздо большего прогресса на Пути, чем это было бы возможно при обычном ходе вещей. Мы должны, исходя из этого, стремиться к такому перерождению с восемью признаками. Великий Цонкапа сказал:

> Вы не будете иметь никакого прегресса
> До тех пор, пока не достигнете перерождения
> Со всеми признаками,
> Которое позволит вам вступить на возвышенный Путь.
> Упражняйтесь в том, чтобы сотворить причины для всех этих признаков.

Эта тема рассматривается под тремя надзаголовками: 1) признаки созревания; 2) их функции; 3) их причины.

ПРИЗНАКИ СОЗРЕВАНИЯ (247)

Существует восемь таких признаков: долгая жизнь, видное тело, семья с высоким положением, благосостояние, речь, внушающая доверие, большая власть и слава, мужское тело, физические и умственные силы.

Что касается мирских дел, то общеизвестным является то, что хорошие плоды на поле возникают из хороших семян. Не обманывайтесь: наше благополучие, наше высокое перерождение и так далее приходят от действий в прежних жизнях. И точно так же, как недостаточно только потреблять урожай этого года, без того, чтобы прилагать усилия для засеивания семян урожая следующего года, нет также пользы от игнорирования следующей жизни или от таких мыслей о ней, которые вызывают просто лишь страх. Не много смысла также в том, чтобы создавать лишь причины просто для высокого перерождения; мы должны развивать приичны для особого вида перерождения, которое подходит для практики Дхармы. Исходя из этого, мы должны обрести восемь признаков созревания - долгую жизнь, видное тело и так далее.

ФУНКЦИИ ЭТИХ ПРИЗНАКОВ СОЗРЕВАНИЯ (248)

Первый из этих восьми признаков - долгая жизнь, - позволяет нам добиваться прогресса в Дхарме, так как мы можем тем самым проводить долгое время в созидании заслуг ради собственного блага и для пользы других.

На основании второго признака - представительного тела, - мы можем уже только своей внешностью привлекать учеников. Атиша обладал этим признаком.

Третий признак - семья с высоким положением, - ведет к тому, чтобы другие правильным образом следовали вашим указаниям.

Четвертый признак - это большое благосостояние. Так как вы располагаете многими средствами и имеете в распоряжении большую свиту, то можете вначале привлечь существ своими материальными возможностями, а потом с помощью Дхармы привести их к созреванию. Это качество придаст сильный импульс вашей работе ради блага других.

Пятый признак - речь, внушающая доверие, - служит тому, чтобы на вас смотрели с уважением.

Шестой признак - большая власть и слава, - приводит других к тому, чтобы они слушались ваших указаний и не отказывались вам повиноваться, как повинуются приказам царя.

Седьмой признак - мужское тело, - является преимуществом, поскольку вы не боитесь толпы людей и меньше переживаете препятствий в практике Дхармы, если живете в удаленном месте и т.п.

Восьмой признак - физические и умственные силы, - дает следующее преимущество: нужны физические силы, чтобы твердо всё выносить, как то делал Миларепа; затем можно упражняться в Дхарме тогда, когда условия являются тяжелыми. Имеющий сильный ум не отчаивается, всё равно, что бы ни пришлось делать ради собственного блага и блага других - будет просто всегда счастлив и будет делать необходимое. Так можно быстро обрести медитативные силы, которые ведут к мудрости и ясновидению.

ПРИЧИНЫ ЭТИХ ПРИЗНАКОВ СОЗРЕВАНИЯ (249)

Некоторые из вас могут подумать: “Это, правда, хорошо для практикующего Дхарму - обладать данными восемью признаками, но я сомневаюсь, что смогу их приобрести.” Вы можете, во всяком случае, их развивать. Крестьянин, например, сеет весной растение, потому что точно знает, что осенью оно даст плоды. Подобным образом мы создаем в этом перерождении причины для того, чтобы в будущем получить восемь признаков созревания, и дополняем это чистой молитвой - в качестве результата мы получим в будущей жизни эти восемь признаков. Это лежит в природе вещей - что результат последует, если наличествуют все соответствующие причины.

Давайте рассмотрим восемь признаков по отдельности. Причинами для первого признака - долгая жизнь - служат воздержание от убийства и отказ от каких-либо злых умыслов

по отношению к живым существам. Кроме того: спасение других жизней или освобождение других существ из положения, в котором они испытывают страдания: даяние еды другим; освобождение существ из плена; даяние лекарств больным, забота о них и так далее.

Основной причиной для представительного тела является практика терпения. Однако имеются ещё и другие причины: подношения масляных светильников изображениям Будды; заказы по изготовлению изображений Просветленного Тела, Просветленной Речи и Просветленного Сознания; реставрация изображений Будды в местах, где они разрушены; обновление их позолоты и отделки; жертвование для них новых одеждх и даяние новых украшений и так далее.

Причиной для того, чтобы родиться в высокопоставленной семье, является отсутствие у человека - в равной степени это относится к мирянину или к монаху - слишком высокомерного мнения о себе самом или о собственных хороших качествах, о происхождении, нравственном поведении, мудрости, свите, одежде и так далее. Другими причинами являются: смиренное поведение и отказ от всякого вида гордыни или надменности и выказывание большого почтения к кармически весомым существам, таким, как собственный Гуру, настоятель и члены Сангхи. Монахи и монахини должны уважать каждого, кто раньше получил монашеский сан, чем они сами. Ученые должны принимать знаки уважения, когда младшие проявляют по отношению к ним почитание, например, простираясь перед ними, с осознаванием того, что эти почтительные жесты относятся к обетам, которые они соблюдают. Вошло в обычай выказывать знаки уважения к спонсорам или к реинкарнированным Ламам, но мы должны также почитать ученых и тех, кто уже давно, по сравнению с нами, живут, соблюдая обеты. Эти правила были установлены во времена Будды, поэтому мы должны им добросовестно следовать.

Тибетское правительство, которое заседает во дворце Тушита, опирается на шестнадцать безупречных человеческих правил, в которых приводятся многие важные вещи: младшие должны уважать старших; нужно уважать тех, кто обладает хорошими качествами, и тех, которые были в особенности добры к вам, как ваши родители; нужно помогать людям, у которых плохо идут дела по причине болезни или бедности, и так далее. Когда люди следовали этим правилам, то это служило благополучию страны.

В *‘Передаче Виная’* рассказывается о четверых сдружившихся животных, которые уважали друг друга соразмерно их возрасту. По причине благотворного поведения этих животных людям в Каши (местность близ Бенареса), жилось явно хорошо. Эти четверо друзей были животными, и всё-таки это имело такие позитивные последствия, когда младшие уважали старших, - мне, пожалуй, вовсе не нужно напоминать, что практикующие Дхарму, ординированные люди и так далее должны делать так же. Это приведет к ещё большему счастью и благополучию!

Причины для благосостояния создаются, если вы даете новые одежды изображениям Просветленного Тела, Просветленной Речи и Просветленного ума или заново их расписываете; даете одежду, еду, питье, украшения и тому подобное людям, которые просят об этом; оказываете помощь людям, которые не просят о помощи; делаете подношения для людей, имеющих благотворные качества, или для тех, кто страдает; проявляете щедрость по мере ваших сил.

Причинами для речи, внушающей доверие, становятся корректное обращение с языком и очень тщательное устранение негативных слов.

Причинами для великих сил являются: уважение к кармически весомым существам - к собственному настоятелю, мастеру, предоставившему монашеские обеты, Трем Драгоценностям, собственным родителям, к людям старшей категории и так далее - и подношение даров для них. К другим причинам относятся молитвенные просьбы о благотворных качествах и так далее.

Причинами для обретения мужского тела являются: предрасположенность к перерождению в качестве мужчины; антипатия к женскому существованию в силу признания его недостатков, отказ от него и убежденность в том, что такое перерождение будет неудовлетворительным; отречение от желания иметь привлекательное женское тело. К другим причинам относится призывание имен великих Бодхисаттв, как, например, в следующем стихе:

Джнянагуру, Прабхакету, Пранидханамати,
Шантидрия и Манджушри,

Вам я оказываю своё почтение.

К дополнительным причинами перерождения в мужском теле относятся также устранение привычки плохо говорить о людях с высоким положением и спасение существ от кастрации.

Причины для физических и умственных сил обретаются тем, что: вы снимаете с других задачи, до постановки которых которых они не дошли, или которые они не в состоянии выполнить по физическим, умственным или иным причинам; помогаете другим выполнять такие тяжелые задания; не бьете других и не сечете их и даете другим еду и питье.

Также важно просить о том, чтобы ваше перерождение с этими восемью признаками созревания стало инструментом благотворного. Тогда вы сможете стать таким же, как Атиша или как Дхармараджи прежних времен. Если вы не произносите такую благородную молитву, то ваше перерождение может стать чем-то неблаготворным: ваше телесное состояние, имеющее восемь признаков зрелости, служит тогда лишь тому, чтобы с большой силой чинить зло - как это, например, бывает с царями нецивилизованных стран. Поэтому решающее значение имеют настоятельные молитвы об обретении в своей телесной форме восьми признаков зрелости, позволяющих нам действовать позитивно.

Другие учения Дхармы, к примеру, учение о непостоянстве, важны в начале, в конце и в середине; правильное поведение в согласии с законом причины и следствия является, напротив, центральным упражнением на данном отрезке Пути для существ с низшими способностями.

Как изменить свое поведение по размышлении об этих вещах (250)

Эта тема объясняется в двух разделах: 1) общие учения; 2) как очищать прегрешения с помощью четырех сил.

ОБЩИЕ УЧЕНИЯ (251)

В своих медитациях вы должны снова и снова размышлять об этом разборе благотворного и неблаготворного. Между сессиями вам нужно с величайшим вниманием и добросовестностью следить за вашим поведением. Геше Бэн Гунг-гьел подсчитывал в конце каждого дня свои хорошие и порочные деяния с помощью белых и черных камней-голышей; затем он соответствующим образом изменял свое поведение. Вы должны делать то же самое. В *‘Бодхисаттвачарьяаватаре’* говорится:

Без перерывов, в течение дня и ночью,
Должен я добросовестно созерцать:
“Неблаготворное приводит к страданию;
Как мне от этого освободиться?”

Муни сказал, пожелание
Суть базис всех благ.
Основанием всех пожеланий является
Постоянное медитирование о непосредственных результатах кармы.

Итак, если человек знает о белых и черных сторонах кармы, то будет постоянно бдительным и добросовестным. Если появляется опасность совершения убийства какого-то существа или произнесения лжи, то нужно тотчас воспротивиться этому. Вам следует также очищать мельчайшие негативные действия, раскаиваться в них их и отказываться от их повторного совершения. В *‘Письме другу’* Нагарджуны говорится:

Каждый, кто когда-то бывал бессовестным,
Может позднее стать добродетельным;
Столь же прекрасными и чудесными,
Как луна, не скрываемая облаками,

Являются они тогда,
Как Нанда, Ангулимала,
Аджаташатру и Шанкара.

Я обсуждал уже этот стих в разделе о подготовительных упражнениях (см. Шестой день). Нанда был во власти своих желаний; Ангулимала убил 999 человек; Аджаташатру убил своего отца, который достиг состояния Более-Не-Возвращающегося, а Шанкара убил свою собственную мать - и всё же все они смогли очиститься от своих грехов. Так как это возможно - очиститься от всех прежде накопленных негативных действий, то в высшей степени важное значение имеет однонаправленная концентрация на покаянии и принятии решения не совершать более в будущем таких действий.

Ещё раз делая краткий обзор: на Пути для существ с низшими способностями мы должны самое большое внимание уделять учениям о законе причины и следствия, и ставить их во главу наших упражнений. Великий Атиша также подчеркивал это.

В Пэнпо был когда-то один человек, который часто рецитировал *'Печать Панконга'*[60] , и был другой человек, который отдал в заклад *'Сутру Совершенной Мудрости в сотне тысяч стихов'*. Когда эти люди умерли, посланцы Ямы тотчас забрали их под землю, где пребывал Яма.

Второй человек стал лгать, но это не помогло: ему показали зеркало Ямы. Зеркало обнажило правду о том, кто продал сутру, кто купил её, хрусталь, который человек, продавший сутру, купил на вырученные деньги, и показало даже ребенка, подобравшего хрусталики, которым случилось упасть на землю. Тот человек был брошен в гигантскую топку. Человек, который часто декламировал *'Печать Панконга'*, принял Прибежище и таким образом вернулся назад из лап смерти. Геше Потова призвал его рассказать другим свою историю.

Возможно, вы думаете: "В моей следующей жизни негативные действия, накопленные мною, не будут мне вредить, так как мой настоятель, мой Гуру, наставник в монашестве и другие ничего об этом не ведают." Однако в сутре *'Царь медитативного сосредоточения'* говорится:

Звезды, луна и вселенная могут разрушиться,
Земля, горы и города могут исчезнуть,
Даже пространство может трансформироваться в нечто другое,
Но ты, Будда, никогда не скажешь неистинного.

Итак, учения Будды о законе причины и следствия соответствуют Истине и не обманывают нас.

Ни разу не было так, чтобы самые незначительные вредоносные или позитивные действия теряли сами по себе свою потенцию приносить плоды; поэтому вы должны приводить своё поведение в согласие с этим законом. Но даже если бы вы и стали поступать так, начиная с настоящего момента, всё же склонность к негативному действию так глубоко укоренилась в вас с безначального времени, что вы едва в силах избегать неблаготворных поступков, так что по меньшей мере незначительные негативные действия вы всё же совершаете. Если это происходит, нужно эти проступки очищать с помощью четырех сил и утвердиться в решимости избегать их в будущем.

КАКИМ ОБРАЗОМ ПРЕГРЕШЕНИЯ ОЧИЩАЮТСЯ С ПОМОЩЬЮ ЧЕТЫРЕХ СИЛ (252)

Я уже обсудил, правда, эту тему в разделе о подготовительных ритуалах, но она считается столь важной, что я хотел бы её повторить в этом месте.

Первая сила - это раскаяние; чувство сильного сожаления в связи с ранее совершенными преступлениями. Раскаяние является важнейшей из четырех сил, потому что в том, случае, если

[60] При этом идет речь о первой книге в Тибете, вокруг которой сложились многие мифы. Говорят, она упала с неба. *'Сутра Совершенной Мудрости в сто тысяч стихов'* является, напротив, одним из священных и больше всех почитаемых текстов и в знак выражения уважения кладется на алтарь.

у кого-то имеется раскаяние, то другие силы возникают сами по себе. Раскаяние возникает, если у человека имеется вера в закон причины и следствия.

Сила противоядия, как я уже говорил, имеет шесть выражений, которые все упоминаются в *'Компендиуме наставлений'* Шантидевы. Но также любое другое позитивное действие, которое человек совершает с желанием очистить благодаря этому допущенную им провинность, относится к этой же силе.

Сила, удерживающая от преступления, означает, что человек прочно решился отказаться в будущем от совершения негативных действий и думает: "Отныне я не буду больше делать этого, даже ценой жизни." Вначале это будет трудно, отказаться навсегда от всего негативного поведения, но можно отказаться от некоторых его видов, которые можно полностью исключить. В отношении действий, от которых невозможно принципиально отказаться, нужно принять решение воздерживаться от них, к примеру, намереваясь: "Я не буду делать этого сегодня." Это намерение можно ежедневно принимать заново.

Сила основы относится к принятию Прибежища и развитию Бодхичитты. Поэтому обе соответствующие (принятию Прибежища и порождению Бодхичитты) молитвы произносят также в начале медитации на Ваджрасаттву и в начале начитывания мантр, *'Сутры признания в нарушениях обетов'* и аналогичных текстов.

С безначального времени мы совершали каждый вид преступлений; наше собрание негативных действий так же велико, как хранилище сокровищ царя. И всё же мы в состоянии - как я уже упоминал в разделе о подготовительных ритуалах - сами очистить карму, которую, с уверенностью можно сказать, должны будем пережить, если мы с помощью четырех сил добросовестно не очистимся и не воздержимся от того, чтобы совершать такие действия вновь. Лучше всего это делать, начитывая *'Признание Акашагарбхи'* или *'Сутру признания в нарушениях обетов'*, в сочетании с простираниями. Можно также, например, произносить *'Сутру признания Суварнабхасоттамы'*, которая также упоминается в *'Собрании сочинений'* Цонкапы и в его томе *'Избранные сочинения'*.

Говорят, процесс очищения будет тогда наиболее действенным, когда в конце ритуала покаяния у человека появилась убежденность в том, что теперь очищено каждое отдельное прегрешение, и когда он медитирует о Пустоте трех кругов очищения - а именно, о Пустоте собственной личности, Пустоте преступления и Пустоте очистительного упражнения.

Не будет пользы ни от безразличия к собственным прегрешениям, ни от постоянного страха перед их последствиями. Для нас, начинающих, в высшей степени важно очищать их - именно в течение длительного периода времени и с определенной силой, вплоть до тех пор, пока не будут повторно появляться знаки очищения, которые упоминаются в *'Заклинании Кандакари'*. Как я уже говорил, обычные монахи очищаются от своих грехов тем, что принимают участие в публичных ритуалах, упражняются в дебатах, тем, что занимаются своей учебой и медитациями, а также тем, что принимают участие в состязательных дебатах между земляческими сообществами монастырского колледжа - в случае, если это делается с целью накопить благодаря этому заслуги и очистить самих себя. Эти дела умножают затем Собрания (заслуг и мудрости). Когда кто-то анализирует содержание текстов, то это тоже вид аналитической медитации: "медитировать" - не означает непременно, что мы удаляемся в пещеру и сидим там в определенной телесной позе. Если мы в самом деле рассматриваем наше обучение лишь как вид тренинга для интеллекта или занимаемся для того, чтобы одержать победу в дебатах, то это ни в коем случае не является Дхармой.

Когда мы ведем дебаты, то наши аргументы направляются не только к нашим оппонентам; мы должны осознать, что при этом мы спорим с нашим собственным умом. Только что сказанное означает, что мы, монахи и монахини, могли бы беспрестанно практиковать Дхарму; если мы имеем такое понимание, то все вещи могут стать Дхармой. Тогда нам не нужно больше непременно уединяться в затворе и делать что-то другое, чтобы стать практиком Дхармы. Напротив, мирские люди должны прилагать специальные усилия, чтобы делать что-то для Дхармы. Десять благотворных деяний являются для мирян всё же особенно трудными упражнениями.

Мой собственный уважаемый Гуру говорил: "Части Ламрима, которые идут позже, раздел для существ со средними способностями и так далее, являются расширением упражнений, связанных с законом причины и следствия."

Теперь я хотел бы поговорить о том, как начинать упражнение. Отбросьте любые прегрешения, даже малейшие, насколько это в ваших силах. Если вы при этом, например, убиваете насекомое, то должны - даже если ваш палец уже завис над ним - избежать деяния, сказав себе: “Это было бы неправильно.” Если возникает желание солгать, будьте внимательны и держите язык за зубами. Благотворные упражнения развиваются лишь постепенно.

Некоторые люди думают, что нет ничего страшного, если допускать маленькие прегрешения, так как, они полагают, их ведь можно снова быстро очистить. Однако существует большая разница между тем, что человек вообще не совершает промахов, и тем, что он очищает их после совершения. Аналогичное различие есть между ногой, залеченной после перелома, и ногой, которая вообще не была сломана. Выражаясь иначе: происходит отдаление от реализации высоких ступеней Пути, даже если кармические результаты прегрешений не должны быть более пережиты, когда проступки очищены через покаяние и более не допускаются. Следовательно, вы остаетесь дольше в круговерти сансары. Поэтому негативное действие очень сильно вредит.

Тем самым мы подходим к концу нашего обсуждения. В прошлом эта жизнь была чем-то самым важным для вас; вы не думали тогда над тем, чтобы устремиться к хорошему перерождению. Теперь вы услышали учения Дхармы о драгоценном человеческом существовании, непостоянстве, страданиях низших миров, принятии Прибежища и законе причины и следствия. В том случае, если теперь у вас появилась мысль: “Я должен отныне заботиться только о моем будущем перерождении”, если вы устремлены только к хорошему перерождению и потеряли интерес к тривиальным вещам этой жизни, то тогда вы приобрели первый вид реализации на уровне Ламрима для существ с низшими способностями. Но даже если вам удалось развить эти вещи, вы, тем не менее, должны всё ещё продолжать медитировать на них. Дже Цонкапа сказал: “Вы должны это ещё закрепить; вы должны дальше твердо трудиться и упражняться, даже если достигли этого вида реализации.” Я это имел в виду, говоря, что вы можете развить первый вид реализации Ламрима уже здесь, во время наставлений.”

После этого Кьябдже Пабонгка Ринпоче преподал тему ещё раз в варианте средней версии изложения. В заключение он объяснил, как выполнять упражнения.

Выполняйте прежде всего подготовительные ритуалы. Затем направьте молитвенную просьбу к своему Гуру, которого визуализируете над своей макушкой. Потом размышляйте об общих и специальных учениях о законе причины и следствия, как они изложены в отдельных параграфах. Изменение поведения не является, конечно, темой медитации, а представляет собой упражнение, которым следует заниматься продолжительное время.

Так как я здесь мог дать лишь краткое наставление по данной теме, то вы должны между сессиями снова и снова читать тексты, в которых преподаются причина и следствие: *‘Сутра о мудрецах и глупцах’, ‘Сутра о хорошей способности памятования’,* ряд сочинений, образующих *‘Передачу Виная’* и так далее.

Приложение 1

I. Структура текста

ПЕРВАЯ ЧАСТЬ: ПОДГОТОВКА

1.	**Величие автора, подчеркиваемое для того, чтобы показать безупречное происхождение Учений** (1)
11	О рождении Атиши в выдающейся семье (2)
12	О том, как он обрел свои благие качестве в этой же жизни (3)
13	Что сделал Атиши для распространения Учения после того, как он развил эти благие качества (4)

131 Что он сделал в Индии (5)
132 Что он сделал в Тибете (6)
2 **Величие Дхармы, упоминающееся для того, чтобы усилить глубокое уважение к Учениям** (7)
21 Учение Ламрим разъясняет, что все Учения Будды не противоречат друг другу (8)
22 Учение Ламрим показывает, что все тексты следует понимать как прямые указания для собственной практики (9)
23 В Учениях Ламрим подлинное видение Победоносного излагается так, чтобы его можно было легко понять (10)
24 Учения Ламрим сделали для нас возможным освободить самих себя от наихудших проступков (11)
25 Ламрим совершенен, так как содержит все темы Сутры и Тантры (12)
26 Ламрим прост для практикования, так как он показывает, как шаг за шагом можно укротить свой ум (13)
27 Ламрим превосходит все другие Учения, так как он содержит наставления двух Гуру, которые обучались в традициях обоих великих первопроходцев (14)
3 **Правильный способ преподавания и слушания этой Дхармы, замечательной в двух отношениях** (15)
31 Как нужно слушать Дхарму (16)
311 Размышления о пользе обучения Дхарме (17)
312 Как нужно выказывать почтение Дхарме и Учителям Дхармы (18)
313 Подлинный способ и образ слушания Дхармы (19)
313.1 Как устранить три ошибки, препятствующие тому, чтобы стать подходящим сосудом (20)
313.11 Ошибка, сравнимая с перевернутым сосудом (21)
313.12 Ошибка, сравнимая с загрязненным сосудом (22)
313.13 Ошибка, сравнимая с дырявым сосудом (23)
313.2 Развитие шести полезных установок (24)
313.21 Рассматривать самого себя в качестве пациента (25)
313.22 Дхарму рассматривать в качестве лекарства (26)
313.23 Духовного Учителя рассматривать в качестве умелого врача (27)
313.24 В усердной практике видеть целебное средство (28)
313.25 Собственного Духовного Учителя воспринимать точно таким же совершенным, как Татхагат (29)
313.26 Пожелание, чтобы Дхарма могла существовать долгое время (30)
32 Как Дхарма должна преподаваться (31)
321 Какова польза, заключающаяся в преподавании Дхармы (32)
322 Как оказывать уважение Дхарме и Учителям Дхармы (33)
323 О чем следует думать во время учения и что делать (34)

323.1 О чем нужно думать (35)
323.2 Что нужно делать во время учения (36)
324 Различие между людьми, которых нужно обучать, и теми, кого не следует учить (37)
33 Что Учитель и ученики должны делать совместно в конце (38)

ВТОРАЯ ЧАСТЬ: ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ РИТУАЛЫ

4 **Последовательность, в которой следует давать ученикам подлинные наставления** (39)
41 Корень Пути: вера в Духовного Мастера (40)
411 Что нужно делать во время медитативной сессии (41)
411.1 Подготовительные ритуалы (42)
4111.11 Уборка комнаты и расстановка символов просветленного Тела, просветленной Речи, просветленного Ума (43)
411.12 Честное приобретение основы подношений и красивое их красивое оформление (44)
411.13 О том, как принять позу, имеющую восемь признаков, или другую подходящую позу на удобном сиденьи и с особенно позитивным умственным настроем принимать Прибежище, развивать Бодхичитту и так далее, причем обращая внимание на то, чтобы эти упражнения действительно проникали в сознание (45)
411.14 Просьбы, обращенные к Полю Заслуг (46)
411.15 **Семичленная Молитва и Подношение Мандалы - упражнения, которые содержат все существенные поло-жения для накопления (заслуг) и для очищения** (47)
411.151 Поклонение (48)
411.152 Подношения (49)
411.153 Очищение (50)
411.154 Сорадование (51)
411.154.1 Радоваться собственным добродетелям (52)
411.154.11 Радоваться добродетелям наших прежних жизней, о которых мы можем судить посредством достоверного логического познания. (53)
411.154.12 Радоваться добродетелям этой жизни, о которых мы мы можем узнать посредством достоверного прямого восприятия (54)
411.154.2. Радоваться добродетелям других (55)
411.155 Просьба о вращении Колеса Дхармы (56)
411.156 Просьба к Существам Поля Заслуг о том, чтобы они не входили в нирвану (57)
411.157 Посвящение (58)
411.16 **Молитва о том, чтобы наставления проникли в наше сознание** (59)
411.2 Как оформить основную часть сессии (60)

ТРЕТЬЯ ЧАСТЬ: ОСНОВЫ ПУТИ

411.21 **Преимущества, которые проистекают из вверения себя**

Духовному Мастеру (61)
411. 211 Вы приближаетесь к состоянию Будды (62)
411.211.1 Вы приближаетесь к состоянию Будды, выполняя указания Гуру (63)
411.211.2 Вы приближаетесь к состоянию Будды тем, что делаете ему подношения и служите ему (64)
411.212 Это радует Будд (65)
411.212.1 Будды десяти направлений охотно желают наставлять вас в Дхарме, но вы не имеете счастья иметь возможности видеть высшую Нирманакайя - не говоря уже о Самбхогакайя - так как они являются обычным существам, только если карма последних является чистой (66)
411.212.2 Если мы не вверяемся правильным образом нашему Гуру, то не доставляем Буддам никакой радости, как бы много подношений мы ни делали им (67)
411.213 Вам не грозят никакие помехи со стороны злых духов или плохих друзей (68)
411.214 Мы неизбежно откажемся от наших умственных омрачений и злодеяний (69)
411.215 Ваши постижения и реализации на ступенях Пути возрастают (70)
411.216 Во всех будущих перерождениях у вас не будет недостатка в образцовых Духовных Мастерах (71)
411. 217 Вы не упадете в низшие сферы (72)
411.218 Вы легко будете достигать всех краткосрочных и долгосрочных целей (73)
411.22 **Недостатки, которые проистекают из невверения себя Духовному Мастеру или из неправильного вверения (74)**
411.221 Когда вы неумышленно принижаете своего Гуру, то оскорбляете всех Победоносных (75)
411.222 Если вы гневаетесь на своего Гуру, то разрушаете свои заслуги, и число эонов, которые вы вследствие этого проведете в адах, равняется числу мгновений вашего гнева (76)
411.223 Хоть вы и опираетесь на Тантру, вы не достигнете высшего состояния (77)
411.224 Хотя вы стремитесь к благим результатам в Тантре, вы достигнете своей практикой лишь адов и тому подобного (78)
411.225 Вы не породите никаких новых благих качеств, которых ещё не было прежде, а те, которыми вы уже обладали, исчезнут (79)
411.226 В этой жизни вы испытаете неприятные болезни и так далее (80)
411.227 В ваших будущих жизнях вы будете бесконечно скитаться в низших сферах (81)
411.228 В будущих жизнях вы не найдете никакого Духовного Мастера (82)
411.23 **Преданность Гуру посредством мыслей** (83)
411.231 Основа: как развить веру в собственного Гуру (84)
411.231.1 Почему следует смотреть на Гуру как на Будду (85)

411.231.2 Почему можно видеть его таким образом (86)
411.231.3 Как мы должны рассматривать Гуру (87)
411.231.31 Как объяснил Ваджрадара, Гуру является Буддой (88)
411.231.32 Доказательство, что Гуру совершает все благие деяния всех Будд (89)
411.231.33 Будды и Бодхисаттвы всё ещё работают для блага всех чувствующих существ (90)
411.231.34 Нельзя доверять проявлениям (91)
411.232 Как развить уважение к Гуру, памятуя о его доброте (92)
411.232.1 Гуру существенно добрее, чем Будды (93)
411.232.11 Гуру существенно добрее, чем Будды вообще (94)
411.232.12 Он добрее, чем Будда Шакьямуни (95)
411.232.2 Его доброта, заключающаяся в обучении Дхарме (96)
411.232.3 Его доброта, заключающаяся в благословении вашего ума (97)
411.232.4 Доброта, заключающаяся в том, чтобы привлекать вас к себе подарками материального рода (98)
411.24 **Как вериться Гуру посредством деяний** (99)
411.3 **Что делать во время последней части сессии** (100)
412 **Что делать между медитативными сессиями** (101)
42 **Как нам следует приниматься за поэтапные упражнения после вверения себя Духовному Мастеру** (102)
421 **Как пришпорить себя к тому, чтобы извлечь сущность собственного драгоценного человеческого существования** (103)
421.1 Краткое оббъяснение, которое должно убедить вас (104)
421.11 По каким признакам можно узнать драгоценное человеческое существование (105)
421.111 Свободы (106)
421.112 Снаряжения (107)
421.112.1 Пять индивидуальных снаряжений (108)
421.112.2 Пять снаряжений, которые относятся к другим (109)
421.2 Как размышлять о великой полезности драгоценного человеческого существования (110)
421.21 Его великая полезность с точки зрения временных целей (111)
421.22 Его великая полезность с точки зрения долгосрочных целей (112)
421.23 Некоторые мысли о том, как можно сделать полезным даже каждое мгновение (113)
421.3 Как размышлять о том, как труднодостижимо драгоценное человеческое существование (114)
421.31 Как размышлять о том, почему оно является таким труднодостижимым (115)
421.32 Некоторые аналогии, которые показывают, насколько оно труднодостижимо (116)
421.33 Каким образом это труднодостижимо (117)

ЧЕТВЕРТАЯ ЧАСТЬ: ПРАКТИКА ДЛЯ СУЩЕСТВ С МАЛЫМИ СПОСОБНОСТЯМИ

422 **Как извлечь сущность драгоценного человеческого существования** (118)

422.1 **Как обучаться на ступенях Пути, являющихся общими с существами, обладающими низшими способностями** (119)

422.11 Как развивать тоску по хорошему перерождению (120)

422.111 **Напоминать себе, что нынешняя жизнь не продлится долго и что придется умирать** (121)

422.111.1 Каковы недостатки, проистекающие из отсутствия памятования о смерти (122)

422.111.11 Недостаток, заключающийся в том, что в случае непамятования о смерти вы не помните о Дхарме (123)

422.111.12 Недостаток, заключающийся в том, что вы, хотя и помните о Дхарме, но не практикуете её (124)

422.111.13 Недостаток, заключающийся в том, что вы, правда, практикуете, однако делаете это неправильно (125)

422.111.14 Недостаток, заключающийся в том, что вы не посвящаете себя практике всерьез (126)

422.111.15 Недостаток, заключающийся в том, что мы развиваем плохой характер (127)

422.111.16 Недостаток, заключающийся в том, что придется умирать с чувством сожаления (128)

422.111.2 Какие преимущества возникают, если помнить о смерти (129)

422.111.21 Преимущество высшей степени полезности (130)

422.111.22 Преимущество, что благодаря памятованию о смерти практика наполняется великой силой (131)

422.111.23 Памятование о смерти является важным в начале (когда приступаете к практике Дхармы) (132)

422.111.24 Памятование о смерти является важным в середине (практики Дхармы) (133)

422.111.25 Памятование о смерти является важным в конце (практики Дхармы) (134)

422.111.26 Преимущество, заключающееся в том, что ты будешь умирать счастливым и радостным (135)

422.111.3 Как памятовать о смерти (136)

422.111.31 Девятичленная медитация о смерти (137)

422.111.311 Первая основная часть: неизбежность смерти (138)

422.111.311.1 Первое обоснование: владыка смерти непременно придет, и никакое обстоятельство не может этому воспрепятствовать (139)

422.111.311.2 Второе обоснование: жизненный срок не добавляется, он постоянно уменьшается (140)

422.111.311.3 Третье обоснование: наверняка можно умереть раньше, чем наступит решимость практиковать Дхарму (141)

422.111.312 Вторая основная часть: неопределенность момента смерти (142)

422.111.312.1 Первое обоснование: жизненный срок людей южного континента не является фиксированным, в особенности во времена упадка (143)

422.111.312.2 Второе обоснование: момент смерти является неоп-

	ределенным, так как существует много факторов, ведущих к смерти, но мало факторов, поддерживающих жизнь (144)
422.111.312.3	Третье обоснование: момент твоей смерти является неопределенным, так как тело является очень непостоянным (145)
422.111.313	Третья основная часть: ничто, кроме Дхармы, не может помочь тебе, когда ты умираешь (146)
422.111.313.1	Первое обоснование: богатство не может помочь тебе (147)
422.111.313.2	Второе обоснование: друзья и родственники не могут вам помочь (148)
422.111.313.3	Третье обоснование: ваше тело для вас бесполезно (149)
422.111.32	Медитация об аспектах умирания (150)
422.112	**Размышлять о том, какого рода счастье или страдание вы испытаете в вашей следующей жизни в одной из двух сфер перерождения** (151)
422.112.1	Размышления о страданиях существ ада (152)
422.112.11	Размышления о страданиях Великих, или Горячих, Адов (152)
422.112.111	Ад Беспрерывного Воскрешения (154)
422.112.112	Ад Черных Линий (155)
422.112.113	Ад, в котором существ связывают и перемалывают (156)
422.112.114	Ад Стенаний (157)
422.112.115	Ад Великого Плача (158)
422.112.116	Горячий Ад (159)
422.112.117	Ещё Более Горячий Ад (160)
422.112.118	Ад Мучений Без Перерывов (161)
422.112.12	Смежные Ады (162)
422.112.13	Размышления о страданиях в Холодных Адах (163)
422.112.14	Размышления о страданиях Единичных Адов (164)
422.112.2	Размышления о страданиях голодных духов (165)
422.112.21	**Как размышлять с помощью шести тем об общих страданиях голодных духов: жара, холод, голод, жажда, истощение и страх** (166)
422.112.22	Размышления о страданиях отдельных видов голодных духов (167)
422.112.221	Духи, имеющие внешние препятствия (168)
422.112.222	Духи, имеющие внутренние препятствия (169)
422.112.223	Духи, имеющие препятствия в виде узлов (170)
422.112.3	**Размышления о страданиях животных** (171)
422.112.31	Размышления об общих страданиях животных (172)
422.112.32	Размышления о страданиях особых видов животных (173)
422.112.321	Страдания животных, живущих в переполненной среде (174)
422.112.322	Страдания животных, живущих рассеянно (175)
422.12.	**Путь к счастью в ваших будущих перерождениях** (176)
422.121	**Прибежище, совершенные врата, ведущие в Учение** (177)
422.121.1	Причины для принятия Прибежища (178)
422.121.2	В чем мы принимаем Прибежище (179)

422.121.21 Идентификация объектов Прибежища (180)
422.121.22 Почему они считаются подходящими объектами Прибежища (181)
422.121.221 Первая причина (182)
422.121.222 Вторая причина (183)
422.121.223 Третья причина (184)
422.121.224 Четвертая причина (185)
422.121.3 Как узнать, что Прибежище принято правильным образом (186)
422.121.31 Как принимают Прибежище, понимая при этом благие качества объектов Прибежища (187)
422.121.311 Благие свойства Будды (188)
422.121.311.1 Благие свойства его Тела (189)
422.121.311.2 Благие свойства его Речи (190)
422.121.311.3 Благие свойства его Ума (191)
422.121.311.4 Благие свойства его позитивных деяний (192)
422.121.312 Благие свойства Дхармы (193)
422.121.313 Благие свойства Сангхи (194)
422.121.32 Принимать Прибежище, учитывая различие между Тремя Драгоценностями (195)
422.121.33 Принимать Прибежище с верой (196)
422.121.34 Принимать Прибежище и отказаться от веры в другие религии (197)
422.121.4 Какова польза от принятия Прибежища (198)
422.121.5 Каким правилам нужно следовать после принятия Прибежища (199)
422.121.51 Правила, касающиеся каждой отдельно взятой из Трех Драгоценностей (200)
422.121.511 Чего следует избегать (201)
422.121.512 Что следует делать (202)
422.121.512.1 Следует содержать в почете все изображения Будды, даже те, чьи формы имеют недостатки (203)
422.121.512.2 Следует даже к одной-единственной букве относиться с таким уважением, словно это настоящая Дхарма-драгоценность (204)
422.121.512.3 К частям одежд Сангхи и даже к темно-красным лохмотьям, лежащим на земле, нужно относиться с тем же уважением, что и к людям, которые их носили (205)
422.121.52 Правила, которые касаются всех Трех Драгоценностей (206)
422.122 **Развивать незыблемую веру в закон причины и следствия - корень всего благотворного и всего счастья** (207)
422.122.1 Размышлять о причине и следствии вообще (208)
422.122.11 Размышления о причине и следствии в самом общем виде (209)
422.122.111 Карма является определенной (210)
422.122.112 Карма усиливается со временем (211)
422.122.113 Не испытаешь определенного опыта, если не была создана соответствующая карма (212)
422.122.114 Однажды созданная карма не исчезает сама по себе (213)
422.122.12 Некоторые особые аспекты причины и следствия

(214)
422.122.121 Черная сторона причины и следствия (215)
422.122.121.1 Обсуждение черной кармы (216)
422.122.121.11 Убийство (217)
422.122.121.12 Брать то, что не было дано (218)
422.122.121.13 Неправильное сексуальное поведение (219)
422.122.121.14 Ложь (220)
422.122.121.15 Сеять словами раздор (221)
422.122.121.16 Оскорбительные слова (222)
422.122.121.17 Бессмысленная болтовня (223)
422.122.121.18 Алчность (224)
422.122.121.19 Злонамеренность (225)
422.122.121.110 Ложные воззрения (226)
422.122.121.2 Различие между тяжкой и незначительной кармой (227)
422.122.121.21 Весомость кармы в силу природы действия (228)
422.122.121.22 Весомость кармы из-за намерения (229)
422.122.121.23 Весомость кармы из-за характера самого действия (230)
422.122.121.24 Весомость кармы из-за базиса (231)
422.122.121.25 Весомость кармы из-за постоянного повторения (232)
422.122.121.26 Весомость кармы из-за неприменения противоядия (233)
422.122.121.3 Последствия кармы (234)
422.122.122 Белая сторона причины и следствия (235)
422.122.122.1 Собственно процесс белой кармы (236)
422.122.122.2 Последствия белой кармы (237)
422.122.122.21 Последствия, пришедшие к созреванию (238)
422.122.122.22 Последствия, согласующиеся с причиной (239)
422.122.122.23 Результаты в среде (240)
422.122.123 Факторы, которые заставляют карму становиться в особенности сильной (241)
422.122.123.1 Усиление кармы из-за Поля (242)
422.122.123.2 Усиление кармы из-за того, что были приняты обеты (243)
422.122.123.3 Усиление кармы на основании действия (244)
422.122.123.4 Усиление кармы на основании намерения (245)
422.122.2 Некоторые особенности (246)
422.122.21 Признаки созревания (247)
422.122.22 Фукнкции этих признаков созревания (248)
422.122.23 Причины этих признаков созревания (249)
422.122.3 Как изменить свое поведение по размышлении об этих вещах (250)
422.122.31 Общие учения (251)
422.122.32 Каким образом очищаться с помощью четырех сил (252)

Приложение 2: Линия передачи этих Учений

Гуру Шакьямуни Будда

Линия преемственности Обширного Метода

Майтрейя
Асанга
Васубандху
Вимуктисена
Вимуктисенагомин
Паранасена
Винитасена
Вайрочана
Харибхадра
Кусали
Ратнасена
Сурванадвипи

Линия преемственности Глубинного Постижения

Манджушри
Нагарджуна
Чандракирти
Видьякокила Старший
Видьякокила Младший
(Авадхутипа)

Атиша Дромтонпа

Классическая линия передачи

Потова
Шарава
Чекава
Чильбупа
Лхалунг Вангчуб
Гонпо Ринпоче
Цангченпа
Цонава
Мондрапа
Чокьяб Сангпо

Линия передачи Ламрима

Гомбава
Нойцурпа
Тагмапа
Намкха Сенге
Намкха Гьялпо
Сенге Сангпо
Гьялсе Сангпо
Намкха Гьялцен

Линия передачи Гелугпа

Цонкапа
Джампел Гьяцо
Кедруп Ринпоче
Басодже
Чокьи Дордже
Гьялва Энсапа
Сангье Еше
Лосанг Чокьи Гьялцен - (Панчен Лама II)
Кончог Гьялцен
Лосанг Еше-Панчен Лама II
Пурхог Нгаванг Джампа
Лосанг Ньендраг
Йонтен Та-йе
Тэнпа Рабгье
Лодро Сангпо
Лосанг Гьяцо
Джинпа Гьяцо
Тензин Кедруб
Лосанг Лхудруб Гьяцо
Джампа Тензин Тринлэй Гьяцо (Пабонгка Ринпоче)
Лосанг Еше Тензин Гьяцо

Линия передачи наставлений

Чен Нгава
Цультримбар
Цхёну Ё
Гьергомпа
Сангьебон
Намкха Гьялпо
Сенге Сангпо
Гьялсе Сангпо
Намкха Гьялцен

(Триджанг Ринпоче)

Приложение 3: Дже Цонкапа

Три Принципа Пути

Поклоняюсь Духовным Учителям!
Сущностный смысл всех учений Будды,
Путь, восславляемый досточтимыми Бодхисаттвами,
Дверь для счастливцев, кармически избранных к поиску Освобождения,
Я хочу объяснить как можно лучше.

Те, кто не тянется к мирскому счастью,
И стремится
Придать человеческому существованию смысл,
Кто веру имеет в Путь, радующий Будд,
Эти кармически избранные да смогут слушать с чистым умом!

Без чистого Отречения - при стремлении лишь к счастью сансары -
Нет никакого Пути к Освобождению.
Уже одной лишь жаждой мирского бытия
Существа сковываются в любом отношении.
Поэтому прежде всего ищи Отречение!

Если свыкнуться с мыслью о том,
Как труднодостижима человеческая жизнь,
И как скоро она преходяща,
То исчезнет привязанность к этой жизни.

Если думать снова и снова о непреложном законе кармы
И о мирских страданиях,
То пропадет привязанность к следующей жизни.

Если свыкнуться с этими мыслями,
То ни на секунду не возникнет влечения
К мирскому счастью.

Если сознание денно и нощно ищет Освобождения,
То значит, в это мгновение реализовано Отречение.
Но если Отречение не проникнуто совершенной Бодхичиттой,
То оно не становится причиной для высшего Просветления.
Поэтому мудрые порождают совершенную Бодхичитту.

Уносимые четырьмя мощными потоками,
Связанные прочными оковами с трудом предотвратимой кармы,
Попавшие внутрь железной сети цепляния за “я”,
Погруженные в мрак черной ночи неведения,

Непрерывно мучащиеся от трех страданий
Всегда возвращающегося, бесконечного существования -
Таково состояние существ, которые были все твоими матерями.
Обдумай это и породи высшую Бодхичитту!

Если даже реализованы Отречение и Бодхичитта,
Но не - мудрость познания Пустоты,
То невозможно отсечь корень существования.
Поэтому постарайся проникнуть в суть зависимости феноменов!

Кто также всегда признает, что закон причины и следствия
Всех феноменов сансары и нирваны является непоколебимым,
И чей вид восприятия объектов растворяется,
Тот находится на Пути, радующем Будд!

До тех пор, пока в понимании
Неизменной зависимости феноменов, с одной стороны,
И невыразимой Пустоты, с другой стороны,
Они рассматриваются как нечто отдельное,
Мысль Будды всё ещё не постигнута.

Если когда-нибудь, когда - без того, чтобы видеть
только одно или другое -
Вы признаете непреложную зависимость феноменов,
И одновременно с этим растворится вид восприятия объектов,
То в этот момент завершена аналитическая трактовка видения.

Если далее познаете, что явления
Устраняют этерналистскую трактовку,
А Пустота - нигилистическое видение,
И что причина и следствие действуют в Пустоте,
То тогда вам не грозят крайности видения.

Если ты точно познал смысл Трех Принципов Пути,
То ищи уединения
И взрасти в себе силу великого усердия.
Устремись поскорее к истинной цели, сын мой!

Колофон: Этот текст для Ца Бон Нгаванга Драгпа создал монах Лобсанг Драгпа, который много слушал и много читал. [61]

[61] Немецкий перевод принадлежит Дж.Л.Панглунгу Ринпоче. Перепечатан с любезного разрешения издательства Norbu Ling e.V., Munchen.

Приложение 4: Джампел Лхундруп

Драгоценное ожерелье для счастливцев

Легко рецитируемый подготовительный ритуал для компактных учений Ламрим из Быстрого Пути *Джампела Лхундрупа из Дагпо.*

Перед Гуру, неразделимо единым с Буддой и Ваджрадарой, я простираюсь и принимаю Прибежище на все времена. Пожалуйста, заботься обо мне с присущей тебе великой любовью.

Подборка, сделанная на основе указаний великого Гьялва Энсапы о рецитировании Шестичленного Ритуала, которое следует совершать перед медитацией на Ламрим. Он содержит следующие разделы:

ПЕРВЫЙ РИТУАЛ: УБОРКА КОМНАТЫ И РАССТАНОВКА СИМВОЛОВ ПРОСВЕТЛЕННОГО ТЕЛА, ПРОСВЕТЛЕННОЙ РЕЧИ И ПРОСВЕТЛЕННОГО УМА

ВТОРОЙ РИТУАЛ: ЧЕСТНОЕ ПРИОБРЕТЕНИЕ ОСНОВЫ ПОДНОШЕНИЙ И ИХ КРАСИВОЕ ОФОРМЛЕНИЕ

ТРЕТИЙ РИТУАЛ: КАК ПРИНЯТЬ ПОЗУ С ВОСЕМЬЮ ПРИЗНАКАМИ ИЛИ ДРУГУЮ ПОДХОДЯЩУЮ ПОЗИЦИЮ НА УДОБНОМ СИДЕНЬЕ И ЗАТЕМ С ОСОБЕННО ДОБРОДЕТЕЛЬНЫМ УМСТВЕННЫМ НАСТРОЕМ ПРИНИМАТЬ ПРИБЕЖИЩЕ И РАЗВИВАТЬ БОДХИЧИТТУ

Визуализируйте прежде всего объекты Прибежища:

Прямо передо мною в пространстве находится высокий, широкий и драгоценный трон, поддерживаемый восемью огромными львами. На сиденье из многоцветного лотоса, лунной и солнечной мандалы сидит мой уважаемый Гуру, который проявляется во внешней форме Победоносного Шакьямуни. Его Тело - цвета шлифованного золота; его голова обнаруживает макушечное возвышение. У него один лик и две руки. Свою правую руку он держит в жесте прикосновения к земле, его левая рука - в позиции медитативного погружения и держит чашу, полную нектара. Его светящееся тело украшено признаками и знаками, и он одет в накидки шафранового цвета. Он сидит со скрещенными ногами в ваджрной позе, посреди ауры света, исходящей от его тела.

Он окружен моими собственными Гуру и Гуру линии передачи, медитативными божествами, Буддами, Бодхисаттвами, Дака, Дакини и Защитниками Дхармы, которые группой окружают его. Перед каждым из этих существ стоит роскошный стол, на котором лежит созданный из света текст, который он или она передает устно.

Фигуры Поля Заслуг показывают своим видом, что они предвкушают радость, которую я им готовлю. Во мне возникает большая вера в них, когда я думаю об их благих качествах и об их доброте.

С безначального времени я и все чувствующие существа, которые когда-то были моими матерями, перерождаемся в сансаре. Уже давно мы переживаем много различных видов страданий сансары вообще и страдания низших сфер в особенности. И несмотря на это, трудно судить, когда этому страданию придет конец.

Однако теперь я обрел нечто, что с большим трудом достигается, но что является очень полезным, если завладеть им однажды: драгоценное человеческое существование. Также нелегко повстречаться с первоклассными учениями Будды. Если я теперь, встретившись с этими учениями, не достигну чистого и совершенного состояния Будды - высшей формы Освобождения, которая пресекает все страдания сансары, - то должен буду вновь испытывать целое многообразие тех страданий, которые несут с собой сансара вообще и три низшие сферы в особенности. Только Гуру и Три Драгоценности могут защитить меня от этой участи. Поэтому во имя блага всех чувствующих существ, моих прежних матерей, я достигну состояния Будды. По этой причине я принимаю Прибежище в Гуру и Трех Драгоценностях.

С этими мыслями рецитируй трижды или столько раз, сколько ты сможешь:

Я принимаю Прибежище в Гуру,
Я принимаю Прибежище в Будде,
Я принимаю Прибежище в Дхарме,
Я принимаю Прибежище в Сангхе.

Затем повтори три раза строфу для порождения Бодхичитты:

Отныне и до самого Просветления я принимаю Прибежище
В Будде, Дхарме и Высшем Собрании.
Силою заслуг, которые я накапливаю путем даяния и других парамит,
Да смогу я достигнуть состояния Будды во имя блага всех существ.

Декламируйте следующую строфу три раза или большее количество раз - так, чтобы медитация о Четырех Безмерных Помыслах полностью и совершенно проникла в ваше сознание.

Как это было бы чудесно, если бы все чувствующие существа жили в равностности:
Свободными от чувства чрезмерной задушевности или дистанцирования,
Привязанности или враждебности. Да смогут они достигнуть этого состояния!
Я приведу их к этому состоянию.
Да смогут благословить меня мои Гуру и божества на то,
Чтобы я стал способен сделать это!

Как это было бы чудесно, если бы все чувствующие существа обладали счастьем
И причинами для счастья. Да смогут они обрести это.
Я приведу их к этому состоянию.
Да смогут благословить меня мои Гуру и божества на то,
Чтобы я стал способен сделать это!

Как это было бы чудесно, если бы все чувствующие существа были свободны
От страдания и причин страдания. Да смогут они стать свободными от этого.
Я освобожу их всех от этого.
Да смогут благословить меня мои Гуру и божества на то,
Чтобы я стал способен сделать это!

Как это было бы чудесно, если бы все чувствующие существа
Никогда не разлучались со счастьем более высоких перерождений и Освобождения.
Да смогут они достигнуть этого состояния.
Я приведу их к этому состоянию.
Да смогут благословить меня мои Гуру и божества на то,
Чтобы я стал способен сделать это!

Развивай посредством следующих мыслей в особенности сильную Бодхичитту.

Во имя блага всех чувствующих существ, которые были когда-то моими матерями, я сделаю всё, чтобы быстро, даже совсем по-особому быстро достигнуть драгоценного состояния, совершенного, чистого состояния Будды. Поэтому я войду в медитацию об этапах Пути к Просветлению - во врата, ведущие к Глубинному Пути Йоги Гуру-Божеств.

Да не будет на окружающей земле никаких неровностей, вроде камней и тому подобного.
Да станет она ровной, как ладони собственных рук,
Имеющей природу ляпислазури,
И в то же время совершенно мягкой.

Да смогут подношения людей и богов,
Материально существующие и излучаемые умом,
И безупречные облака подношений Самантабхадры
Заполнить весь элемент пространства.

Произнеси трижды:

Ом намо бхагавате ваджра сара прамадане татхагатая, архате самъяксам буддая, тадъята, ом ваджре ваджре, маха ваджре, маха теджра ваджре, маха видья ваджре маха бодхичитта ваджре маха бодхи мандопа самкрамана ваджре сарва карма аварана вишодхана ваджре сваха.

Благослови подношения, призвав силу Истины:

Силою Истины Трех Драгоценностей, силою благословения всех Будд и Бодхисаттв, а также могущества, которого они достигли через завершение двух Собраний, силою чистоты и непостижимости Дхармадхату, да сможет стать всё Таковостью.

ЧЕТВЕРТЫЙ РИТУАЛ: ВИЗУАЛИЗАЦИЯ ПОЛЯ ЗАСЛУГ

Так как это легко можно рецитировать, то мы продолжаем здесь согласно традиции ‘Гуру Пуджа’.

На широком Пути богов,
Где Блаженство едино с Пустотой,
Посреди громоздящихся облаков
Подношений Самантабхадры
Стоит древо исполнения желаний,
Полное листьев, цветов и плодов.
На вершине его кроны покоится драгоценный трон
В сверкающем пятицветье.
На нем лежит огромный лотос,
А сверху - диски солнца и луны -
Сиденья для моего коренного Гуру,
Который трижды добр ко мне.
Его природа - это природа всех Будд;
Он проявляется в форме монаха, в шафрановых одеждах,
С одним ликом, двумя руками и лучезарной улыбкой.
Его правая рука осуществляет даяние Дхармы,
Его левая рука - в жесте медитации
Держит наполненную нектаром чашу.
Он одет в три светящиеся одежды Дхармы цвета шафрана,
На голове его - желтая шапка пандита,
И в сердце покоятся Шакьямуни и синий Ваджрадара

С одним ликом и двумя руками, держащими ваджру и колокольчик.
Ваджрадара покоится в единении с Дхатошвари;
Они носят драгоценные украшения и одежды из лучшего шелка
И переживают Блаженство и Пустоту как единое.

Мой Гуру украшен признаками и знаками,
Окруженный пятицветной радугой,
Излучает тысячи лучей света.
Он восседает в ваджрной позе, его чистые агрегаты
Суть пять Дхьяни-Будд,
Его четыре элемента суть четыре супруги;
Его органы чувств, сосуды, мускулы и суставы
Являются в действительности Бодхисаттвами;
Поры на его коже суть двадцать одна тысяча Архатов;
Его конечности - гневные божества.
Лучи света, исходящие из его тела,
Являются стражами небесных направлений.
Индра, Брахма и другие боги
Простираются к его стопам.
Вокруг него пребывают:
Мои собственные Учителя, бесчисленные Идамы
Со своими мандалами и свитами божеств,
Будды и Бодхисаттвы,
Дака и Защитники Учения.
В трех дверях их - три ваджры;
От слога *Хум* исходят лучи света с крючками на их концах
И приводят сюда Существ Мудрости из их мест пребывания.
Они сплавляются с визуализируемыми существами
И становятся с ними совершенно едиными.

(Теперь следует призывание)

Вы, Защитники всех чувствующих существ,
Божества, подавляющие могущественного Мару с его ордами,
Вы, в совершенстве разбирающиеся во всех вещах -
О, Бхагаваны Будды и ваши свиты,
Пожалуйста, прибудьте сюда! *Дза хум бам хо:*
Вы становитесь неразрывно едиными с Существами Самая.

Порождение Дома Омовений

Здесь - благоухающий Дом Омовений
Со светлым, лучающимся полом хрустальным,
С великолепными колоннами
Из ценных отборных субстанций;
Украшенный балдахином чудесно мерцающих жемчужин.

Подношение Омовения

Так же, как после рождения Будды
Омыли боги его тело,
Я омываю тоже небесной водой
Тела Сугат.
Ом сарва татхагата абхишекатa самая шрие а хум

Из миллионов позитивных деяний
И превосходных качеств рожденное тело,
Речь, исполняющая чаяния бесчисленных существ,
Ум, схватывающий всё, что для понимания имеется:
Я омываю тело Шакьямуни-Ваджрадары.
Ом сарва татхагата абхишеката самая шрие а хум

Я омываю тела линии передачи
Обширного Метода,
Я омываю тела линии передачи
Глубинного Постижения.
Я омываю тела линии передачи
Благодатной Практики.
Я омываю тела Гуру моей линии передачи.
Ом сарва татхагата абхишеката самая шрие а хум

Я омываю тела Будд, наших Учителей.
Я омываю тело священной Дхармы,
нашего Защитника.
Я омываю тела Сангхи, нашего Проводника.
Я омываю тела Трех Драгоценностей,
нашего Прибежища.
Ом сарва татхагата абхишеката самая шрие а хум

Осушение

Я вытираю их тела безупречными тканями -
Без пятен и надушенными избранными ароматами.
Ом хум трам хри а кайя вишодханайе сваха

Натирания

Я умащиваю эти сверкающие тела Муни
- так блистающие, как облагороженное, отполированное золото -
Самыми лучшими благоухающими мазями,
Испрошенными в миллиардах миров.

Подношение одежд

С нерушимой верой
Я подношу вам небесные одеяния -
Мягкие, легкие и прозрачные -
Вам, имеющим неразрушимые ваджрные тела.
Да смогу и я тоже обрести ваджрное тело.

Подношение украшений

Так как Будды по природе наделены
Признаками и знаками,
Они не нуждаются ни в каких других украшениях.
Тем не менее я приношу в дар набор ценнейших
Драгоценностей и украшений,
Чтобы все существа смогли достигнуть
Тела с такими признаками.

Просьба к божествам снова занять свои места

Я прошу вас: из любви ко мне и всем существам
Оставайтесь здесь посредством ваших магических способностей
До тех пор, пока я делаю вам подношение.

ПЯТЫЙ РИТУАЛ: СЕМИЧЛЕННАЯ МОЛИТВА И ПОДНОШЕНИЕ МАНДАЛЫ - УПРАЖНЕНИЯ, КОТОРЫЕ СОДЕРЖАТ ВСЕ СУЩНОСТНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ДЛЯ НАКОПЛЕНИЯ (ЗАСЛУГ) И ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ

Из десяти миллионов позитивных деяний и превосходных качеств
рожденное тело.
Речь, исполняющая чаяния бесчисленных существ,
Ум, постигающий всё, что имеется для понимания:
Поклоняюсь главе рода Шакьев.

Великое сострадание Ваджрадары,
Возвышенный образ видения Тилопы и Наропы,
Великая сердечность Домпхипы и Атиши:
Поклоняюсь линии передачи Благодатной Практики.

Майтрейя, Асанга, Васубандху, Вимуктисена,
Паранасена, Винитасена, Дхармакирти,
Харибхадра, оба Кузали, Суварнадвипи:
Поклоняюсь линии передачи Обширного Метода.

Манджушри, разрушивший существование и не-существование,
Нагарджуна, Чандракирти, первый Видьякокила
И другой сын Арьи (Нагарджуны), которые искали смысл
учений Будды:
Поклоняюсь линии передачи Глубинного Постижения.

Атиша, носитель высших наставлений о теории о практике,
Дром, великий Отец учений Кадампы,
Четыре Йогина, Три Брата и другие:
Поклоняюсь Гуру Кадампы.

Цонкапа, который в Стране Снегов снова призвал к жизни
традицию первопроходцев,
Гьялцаб Дже, великий логик и могущественный сиддха,
Кхедруп Дже, Владыка учений Сутры и Тантры:
Поклоняюсь линии передачи Отца и его Сыновей.

Ваджрадара, воплощение Трех Объектов Прибежища,
Который принимает форму Духовного Мастера,
Чтобы усмирить всех учеников,
Предоставляющий обычные и высшие сиддхи:
Поклоняюсь моим добрым Гуру.

О, глаза, через которые все мы видим многие тексты,
Высшие врата, через которые кармически избранные
достигают Освобождения,
Вы, применяющие действенные средства, чтобы с нежностью защищать нас;
Поклоняюсь Духовным Мастерам, которые просветляют нас.

Гухьясамаджа, блаженный Херука,
Прославленный Ямантака и другие,
Покровители четырех колес бесчисленных тантр:
Поклоняюсь массе Идамов.

Чудеснейшие заслуги гармоничных молитв,
Деяния, которые не превзойти никогда,
Деяния, завершающиеся в эту счастливую кальпу:
Поклоняюсь тысяче Будд.

Сунаман, Ратна, Суварнабхадра, Ашока,
Дхармакирти, Абхиджна, Бхайшайяраджа, Шакьямуни,
Исполнившие наисущественнейшее из обширных молитв:
Поклоняюсь восьми Сугатам.

Совершенная Мудрость, Мать Победоносных,
Уничтожающая семена мрачности и скорби,
Устраняющая страдание в его глубочайшем корне:
Поклоняюсь Дхарме Трех Колесниц.

Манджушри, Ваджрапани, Авалокитешвара,
Кшитигарбха, Сарваниваранавишкамбхи,
Акашагарбха, Майтрейя, Самантабхадра:
Поклоняюсь восьми важнейшим принцам.

Те, кто медитировал о глубокообоснованной
Двенадцатичленной Цепи,
Кто собственной силой мудрости стал Пратьекабуддой
И в одиночестве принял себя близко к сердцу:
Поклоняюсь благородным Пратьекабуддам.

Те, кто слышал слова Муни,
Держал высоко знамя Учения,
Ангаджа, Аджита, Ванавасин,
Калика, Ваджрипутра, Шрибхадра,
Канакаватса, Канакавхарадваджра,
Чудапантака, Пиндолабхарадваджра,
Пантака, Нагасена, Гопака и Абхеда:
Поклоняюсь Старейшинам и их последователям.

Вы те, на кого падает взор святой Кехари,
Могущественные, обладающие ясновидением и вызывающие чудеса,
Вы заботитесь о практикующих, как мать о своем сыне:
Поклоняюсь трем видам Дакини.

Задолго до времени, когда пребывал среди нас Благословенный,
Вы защищали нас и улыбались, глядя на тех,
Кто упражнялся правильным образом - как мать на своего ребенка:
Поклоняюсь Защитникам Дхармы.

Дхритараштра, Вирудхака,
Вирупакша и Вайшравана,
Вы господствуете над своей свитой и защищаете четыре двери:
Поклоняюсь четырем Махараджам.

Перед всеми достойными поклонения
Я простираюсь, исполненный веры,
Столь многими телами,
Сколько атомов имеется в мире.

Поклоняюсь юному Манджушри.
Всем Татхагатам трех времен - этим львам среди людей -
Которые находятся в десяти направлениях Универсума,
Я выражаю каждому свое поклонение
Чистым телом, чистой речью и чистым умом.

С этой могущественной молитвой благородных деяний
Я простираюсь ниц перед всеми Буддами
И представляю себе, что обладаю телами,
Равными числом атомам в этом мире.

На каждом атоме находится столь много Будд,
Сколько атомов имеется в Универсуме,
Окруженных Бодхисаттвами.
Таким образом пронизывают Будды все феномены.

Я воспеваю благие качества Будд
Океаном неистощимой хвалы,
Безбрежным морем всех мыслимых мелодичных звуков.
Так восхваляю я всех Сугат.

Самые лучшие цветы и многочисленные гирлянды
Я подношу Победоносным,
А также звуки цимбал
И наборы душистых вод, солнечные зонты,
Масляные светильники и превосходные благовония.

Изысканные одеяния и лучшие ароматы
Я подношу Победоносным,
А также гору благоухающих порошков,
Такую высокую, как гора Меру -
Превосходное собрание уникальных вещей.

Все эти обширные даяния, несравненные,
Я представляю себе и
Поклоняюсь всем Победносным,
Делая подношение этих даров
Силою моей веры в благородные деяния.

Сделайте подношение мандалы, исполняя следующий стих:

Ом ваджра бхуми а хум:
Вот золотое основание, крепкое и могущественное.
Ом ваджра рекхе а хум:
Окруженное железной цепью гор.
В центре - гора Меру, царь гор.
На востоке - континент Видеха.
На юге - Джамбудвипа.
На западе - Годания,

На севере - Куру.
На востоке - два смежных континента Деха и Видеха.
На юге - Камара и Апаракамара.
На западе - Сатха и Уттарамантрина.
На севере - Куру и Каурава.
Гора драгоценностей, деревья исполнения желаний, исполняющая желания корова, самовозникающий урожай, драгоценное колесо, исполняющая желания драгоценность, драгоценная королева, драгоценный министр, драгоценный слон, драгоценная лошадь, драгоценный генерал. Большая ваза-сокровищница. Богини красоты, гирлянд, песен, танцев, цветов, благовоний, света и ароматов.
Солнце и луна; драгоценный солнечный зонт и победный флаг. В центре: все чудесные богатства богов и людей. Всё это я подношу моему доброму коренному Гуру и святым Учителям линии передачи, а также великому Ламе Лосангу Тубвангу Дордже Чангу, божествам и их свитам. Из великого сострадания, пожалуйста, согласитесь принять эти вещи во имя блага всех существ. Примите их и даруйте мне свое благословение.

Эту благоухающую мандалу,
Усыпанную цветами и украшенную горой Меру,
Континентами, солнцем и луной -
Я подношу, представляя как поле Будды,
Да смогут все живые существа возрадоваться в этой Чистой Земле.

Тело, речь и ум - мои собственные и других;
Предметы, вызывающие привязанность, наши заслуги всех трех времен,
Драгоценную мандалу,
А также великое собрание даров Самантабхадры
Мысленно я подношу моим Гуру,
Божествам и Трем Драгоценностям.
Согласитесь принять их, исходя из великого сострадания вашего!
И даруйте мне свое благословение.

Идам гуру ратна мандалакам нирьятайями

Вы можете также декламировать "Сутру раскаяния в нарушениях обетов", в том случае, если хотите практиковать немного подробнее.

Мантра увеличения благотворного:

Ом самбара самбара виманасара маха ваджра хум. Ом смара смара виманаскара маха ваджра хум.

Сутра раскаяния в нарушениях обетов[62]*:*

Поклоняюсь нашему Учителю, Бхагавану, Татхагате, совершенному Просветленному, славному Победителю - Шакьямуни.
Поклоняюсь Татхагате, Сокрушающему Сущностью Ваджры,
Поклоняюсь Татхагате, Испускающему Лучи Света,
Поклоняюсь Татхагате Царю Могущественных Нагов,
Поклоняюсь Татхагате Роду Героев,
Поклоняюсь Татхагате Славному Счастью,
Поклоняюсь Татхагате Драгоценному Огню,

[62] В переводе А.Кугявичуса называется: *'Исповедь Бодхисаттвы [пред 35 Буддами]'*. (Чже Цонкапа. Большое руководство к этапам Пути Пробуждения. - т.II. - С. 158-163. (И.У.)

Поклоняюсь Татхагате Драгоценному Лунному Свету,
Поклоняюсь Татхагате, Имеющему Многозначительный Вид,
Поклоняюсь Татхагате Драгоценной Луне,
Поклоняюсь Татхагате Непорочности,
Поклоняюсь Татхагате Прославленного Великодушия,
Поклоняюсь Татхагате Чистоты,
Поклоняюсь Татхагате, Придающему Чистоту,
Поклоняюсь Татхагате Богу Воды,
Поклоняюсь Татхагате Богу Водного Бога,
Поклоняюсь Татхагате Прославленному Благородному,
Поклоняюсь Татхагате Прославленному Сандалу,
Поклоняюсь Татхагате Бесконечной Силе Излучения,
Поклоняюсь Татхагате Славному Свету,
Поклоняюсь Татхагате Славному Беззаботному,
Поклоняюсь Татхагате, Человеку Без Привязанности,
Поклоняюсь Татхагате Славные Цветы,
Поклоняюсь Татхагате, Который через игру чистых лучей света познает всё непосредственно,
Поклоняюсь Татхагате, который через игру лотосовых лучей света познает всё непосредственно,
Поклоняюсь Татхагате Славному Богатству,
Поклоняюсь Татхагате Славной Памяти,
Поклоняюсь Татхагате, Который благодаря своей прославленной чистоте является самым знаменитым,
Поклоняюсь Татхагате Царю Победного Знамени, который развевается над Индрой,
Поклоняюсь Татхагате Славе Совершенного Владычества,
Поклоняюсь Татхагате, Достигшему совершенной победы в борьбе,
Поклоняюсь Татхагате, Прославленному, который достиг совершенного господства,
Поклоняюсь Татхагате Славному Образцу Света, который пронизывает всё,
Поклоняюсь Татхагате, Который посредством драгоценного лотоса достиг совершенного господства,
Поклоняюсь Татхагате, Архату, Совершенному Просветленному, Драгоценному, который пребывает на лотосе - Царю владык гор.

Вы, а также все Татхагаты, Архаты, Совершенные Просветленные и Бхагаваны во всех мирах десяти направлений - все живущие в этом мире Бхагаваны - пожалуйста, внемлите мне:

В этой жизни и во всех прежних жизнях с безначального времени, в круговерти сансары, я делал неблаготворное, побуждал других это делать и радовался неблаготворному. Я воровал подношения, которые были предназначены для ступ, для Сангхи и для Сангхи десяти направлений; я побуждал других совершать это и радовался таким деяниям. Я совершал пять особенно тяжких преступлений, других побуждал их совершать и радовался таким преступлениям. Я прошел через весь кармический процесс десяти неблаготворных действий, я других побуждал к их совершению и радовался,, когда другие так делали.

Ослепленный всеми возможными кармическими завесами, я был существом ада и перерождался в различных животных формах, в сфере голодных духов, в отдаленных от центра Дхармы местах, в стране варваров, а также долгоживущим богом, человеком с неполноценными органами чувств, человеком с ложными воззрениями и человеком, который не радовался явлению Будды. Какого бы рода ни были мои неблаготворные действия, я во всех них раскаиваюсь, я излагаю их открыто, не утаиваю перед Бхагаванами Буддами, которые обладают изначальной мудростью, а также очами сострадания, силой правильного восприятия и всеведущего познания.

В будущем я буду предотвращать такие действия и никогда снова не совершу их.

Все Бхагаваны Будды, пожалуйста, внемлите мне:

Я мог накопить заслуги в этой жизни и в моих прежних жизнях в различных сферах сансары с безначального времени, упражняясь в щедрости, хотя бы даянием пищи одному живому существу, рожденному в сфере животных. Я мог накопить заслуги своим нравственным поведением, вступлением в целибат, тем, что приводил живых существ к созреванию, тем, что развивал желание достигнуть высшего Просветления, или благодаря высшей изначальной мудрости.

Все эти заслуги, которые, возможно, я имею, я собираю вместе и посвящаю моему великому, совершенному и полному Просветлению.

Так же, как посвящали свои заслуги Бхагаваны прошлого, и как посвящают свои заслуги Бхагаваны Будды, ныне живущие, я посвящаю мои заслуги.

Я раскаиваюсь в каждом отдельном неблаготворном деянии. Я радуюсь всему благотворному. Я умоляю всех Будд и прошу их: да смогу я достигнуть священнейшей и высшей изначальной мудрости.

Я складываю руки перед всеми Победителями, которые ещё пребывают на этой земле и являются превосходнейшими среди людей; перед всеми Победителями прошлого и теми, кто ещё придет: даруйте, пожалуйста, свою защиту.

(Колофон: Этим заканчивается *Сутра трех благородных накоплений Махаяны*[63]*.)*

Общее раскаяние

О, какая мука! Все Будды десяти направлений, такие, как Гуру Ваджрадара, все Бодхисаттвы и Сангха: пожалуйста, выслушайте меня! Я, по имени *(вставь своё имя)* во всех моих жизнях с безначальности сансары и вплоть до сегодняшнего дня находился под властью омрачений - привязанности, враждебности и неведения и совершал, таким образом, десять неблаготворных действий телом, речью и умом. Я совершал пять особо позорных преступлений, а также пять постыдных проступков, я нарушал мои обеты Пратимокши, а также мои обеты Бодхисаттвы и тайные тантрические обеты. Я чинил злодеяния своему отцу и матери, а также своему настоятелю, Мастеру, предоставившему мне обеты, и моим товарищам, которые тоже жили в целибате. Я вредил Трем Драгоценностям; я отказывался от священной Дхармы; я принижал Арья Сангху; я вредил живым существам и много более того - я создал массу неблаготворного, побуждал других делать подобные вещи, радовался этому и ещё много чего совершил. Короче, из чего бы ни состояло мое собрание негативных действий, какую бы карму я также ни создал, препятствующую высшему перерождению и достижению Освобождения и ведущую меня в сансарическое перерождение или в низшие сферы - я исповедуюсь во всем этом, раскаиваюсь и без утайки излагаю свои преступления публично перед всеми Буддами десяти направлений, как например, Гуру Ваджрадарой и Бодхисаттвами. В будущем я более не стану совершать этих действий. Когда теперь я так исповедуюсь и раскаиваюсь (во всех ошибках), да смогу я стать счастливым и пребывать на том. Этого не произошло бы без покаяния и искупления.

В том случае, если вы хотите декламировать краткую версию, то произносите следующий стих:

Под влиянием привязанности, враждебности
И неведения я делал неблаготворное
Телом, речью и умом.
Во всех этих деяниях я раскаиваюсь по-отдельности.

Я радуюсь всем заслугам
Будд десяти направлений,
Бодхисаттв, Пратьекабудд,

[63] Другое название *‘Сутры раскаяния в нарушениях обетов’*.(И.У.)

Тех, которые ещё преподают, и тех, кто более не учит,
А также всех других живых существ.

Вы светочи мира во всех десяти направлениях,
Вы, Не-Имеющие-Привязанности,
И достигшие уровня просветленных Будд,
Вы Защитники, я молюсь вам:
Вращайте высшее Колесо Учения!

Тех, кто согласно обычному восприятию
Намерены вступить в нирвану,
Я умоляю со сложенными руками:
Пребывайте в этом мире - столько эонов,
Сколько атомов существует,
Чтобы всем существам помогать и приводить их к счастью.

Даже самую малость благотворного,
Что я накопил посредством поклонения, даяния, покаяния,
Сорадования, молитв и просьб,
Я посвящаю моему Просветлению.

Сделай подношение мандалы, напевая при этом длинный стих. Затем проси об исполнении трех великих целей:

Я принимаю Прибежище в Гуру и Трех Драгоценностях. Пожалуйста, благословите мой ум. Пожалуйста, благословите нас, чтобы я и все чувствующие существа, которые были когда-то моими матерями, преодолели всякий вид извращенного мышления - начиная с недостаточной преданности к нашему Духовному Мастеру и вплоть до нашего цепляния за дуалистические признаки самости. Пожалуйста, благословите нас, чтобы мы развили любой вид правильной точки зрения - начиная с преданности нашему Духовному Мастеру. Пожалуйста, благословите нас и устраните все внешние и внутренние препятствия.

ШЕСТОЙ РИТУАЛ: СЛЕДУЮЩАЯ МОЛИТВА ИЗ УСТНОЙ ПЕРЕДАЧИ, ИСПОЛНЯЕМАЯ РАДИ ТОГО, ЧТОБЫ НАШЕ СОЗНАНИЕ ПРОНИКЛОСЬ НАСТАВЛЕНИЯМИ

Мой драгоценный кореной Гуру, воссядь
На лотосе и лунном диске на моей макушке;
Заботься обо мне с Твоим великим состраданием,
И даруй мне сиддхи тела, речи и ума.

Наш Учитель, Бхагаван, единственный Спаситель,
Майтрейя, Непобедимый, святой регент Победителей,
Арья Асанга, предсказанный Буддой:
Я направляю мои молитвы вам, трем Буддам и Бодхисаттвам.

Васубандху, коронная драгоценность ученых Джамбудвипы,
Арья Вимуктисена, познавший Срединный Путь,
Вимуктисенагомин, который всё ещё внушает преданность:
Я направляю мои молитвы троим, открывшим очи мира.

Паранасена, достигший чудесного состояния,
Винитасена, упражнявший свой ум на Глубинном Пути,
Вайрочана, почитаемый за свои могущественные деяния:
Я направляю мои молитвы трем друзьям существам.

Харибхадра, который распространил Путь Мудрости, приводящий к совершенству,
Кузали, вобравший в себя все указания Победоносных,
Ратнасена, пекущийся обо всех с присущей тебе любовью:
Я направляю мои молитвы вам, три Проводника существ.

Суварнадвипи, чей ум преисполнен был Бодхичитты,
Дипамкара Атиша, поддержавший традицию основоположников,
Дромтонпа, объяснивший благородный Путь:
Я направляю мои молитвы вам, три опоры существ.

Шакьямуни, Защитник Учения несравненный, превосходный Спаситель,
Манджушри, воплощающий Всеведение Победителей,
Нагарджуна, превосходнейший Арья, постигший глубинный смысл:
Я направляю мои молитвы вам, трем коронным драгоценностям философов.

Чандракирти, объяснивший образ мысли Арьев,
Видьякокила, лучший ученик Чандракирти,
Видьякокила Младший, истинное дитя Победителей:
Я направляю мои молитвы вам, трем ученым с острым умом.

Дипамкара Атиша, понявший в корне Зависимое Возникновение и
Поддержавший традиции основоположников,
Дромтонпа, объяснивший благородный Путь:
Я направляю мои молитвы вам, двум драгоценностям Джамбудвипы.

Гомбава, выдающийся, могущественный йогин,
Нёйцурпа, глубокая, однонаправленная концентрация,
Тагмапа, поддержавший все ветви Виная:
Я направляю мои молитвы вам, трем светочам Учения,
освещающим эти отдаленные регионы.

Намкха Сенге, практиковавший столь добросовестно,
Намкха Гьялпо, получивший благословение Святых,
Сенге Сангпо, отказавшийся от восьми мирских забот:
Я направляю мои молитвы Гьялсе Сангпо.

Тот, кто в силу своей Бодхичитты во всех существах
видит своих детей,
Кого бог богов (Важрапани) одарил благословением и заботой,
Кто был превосходным ведущим для существ нисходящих времен:
Я направляю мои молитвы Намкха Гьялцену.

Геше Потова, регент Победителей,
Шарава, чья мудрость выше сравнений,
Чекава, носитель линии передачи Бодхичитты:
Я направляю мои молитвы тром, исполняющим чаяния существ.

Чильбупа, Бодхисаттва, владыка передач и постижений,
Лхалунг Вангчуг, великий ученый, овладевший сполна текстами,
Гонпо Ринпоче, Защитник существ во всех трех сферах:
Я направляю мои молитвы вам, трем великим старейшинам.

Цангченпа с безупречным нравственным поведением,
Цонава, поддержавший сто тысяч разделов Виная,
Мондрапа, что привел к совершенству великое число метафизических учений:

Я направляю мои молитвы вам, великим спасителям существ.

Владыка Обширной и Глубинной Дхармы,
Защищавший всех счастливых существ,
Чьи благородные труды широко распространились:
Я направляю мои молитвы славному Гуру.

Цултримбар, великий принц среди людей,
Цхону Ё, поклонявшийся своему Духовному Мастеру,
Гьергомпа, чей ум упражнялся в Пути Высшей Колесницы:
Я направляю мои молитвы вам, трем Бодхисаттвам.

Сангьебон, сокровищница чудесных качеств,
Намкха Гьялпо, благословленный Святыми,
Сенге Сангпо, отказавшийся от восьми мирских забот:
Я направляю мои молитвы Гьялсе Сангпо.

Тот, кто в силу своей Бодхичитты во всех существах видит
своих детей,
Кого бог богов (Ваджрапани) одарил благословением и заботой,
Кто был превосходным ведущим для существ нисходящих времен:
Я направляю мои молитвы Намкха Гьялцену.

Авалокитешвара, великое сокровище мудрой любви,
Манджушри, могучее, безупречное Всеведение,
Цонкапа, коронное украшение существ Страны Снегов:
Я направляю мои молитвы Лосангу Драгпа.

Джампел Гьяцо, великий принц среди Мастеров,
Кхедруп Ринпоче, солнце философов и Мастеров,
Басодже, обладавший собранием тайных указаний:
Я направляю мои молитвы вам, трем несравненным Гуру.

Чокьи Дордже, достигший состояния Единства,
Гьялва Энсапа, реализовавший Трикайя,
Сангье Еше, обладавший передачами и постижениями:
Я направляю мои молитвы вам, трем великим ученым Мастерам.

Лосанг Чокьи Гьялцен, держатель победных стягов Учения,
Кончог Гьялцен, его ближайший ученик,
Лосанг Еше, осветивший благородный Путь:
Я направляю мои молитвы вам, трем досточтимым Ламам.

Нгаванг Джампа, посланец учений Шакьямуни,
Лосанг Ньендраг, бывший его ближайшим учеником,
Йонтен Та-Йе, обладавший неистощимыми благими качествами:
Я направляю мои молитвы вам, трем добрым Гуру.

Тэнпа Рабгье, распространивший учения Лосанга Еше,
Лодро Сангпо, действовавший для Освобождения всех существ,
Лосанг Гьяцо, искусный в правильном способе обучения:
Я направляю мои молитвы вам, трем несравненным Гуру.

К моему в высшей степени доброму коренному Гуру (Джинпа Гьяцо),
Единственному в своем роде, поддержавшему учение как практику,

Который даровал четырем видам Способствующих счастью
Учеников передачи и постижения:
Поклоняясь телом, речью и умом, я обращаюсь.

Тот, кто много учился,
Кто расширил мандалу устной передачи
И тайные практики двух ступеней разоблачил от скрывавших покровов:
Я направляю мои молитвы Тензину Кедрупу.

Добрейший реинкарнированный Лама, чье тело
В себе воплотило все объекты Прибежища прошлого,
Настоящего и будущего,
Чья речь с красноречием Манджушри распространила Дхарму,
Чей ум был океаном неопосредованной мудрости,
Которым постиг он Три Высших Тренинга, а также Причину и Следствие:
Я направляю мои молитвы Лосангу Лхундрупу Гьяцо.

(Мой досточтимый Лама, который обладал умениями во всех сферах,
Чей ум был полон драгоценостей Арьев, чистой любви и подобных качеств,
И который носил одежды четырех обширных целительных видов активности:
Я направляю мои молитвы Джампа Тензину Тринлэю.

Лосанг Еше Тензин Гьяцо,
Воплотивший прамудрость всех благородных Победителей;
О Защитник существ, испускающий изобилие мандал:
Я направляю мои молитвы моему доброму Гуру)

Вы - глаза, которыми можно охватить все обширные учения,
Вы - лучшая дверь, которая ведет Способствующих Счастью
к Освобождению,
Вы, действующие из чистой любви и применяющие действенные средства:
Я направляю мои молитвы вам, Духовным Мастерам, Подателям Света.

После того как ты молитвенно произнес эту просьбу, декламируй текст Цонкапы **“Основы всех благих качеств”.**

Дже Цонкапа. **Основы всех благих качеств**

Основой всех благих качеств является добрый и досточтимый Гуру.

Благослови меня, дабы я смог познать,
Что вера в Гуру является корнем Пути,
И следовать ему правильным образом, с полной преданностью и постоянным усердием.

Теперь я обрел на одну жизнь человеческое тело со всеми свободами.
Благослови меня, дабы я познал его драгоценность и редкость
И воспитывал бы непрерывно сознание,
Которое извлекало пользу из его сущностного смысла.

Тело и жизнь непостоянны, как водный пузырь.
Благослови меня, чтобы я никогда не забывал, как быстро они разрушаются
и наступает смерть,
И достиг бы непоколебимого знания, что после смерти

Я должен следовать черной и белой карме, так же, как
тень следует за телом.

Благослови меня, чтобы я постоянно следил
За устранением даже малейшей негативной кармы
И пополнением Собрания заслуг.

На пути мирских удовольствий не найти никакого Освобождения,
И это - ваша потеря, коль не можете их оставить.
Благослови меня осознать это
И все силы направить на высшее счастье Освобождения.

Эта чистая устремленность порождает внимательность, бдительность и тщательность.
Корень Учения - это
Соблюдение обетов индивидуального Освобождения;
Благослови меня, чтобы я смог выполнять эти сущностные упражнения.

Все мои матери так же, как и я, тонут в океане сансары,
Благослови меня, чтобы познав это,
Я взял бы на себя ответственность за Освобождение всех существ-скитальцев
И упражнял бы свой ум в высшей Бодхичитте.

До тех пор, пока я развиваю Бодхичитту,
Не принимая во внимание
Три упражнения этики
(посредством обетов Бодхисаттвы),
Я не смогу достигнуть Просветления.

Благослови меня ясно понять это
И упорно прилагать усилия по соблюдению клятв.

Благослови меня устранить отвлечения, возникающие
Посредством ложных объектов,
И чтобы через анализ значения реальности
Быстро завершить Путь, соединяющий в себе Безмятежность
И Особое Постижение.

Если затем я на общем Пути стал подходящим сосудом,
Благослови меня , чтобы смог я шагнуть в священные двери
Способствующих Счастью
И скоро пройти высший, неразделимый Путь.

Соблюдение своих обещаний -
Это основа двух видов реализации.
Благослови меня без сомнений познав это,
Хранить мои обеты, даже если бы это стоило мне жизни.

Благослови меня познать смысл Двух Ступеней,
Являющихся сутью Пути Тантры.
Благослови меня, чтобы я не ленясь никогда, упражнялся
в течение четырех медитативных сессий
И реализовал Учения Святых.

Да смогут Благие Друзья, меня на святом Пути наставляющие,
А также мои духовные товарищи, практикующие Путь, жить долго.

Благослови меня, чтобы я смог преодолеть все внешние и внутренние
препятствия без остатка.

Да буду я не неразлучен во всех моих жизнях с моими
безупречными Гуру,
Да смогу я наслаждаться великолепием Дхармы,
Да смогу я обрести благие качества Ступеней и Путей
И скоро достигнуть состояния Ваджрадары.

Размышляй о смысле слов, когда ты исполняешь начитывание.

Растворение Поля Заслуг

Славный и драгоценный коренной Гуру,
Пожалуйста, пребывай на лотосе и лунном диске на моей макушке,
Заботься обо мне в своей великой доброте,
Даруй мне реализации тела, речи и ума.

Гуру отправляется на твою макушку, и ты рецитируешь краткую версию Семичленной Молитвы и стих Подношения Мандалы.

Тело, рожденное из десяти миллионов позитивных деяний и превосходных качеств,
Речь, исполняющая чаяния бесчисленных существ,
Ум, постигающий всё, что имеется для познания:
Поклоняюсь Главе рода Шакьев.

Непревзойденный Учитель: драгоценный Будда.
Непревзойденный Защитник: драгоценная святая Дхарма.
Непревзойденный Проводник: драгоценная Сангха:
Поклоняюсь вам, объединяющим все объекты Прибежища.

Я делаю подношения, реальные и мысленные.
Я раскаиваюсь во всех неблаготворных делах и всех нарушениях,
Которые совершал с безначального времени.
Я радуюсь благотворным деяниям всех Арьев.
Оставайтесь с нами, пока не исчерпалась сансара
И вращайте Колесо Учения во имя блага существ.
Все мои заслуги и заслуги других я посвящаю Просветлению.

Гуру, божествам и Трем Драгоценностям
Я подношу четыре континента, гору Меру, солнце и луну,
Семь драгоценных вещей на мандале, отделанной драгоценностями,
А также облака подношений Самантабхадры.
Пожалуйста, согласитесь принять их любезнейшим образом и даруйте мне
ваше благословение.

Произноси Молитву, обращенную к Гуру

Мой Гуру, владыка четырех Кайя,
Я направляю мои молитвы тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, владыка беспрепятственной Дхармакайя,
Я направляю мои молитвы тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, владыка блаженной Самбхогакайя,
Я направляю мои молитвы тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, владыка многообразной Нирманакайя,

Я направляю мои молитвы тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всех Гуру,
Я направляю мои молитвы тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всех Будд,
Я направляю мои молитвы тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всей Дхармы,
Я направляю мои молитвы тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всей Сангхи,
Я направляю мои молитвы тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всех Дака,
Я направляю мои молитвы тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всех Защитников Дхармы,
Я направляю мои молитвы тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.
Мой Гуру, воплощение всех Объектов Прибежища,
Я направляю мои молитвы тебе: Шакьямуни-Ваджрадара.

Визуализируй Гуру в образе Шакьямуни на твоей голове и рецитируй:

Поклоняюсь Шакьямуни, Гуру и Будде.
Тебе я делаю подношение, в Тебе принимаю я Прибежище.

Ом муни муни махамуние сваха

Исполнив именную мантру (Шакьямуни) столько раз, сколько можете, продолжайте читать стих посвящения заслуг и предзнаменования счастья.

Да смогу я по причине этих заслуг
Скоро стать Гуру-Буддой;
Да смогу я всех без исключения живых существ
К этому состоянию привести.

(Молитва Ламрим)

Посредством обоих Собраний, которые я
В течение долгого времени, многими усилиями создал,
И которые простираются в даль пространства небес,
Да смогу я стать могущественным Буддой,
Наставником существ, чьи духовные очи
Закрыты неведением.

Да буду отныне и во всех жизнях
Манджушри нежной заботой овеян.
Да найду я высший Путь всех учений,
Вступлю на него и порадую всех Будд.

Да смогу устранить помрачение разума у существ,
Применяя все положения Пути, которые я понял,
Посредством силы моей любви и действенных средств;
Да сохраню учения Будды надолго.

Да смогу я во всех тех местах, куда ещё не проникли
драгоценные учения
Или где они пришли в упадок,
Движимый великим состраданием,

Объяснить эти полезные сокровища.

Посредством чудесных деяний Будд и Бодхисаттв
И через практику поэтапного Пути к Просветлению
Да станет обогащенным ум тех,
Кто устремлен к Освобождению,
И долго проявляется сила деяний Будд.

Да будет всё фактором, способствующим практике благотворного Пути;
Да будут устранено с пути всё препятствующее,
Да не разлучатся никогда все человеческие и нечеловеческие существа
С чистым Путем, почитаемым Буддами.

Если кто-нибудь прилагает усилия выполнять правильным образом
Подготовительные ритуалы Высшей Колесницы,
Да даруют ему всегда свою благосклонность Могущественные,
И да распространится во всех направлениях океан счастья.

Декламируя с полной верой эти слова, накопленные заслуги посвящают цели - исполнению собственных молитв и молитв других.

Канден Рабгье, прежний глава монастыря Бангрим Чоде, обладавший верой, ясновидением и терпением, сказал: "Я охотно имел бы удобное исполнение Подготовительных Ритуалов для кратких наставлений об этапах Пути к Просветлению под названием 'Быстрый Путь, который ведет к Всеведению.'*Он настоятельно просил, и таким образом я сочинил это для моей собственной ежедневной практики - полный альтруистических надежд, что это послужит также на пользу другим, которые, как и я, являются счастливцами. Я, который называет себя "я, Джампел Лхундруп" и в эти идущие к упадку времена выдает себя за ученика Мастера, опирался при этом на указания устной передачи безупречных, благих Сыновей Будды, светочей учений Кадампа Кьябдже Келсанга Тензина и его двух первых учеников. Да не переведется тайная линия передачи покровителя Манджушри, но станет победным знаменем драгоценных Учений.*

Сарва мангалам.

Да будет всё хорошо!

Библиография

ПРИМЕЧАНИЯ

Применяются следующие сокращения:

P: *Тибетская Трипитака*
Пекинское издание, издатель: Dr. Daisetz T. Suzuki. Suzuki Research Foundation, Tokyo, 1962

T: *Полный каталог тибетского буддийского канона*
Tohoku Imperial University, 1934

Blo sbyong brgya rtsa:
Sems dpa' chen po dkon mchog rgyal mtshan gyis phyogs bsgrigs mdzad pa'i blo sbyong brgya rtsa dang dkar chag gdung sel zla ba bcas
Shes rig par khang, Dharamsala, 1973

Bla ma'i mal ′byor dang, yi dam khag gi bdag bskyed sogs zhal ′don gces btus
Shes rig par khang, Dharamsala, 1979

1. Сутры и Тантры, цитируемые в тексте

Исповедь Акашагарбхи
Nam snyim gi bshags pa
P 322 том 7, T 641
Ârya ăkăshagarbha astottarashataka năma dhăaran mantra sahita
'Phags pa nam mkha'i snying po'i mtshan brgya rtsa brgyad pa gzungs sngags dang cad pa

Аватамсака-сутра
P 761 том 25-6, T 44
Buddhăvatamsaka năma mahă vaipulya sutra
Sangs rgyas phal po che shes bya ba shin tu rgyas pa chen po'i mdo
Cleary, Thomas. *The Flower Ornament Scripture,* Vols. 1-3, Boston: Shambala Publications, 1986

Общее покаяние
Phyi bshags

Сутра о хорошей способности памятования
P 953 том 37-8 (отсутствует в T)
Arya saddharmănusmrti upasthăna
'Phags pa dam pa'i chos dran pa nye bar gshag pa

Виная
'Dul ba
(Заглавие относится к соответствующим разделам в *Переведенных Словах Будды* и в переведенных комментариях. P 1030-55 Том 41-5 и P 5605-49 том 120-127, T 1-7 и релевантные комментарии)

Переведенные Слова Будды
'Ka' 'gyur
P 1 до P 1055 Том 1-45

Великая сутра о нирване Будды
P 788 том 31, T 120
Arya mahăparinirvăna năma mahăayăna sutra
'Phags pa yongs su mya las 'das pa chen po'i mdo

Херука-тантра
P 10 том 2
Shri mahă samvarodaya tantra răja năma
dPal bde mchog 'byung ba shes bya ba'i rgyud kyi rgyal po chen po

Сутра сердца
Shes rab snying po
P 160 том 6
Bhagavati prajnăparamită hrdaya sutra
bCom ldan 'das ma shes rab kyi pha rol tu phin pa'i snying po'i mdo
Edward Conze, *Buddhist Wisdom Books.* New York: Harper & Row, 1972

Хеваджра-тантра
P 10 том 1, T 417
Hevajra tantra răja năma
Kye'i rdo rje shes bya ba rgyud kyi rgyal po
Schnellgrove, David L., *Hevajra Tantra.* London: Oxford, 1959

Тантра посвящения Ваджрапани

Lag na rdo rje dbang bskur ba'i rgyud

(отсутствует в P)

Калачакра-тантра

P 4 том 1

Parama ādibuddhoddhrita shri kālachakra nāma tantra raja

mChog gi dang po'i sang rgyas las byung ba rgyud kyi rgyal po dpal dus kyi 'khor lo shes bya ba

Сутра "Царь медитативного сосредоточения"

P 795 том 31-2, T 4010

Arya sarva dharma svabhāva samatā vipanchita samādhi rādja nāma mahāyana sutra

'Phags pa chos thams cad kyi rang bshin mnyam pa nyid rnam par spros pa ting nge 'dzin gyi rgyal po shes bya ba theg pa chen po'i mdo

Частичный перевод на английский в: Regamey, K., *Three Chapters from the Samadhirajasutra. Warsaw: 1958*

Царственная молитва благородных деяний

(отсутствует в P), T 1095

Samantabhadra charyā pranidhāna rāja

Kun du bzang po spyod pa'i smon lam gyi rgyal po

Краткая Сутра Совершенной Мудрости

P 735 том 49, T 13

Arya prajnāpāramitā gathā

'Phags pa sher rab kyi pha rol tu phyin pa sdud pa tshigs su bcad pa Shrikhasama-Tantra

P 31 том 3

Shrikhasama tantra rādja nāama

dPal nam mkha' dang mnyam pa'i rgyud kyi rgyal po shes bya ba

Сутра поощрения к альтруизму

P 760 том 24 Параграф 25, T 69

Arya adhyāshaya samchodana nāma mahāyāna sutra

'Phags pa lhang pa'i bsam pa bskul pa shes thegs pa chen po' mdo

Сутра Встречи Отца и Сына

P 760 том 23 Параграф 16, T 44

Arya pitaputrā samāgama nāma mahāyāna sutra

'Phags pa yab dang sras mjal ba shes bya theg pa chen po'i mdo

Сутра трех благородных накоплений

P 950 том 38, T 284

Arya triskandhaka nāma mahāyāna sutra

'Phags pa phung po gsum pa zhes bya ba theg pa chen po'i mdo

Сутра Светоча Трех Драгоценностей

dKon mchog sgron me'i mdo

(Нет в P или T)

Сутра наставлений для царя

P 887 том 35, T 214, T215, T221

Arya rājāvavādaka nāma mahāyāna sutra

'Phags pa rgyal po la gdams pa shes bya ba chen po'i mdo

Сутра разбросанных палок

P 761 том 60-1, параграф 45, T44

lDong po mkod pa'i (или иногда *rgyan pa'i*) *mdo*

Сутра Совершенной Мудрости в восьми тысячах стихов

P 734 том 21, T 10

Arya ashtasāhasrikā prajnāpāramitā

'Phags pa shes rab kyi pha rol tu phyin pa brgyad stong pa

Conze, Edward. *Astasāhasrikā Prajnaparamitā*. Bolinas: Four Seasons, 1962

Сутра десяти колес Кшитигарбхи

(отсутствует в P) T 239

Dashachakra kshitigarbha nămа mahăyănа sutra

'Dus pa chen po las sa'i snying po'i khor lo bcu pa zhes bya ba theg pa chen po'i mdo

Сутра Великого Зрелища

P 763 том 63, T 95

Arya lalitavistara nămа mahăyănа sutra

'Phags pa rgyal cher rol pa shes bya ba thegs pa chen po'i mdo

Сутра древа жизни

mDo ljon shing

(отсутствует в P)

Сутра белого лотоса сострадания

P 779 том 29, T III

Arya mahăkarună pundarika nămа mahăyănа sutra

'Phags pa snying rje chen po'i padma dkar po shes bya ba theg pa chen po'i mdo

Сутра о непостижимой тайне

P 760 том 22 параграф 3; T 47

Arya tathăgata achintya guhya nirdesha năama mahăyănа sutra

'Phags pa de bshin gshegs pa'i gsang ba bsam gyis mi khyab pa bstan pa shes bya ba theg pa chen po'i mdo

Сутра о мудрецах и глупцах

P 1008 том 40, T 341

(отсутствует санскритское название)

mDzangs blun zhe bya ba'i mdo

Frye, Stanley, *Sutra of the Foolish* или *The Ocean of Narratives* (Перевод с монгольского). Dharamsala: LTWA, 1981

Сутра раскаяния я в нарушениях обетов

lThung bshags

(смотри *Сутру трех благородных накоплений*)

Сутра, сплетающая всё воедино

P 893 том 35, T 227

Arya sarva vaidalya samgraha nămа mahăyănа sutra

'Phags pa rnam par 'thag pa cad bsdus shes bya ba theg pa char po'i mdo

Сутра о памятовании Трех Драгоценностей

dKon mchog rjes su dran gyi mdo

P 5433 том 103, T 279

Arya buddhănusmrti

'Phag pa sang rgyas rjes su dran pa

P 5434 том 103, T 281

Sanghănusmrti

dGe 'dun rje su dran pa

Сутра Совершенной Мудрости

P 730-759 том 12-21, T 8-43

Prajnăpăramită sutra

Shes rab kyi pha rol tu phyin pa'i mdo

Сутра покаяния Суварнабхасоттамы

gSer 'od dam pa'i bshags mdo

P 175 том 7, T 556

Arya suvarnaprabhăsottama sutrendrarăja nămа mahăyănа sutra

'Phags pa gser 'od dam pa mdo sde'i dbang po'i rgyal po shes bya ba theg pa chen po'i mdo

(четвертая глава этой сутры называется *'rMi lam na bshags pa',* "Очищение во сне".)

Передача Виная

P 1030-55 том 41-5, T 1-7

Vinayăgama
'Dul ba lung
(Заглавие относится к разделу Виная *Переведенных Слов Будды*)

Сутра, испрошенная Сагарамати
P 819 том 33, T 152
Arya săgaramati pariprchhă năma mahăyăna sutra
'Phags pa blo gros rgyal mtshos zhus pa shes bya ba theg pa chen po'i mdo

Сутра, испрошенная Угрой
P 760 том 23 параграф 19, T 63
Arya grhapati ugra pariprchchhă năma mahăyăna sutra
'Phags pa khyim bdag drag shul can gyis zhus pa shes bya ba theg pa chen po'i mdo

Сутра белого лотоса
P 781 том 30, T 113
Saddharma pundarika năma mahăyăna sutra
Dam pa'i chos padma dkar po shes bya ba theg pa chen po'i mdo

Коренная тантра Гухьясамаджи
P 81 njv 3. T 442
Sarva tathăgata kăya vach chita rahasya guhyasamăja năma mahăkalpa răja
De bzhin gshegs pa thams cad kyi sku gsung thugs kyi gsang chen gsang ba 'dus pa zhes bya ba brtag pa'i gyal po chen po

Заклинание Кандагари
sKul byed kyi gzungs
(не приводится в P или в T)

2. Санскритские и тибетские сочинения, цитируемые в тексте

Асанга (*Thogs med*), (4в.н.э.)
Уровни Бодхисаттв
P 5538 том 110, T 4037
Yogacharyăbhumai Boddhisattvabhumi
rNal 'byor spyod pa'i sa las byang chub sems dpa'i sa
Пять текстов об уровнях
P 5536-43 том 109-11, T 4036-42
1) *Уровни Йогачарья*
Yogachryăbhumi
rNal 'byor spyod pa'i sa
2) Исчерпывающее определение уровней Йогачарья
Yogacharyăbhumi nirnaya samgraha
rNal 'byor spyod pa'i sa rnam par gtan la dbab pa bsdu ba
3)Сжатое изложение основ уровней Йогачарья
(называются также уровнями Бодхисаттв)
Yogacharyăbhumai vastu samgraha
rNal 'byor spyod pa'i sa las gzhi bsdu ba
4) Краткое перечисление уровней Йогачарья
*Yogacharyă*bhumai parayaya samgraha
rNal 'byor spyod pa'i sa las gzhi bsdu ba
5) Краткое изложение Йогачарья
Yogacharyăbhumai vivarana samgraha
rNal 'byor spyod pa'i sa las rnam par shad pa bsdu pa
Уровни Шравака
P 5537 том 110, T 4036
Yogacharyăbhumai shrăvaka bhumi

rNal 'byor spyod pa'i nyan thos la yi sa

Ашвагхоша (*rTa dbyangs*), также называемый Арьяшурой (*'Phags pa dpa' bo*)

Пятьдесят строф почитания Гуру

P 4544 том 81, T 3721

Guru panchashikă

bLama ma lnga bcu pa

Fifty Verses of Guru-Devotion. Dharamsala: LTWA, 1975

Джатаки

P 5650 том 128, T 4150

Jătaka mălа

sKyes rabs kyi rgyud

*The Jatakamălă or Garland of Birth-Stories of Aryasura.*Neuauflage, Delhi: Motilal Banarsidass, 1971

Атиша (982-1054)

Сочиненный самим Атишей комментарий к *,Светильнику на Пути'*

P5344 том 103, T3948

Bohimarga pradipa parijika nama

Byang chub lam gyi sgron ma'i dka' grel shes bya ba

Светильник на Пути к Просветлению

P5378 том 103, T3947, T4465

Boddhi pathapradipa

Byang chub lam gyi sgron ma

Sherburne, Richard, *A Lamp for the Path and Commentary.* London: Allen and Unwin, 1983

Бхававивека *(Legs Idan 'byed)*

Светильник мудрости

P5255 том 96, T 3853

Pradjna pradipa mula madhyamaka vrtti

dBu ma'i ba'i 'grel pa shes rab sgron ma

Чекава, Геше *(dGe bshes 'Chad kha ba)*

Семичленный метод тренировки ума

Theg pa po'i gdams ngag blo sbyong don bdun ma'i rtsa ba

В ксилографическом виде заново издано Камтрулом Ринпоче

(Khams sprul Rin po che) bKha shis rdzong, недатировано.

Чандрагомин *(Tsandragomin)*

Письмо ученику

P5683 том 129, T4183, T4497

Shishyallekha

Slob ma la springs pa'i pring yig

Чандракирти *(Zla ba grags pa),* (600-650)

Вступление на Срединный Путь

P5261 том 98, T3861

Madhyamakavatara karika nama

dBu ma la 'jug pa shes bya ba'i tshig le'ur byas pa

Huntigdon C.W. with Geshe Namgyal Wangchen, *The Emptiness of Emptiness.* Honolulu: U. of Hawai Press, 1989

Семьдесят строф о принятии Прибежища

P5366 том 103, P5478 том 103

Tri sharanagamana saptati

sKyabs 'gro bdun cu pa

Чангкья Нгаванг Лосанг Чоден *(lCang skya Ngag bdang blo bzang chos ldan),* (1642-1714)

Гирлянда ваджр

rDo rje phreng ba

'Phreng be dang kyi ya nas bshad pa'i dkyil 'khor zhe lgna'i ras bris kyi dkyil 'khor du dbang bskur ba'i ngag 'don gyi chog sgris blo gsal mgul rgyan nor bu'i phreng ba

Чим Джампелъянг *(mChims ‘jams dpal dbyangs)*
Комментарий к ‚Сокровищнице метафизики’ Васубандху
mChims mdzod
Дагпо Ринпоче *(Dwags po rin po che)*
Стихи о мандале
Mandal tshigs bcad ma

Труды Далай-лам

Третий Далай-лама, Сонам Гьяцо *(bSod nams rgya mtsho),* (1543-1588)
Сущность очищенного золота
Lam rim gser zhun ma
Dalai Lama III, *The Essence of Refined Gold.* Translated by Glenn H.Mullin, Ithaca: Snow Lion Publications, 1983
Пятый Далай-лама, Нгаванг Лосанг Гьяцо *(Ngag dbang blo bzang rgya mtsho),* (1617-1682)
Собственные слова Манджушри
Lam rim ‘jams dpal zhal lung
(в двенадцатом томе его собрания сочинений)

Дхармакирти *(Chos grags)*, (7 в.н.э.)
Комментарий о достоверных вещах
(называется также *Комментарий о достоверном восприятии*)
P5709 том 103, T4201
Pramanavarttika karika
Tshad ma rnam ‘grel gyi tshig le’ur byas pa
Дхарматтрата *(Chos skyob)*
Поучения Будды
P992 том 39, T4099, T326
Udanavarga
Ched du brjod pa’i tshoms
Rockhill, W.Woodville, *Udanavarga: A Collection of Verses From the Buddhist Canon.* New Delhi: D.K.Publishers’ Distributers, 1982
Sparham, Gareth, *The Tibetan Dharmapala.* Boston: Wisdom Publications, 1986
Речи Будды о непостоянстве
Mi rtag pa’i tshoms
(первая глава вышеназванного сочинения)
Дольпа Шераб Гьяцо *(Dol pa Rog Shes rab rgya mtsho* или также *Dol pa dMar zhur pa)*, (1059-1131)
Синяя книга заклинаний
Be’u bum sngon po
Дролунгпа *(Grj lung pa)*
Уровни учений
bsTan rim
Гунтанг Ринпоче *(Gung thang Rinpoche)*, (1762-1823)
Collected Works of Gung thang dkon mchog bstan pa’i sgron me
Neuauflage von Ngawang Gelek Demo, New Delhi, 1972
Джампел Лхундруп *(jam dpal lhun grub)*
Драгоценное ожерелье для счастливцев (практическая рецитация, подготовительное упражнение для ‘Быстрого Пути’, в сжатом виде содержащее учение Ламрим)
(Byang chub lam gyi rim pa’i dmar khrid myir lam gyi sngon ‘gro’i ngag ‘don gyi rim pa khyer bde bklag chog) bskal bazng mrgin rgyan
Камалагупта *(mNga’ bdag lha ye shes rgyal mtshan)*

Украшение Ваджрахрида-тантры
P86 том 3, T451
Shri vajrahrdayalamkara tantra nama
dPal rdo rje snying po rgyan gyi rgyud ces bya ba

Кетсанг Джамьянг *(sKed tshang 'jam dbyangs)*
Ламрим Кетсанга
sKed tshangs lam rim
Молитва Кетсанга Джамьянга
sKed tshang 'jam dbyangs smon lam

Майтрейя *(Byams pa)*
Пять трактатов
P5521-5525 том 108, T4020-24
1) Украшение махаянских сутр
2) Различие между крайностями и Срединным Путем
3) Украшение для реализации
4) Стихи, посвященные различению между феноменами и их истинной природой
Dharma dhamata vibhanga karika
Chos dang chos nyid rnam par 'byed pa'i tshig le'ur byas pa
5) Уттаратантра

Украшение для реализации
35184 том 88
Abhisamayalamkara
mNgon par rtogs pa'i rgyan
(см. *Пять трактатов* Майтрейи)
Conze, Edward, *Abhisamayankara.* Serie Orientale Roma VI. Rome: Is.M.E.O., 1954
Украшение махаянских сутр
P5521 том 108
Mahayana sutralamkara karika
Theg pa chen po'i mdo sde'i rgyan gyi tshig le'ur byas pa
(см. *Пять трактатов* Майтрейи)
Высший континуум Великой Колесницы
P5525 том 108
Uttaratantra
Mahayanottaratantra shastra
Theg pa chen po rgyud bla ma'i bstan bcos
(см. *Пять трактатов* Майтрейи)
Obermiller, E., *Sublime Sciense of the Gret Vehicle to Salvation.* Acta Orientalia, XI, ii, iii и iv.

Матричета *(Ma khol)*
P2038 том 46
Сто пятьдесят строф хвалы
Shatapancha shatika nama stotra
Adhyarddha shataka nama stotra
bsTod pa brgya lnga bcu pa
Хвала для тех, кто достоин восхваления
P2038 том 46
Varnanarha varnana
bsNgags 'os bsngags bstod

Миларепа *(Mi la ras pa),* (1040-1123)
Песни Миларепы
Составитель - Тсангньён Херука *(gTsang smyon Heruka)*, (1452-1507)
rje bstun mi la ras pa'i rnam thar rgyas par rhye ba mgur 'bum
Milarepas gesammelte Vajra-Lieder. Berlin: Theseus 1996

Нагарджуна *(Klu sgrub)*

Письмо другу
P5409 том 103, T4182, T4496
Suhrllekha
bShes pa'i spring yig
Tharchin, Geshe Lobsang *(dge bsehs Blo bzang mthar phyin)* and
Engle, Artemus B., *Nagarjuna's Letter*/ Dharamsala: LTWA 1982
Хвала в притчах
P2011 том 46
dPe la bstod pa
Nirupama stava
dPe med par bstod pa
Драгоценный венец
P5658 том 129,T 4158
Raja Parikatha ratnavali
rGyal po la gtam bya ba rin po che phreng ba
Hopkins, Jeffrey & Rinpoche, Lati, *The Precious Garland and the Song of the Four Mindfulnesses.* London: George Allen & Unwin, 1975
Шесть трактатов по логике
P5224-7 том 95 и 5638 том 129, T3824-8, T4158

1) *Корень Срединного Пути*
Prajna nama mula madhyamaka karika
dBu ma tsa ba tshig le'ur byas pa shes rab ces bya ba
2) Шестьдесят строф о логике
Yktishashtika karika nama
Rigs pa drug cu pa'i tshig le'ur byas pa shes bya ba
Lindtner, C., *Master of Wisdom, Writing of Buddhist Master Nagarjuna.* Berkeley: Dharma Publishing, 1986
3)Точное наставление
Vaidalya sutra nama
Shib mo rnam par 'thag pa shes bya ba'i mdo
4) Семьдесят строф о Пустоте
Shunyata saptati karika nama
rTsod pa bzlog pa'i tshig le'ur byas shes bya ba
6) Драгоценный венец

Нгаванг Драгпа *(Ngag dbang grags pa)*
Сущность выдающегося сочинения
Legs gsung nying khu

Труды Панчен-лам

Первый Панчен-лама, Лосанг Чокьи Гьялцен *(Blo bzang chos kyi rgyal mtshan)*, (1569-1662)
Махамудра Гелугпы
dGe ldan bka' brgyud rin po che'i phyag chen rtsa ba rgyal ba'i gzhung lam
Новое ксилографическое издание, Гангток, 1978
Молитва об освобождении из опасного пути бардо
Bar do 'phrang sgrol gyi gsol 'debs
отпечатано заново в книге под названием: *lTung bshags, spyi bshags, gtso rgyal ma, bzang spyod, byams smon, sbyod 'jug, thog mtha' ma, bde smon; ji srid ma, byams ba'i sku gzugs, bde chen lhun grub, bar do'i gsol 'debs, blo bzang rgyal bstan ma, rje rin po che'i bstan pa dang mjal ba'i smon lam bcas bzhugs so.* Gangtok 1978?

Мелодичный смех Лосанга Драгпа - Ответы на "С чистым намерением поставленные вопросы"
Dris lan blo bzang bzhad pa'i sgra dbyangs
Простейший Путь
Lam rim bde lam
(в четвертом томе его собрания сочинений)
Гуру Пуджа
Zab lam bla ma mchod pa'i cho ga bde stong dbyer med ma dang, tsfogs mchod bcad
вновь издано в: *Bla ma'i mal 'byor*
Немецкая редакция: Тибетский центр, Гамбург

Второй Панчен-лама, Лосанг Еше *(Pan chen Blo bsang ye shes)*, (1661-1737)
Быстрый Путь
Lam rim myur lam

Потова, Геше (dGe bshes Po to ba), (1027-1105)
Аналогии
dPe chos rin chen spungs pa
Это произведение вместе с комментарием Кьябдже Линга Ринпоче, наставника Его Святейшества Четырнадцатого Далай-ламы, было заново издано монгольским Ламой Гуру Дева в: Pleasure of Elegant Sayings Printing Press, Tibetan Monastery, Sarnath, Varanasi, U.P., 1965

Пурхог Нгаванг Джампа *(Phur bu lhog ngag dbang byams pa),* (1682-1763)
Собрание сочинений Пурхога Нгаванга Джампа
Переиздано Нгавангом Сопа, New Delhi, 1973-5

Шантидева *(Zhi ba lha)*, (8 в.н.э.)
Компендиум наставлений
P5272 том 102, T3940
Shiksha samuchchaya karika
bsLab pa kun las btus pa'i tshig le'ur byas pa
Bendall, C & Rouse, W.H.D., *Shiksha Samuccaya.* Delhi: Motilal Banarsidass, 1971
Бодхисаттвачарьяаватара
Boddhisattva charyavatara
P5272 том 99, T3871
Byang chub sems dpa'i spyod pa la 'jug pa
Немецкий перевод: Shantideva, *Eintritt in das Leben zur Erleuchtung.* Munchen, 1997

Триджанг Ринпоче, Кьябдже *(Kyabs rje Khrid byang rin po che)*, (1901-1981)
Освобождение в наших руках
Глубокообоснованное, мастерски преподанное наставление, которое дает Освобождение в наши руки. Самая суть умственной доброты несравненного царя Дхармы Цонкапы; запись сжатых наставлений об этапах Пути к Пробуждению; сущностное содержание всех текстов; сущность нектара наставлений.
rNam sgrol lag bcangs su gtod pa'i man ngag zab mo tshang la ma nor ba mtshungs med chos kyi rgyal po'i thugs bcud byang chub lam gyi rim pa'i nyams khrid kyi zin bris gsung rab kun gyi bcud bsdus gdams ngag bdud rtsi'i snying po
недатированный ксилограф, который был издан в Индии *dGa' ldan shar rtse grwa tshang*

Цечолинг Ринпоче Еше Гьялцен *(Tshe mchog gling rin po che Ye shes rgyal mtshan)*, (1713-1793)
Собрание сочинений Цечолинга Ринпоче
Tshe mchog gling yons 'dzin Ye shes rgyal mtshan gyi gsung 'bum
Переиздание появилось в: Tibet House, New Delhi, 1974

Цонкапа *(Tsong kha pa),* (1357-1419)
Основы всех благих качеств
Yon tan bzhi gyir ma
также содержится в: *Bla ma'i mal 'byor*

Собрание сочинений
P6001-6210 том 152-161
rGyal ba tsong kha pa chen po'i bka' 'bum
Труд был также переиздан Ламой Гуру Дева. Речь идет о полном фотографическом воспроизведении лхасского издания с титульным названием *rJe'i gsung 'bum* с дополнительными молитвами посвящения заслуг, которые были специально сочинены Триджангом Ринпоче; он недатирован.
Большое Изложение Этапов Пути
P6001 том 152
Lam rim chen mo
Перевод раздела об особом постижении: Narper, Elizabeth, *Dependent Arising and Emptiness.* Boston: Wisdom, 1989
Молитва Ламрим
dGe rtsa rnams ring 'bad ma
Молитва посвящения заслуг в конце *Большого Изложения Этапов Пути*
Среднее Изложение Этапов Пути
P6002 том 152
Lam rim chung ba
Перевод раздела об особом постижении под заглавием *The Middle Length Transcendent Insight* имеется в: Thurman, Robert A.F. ed., *The Life and Teachings of Tsong Khapa.* Dharamsala: LTWA, 1982
С чистым намерением поставленные вопросы
P6070 том 153
dGe sbyor gyi gnad kyi dri ba snyan bskul lhag bsam ram dkar shes bya ba
Песня внутреннего опыта или *Краткое Изложение Этапов Пути*
nyams mgur или *Lam rim bsdus don*
Часть второго тома изданного Гуру Девой труда
Избранные сочинения (thor bu) 55 b1 до 58 a2
Немецкий перевод: J.I. Panglung, *Lamrim Dudon.* Langenfeld: Chodzong, 1996
Три принципа Пути
P6087 том 153
Lam gyi gtso bo rnam gsum
Часть второго тома изданных Гуру Девой *Избранных сочинений (thor bu)* 193 b5 до 194 b5
Немецкий перевод: J.I.Panglung, *Drei Prinzipien des Weges.* Munchen: Norbu Ling, 1995

Цонкапе приписываемые сочинения:
Строфы об истинном
bDe pa po'i le'u

Тукан Дхармаваджра *(Thu'u bkwan dharma badzra)*, (1737-1802)
Отражение красноречивых речей
Grub mtha' thams cad kyi khungs dang 'dod tshul ston pa legs bshad shel gyi me long
Sarnath: 'Chos Je Lama', 1963

Удбхатасиддхасвамин *(mtho bstum grub rje)*
Высшая Хвала
P5476 том 103, T1109
Vishesha stava
Khyad par du 'phags par bstod pa

Вararухи, Ачарья *(Slob dpon mchog sred)*
Сотня строф
P5824 том 144, T4332
Arya kosha nama
Tshig su bcad pa brgya pa

Васубандху *(dByig gnyen)*, (4 в.н.э.)
Сокровищница метафизики

P5590 том 115, T4089
Abhidharmakosha karika
Chos mgnon pa'i mdzod kyi tshig le'ur byas pa

Еше Цёндрю *(Ye shes brtson 'grus)*
Сущность нектара
Byang chub lam gyi rim pa'i gdams pa zab mo rnams tshigs su bcad pa'i sgo nas nyams su len tshul dam chos bdud rtsi'i snyng po
ксилограф, Buxa, *Thar 'dod gling,* не датирован
Rabten, Geshe *(dGe bshes Rab bsten), The Essential Nektar. Meditayions on the Buddhist Path.* Редактор и переводчик стихов: Martin Willson. London: Wisdom Publications, 1984

Труды неизвестных авторов, цитируемые в этой книге

Антология белых нагов
Klu 'bum dkar mo

Книга Кадампы
bKa' gdams glegs bam
Переиздание: Buddhist Temple, Varanasi, U.P., 1973

Исчерпание содержания сансары
'Khor ba dong sprugs

История Кадампы
dKa' gdams bu chos
(второй том *Книги Кадампы*)

История Кадампы
dKa' gdams chos 'byung

Толпа богов из Тушита
dGa'ldan lha brgya'i ma

Сто жизнеописаний
r Togs brjod brgya pa

Сто строф о карме
P1007 том 39, T340
Karmashataka
Las brgya tham pa
также известен под названием: *Сотня строф (о карме) из сутр*
mDe sde las brgya pa

Ясное отражение
gSal ba'i me long
(возможно, идентично *Отражению красноречивых речей* Тукана Дхармаваджры)

Сострадательное Прибежище
sKyabs thugs rje ma

Очищение шести видов чувствующих существ и их миров
Rigs drug gnas sbyong

Сутра классификации кармы
P1005 том 3959, T4484
Karma vibhanga
Las mam par 'byed pa

Чудесная Книга Гелугпы
dGa'ldan sprul pa'i glegs bam

Обзор драгоценных качеств
Yon tan rin po che sdud pa

3. Другие труды

Allione, T., *Tibets Weise Frauen.* Glonn, 1987

Aryasura, *The Marvelous Companion: Life Stories of the Buddha.* Berkeley: Dharma, 1983

Batchelor, S., *The Jewel in the Lotus: A Guide to the Buddhist Traditions of Tibet.* London: Wisdom, 1987

Bendall, C. & Rouse, W.H.D. (пер.), Shantideva. *Siksa Samuccaya.* Delhi: Motilal Banarsidass, 1971

Beresford, Brian, *Mahayana Purification.* Dharamsala: LTWA, 1980

Berzin, Alex (пер.), *Mahamudra.* Ithaca: Snow Lion, 1997

Byrom, T. (пер.), *The Dhammapada: The Sayings of the Buddha.* London: Wildwood House, 1976

Chodron, T. (ред.), *Pearl of Wisdom: Buddhist Prayers and Practices.* 2 Volumes. Singapore: Amitabha Buddhist Centre, 1991.

Conze, Edward, *Abhisamayalankara.* Serie Orientale Roma VI. Rome: is.M.E.O., 1954

- *Astasahasrika Prajnaparamita.* Bolinas: Four Seasons, 1962
- *Buddhist Texts Trough the Ages.* Oxford: Cassirer, 1954
- *The Large Sutra on Perfect Wisdom.* Berkeley: University of California, 1975
- *The Short Prajnaparamita Texts.* London: Luzac, 1973

Cowell, E. (ред.), *Buddhist Mahayana Texts.* New York: Dover, 1969.
Впервые было опубликовано в 1894 году в качестве тома XlIX серии *The Sacred Books of the East.*

Dalai Lama, *Der Schlussel zum Mittleren Weg.* Hamburg: Dharma Edition, 1991,

Dalai Lama, *Der Stufenweg zu Klarheit, Gute und Weisheit.* Munchen: Diamant, 1998.

Dalai Lama, *Gesang der inneren Erfahrung. Die Stufen auf dem Pfad zur Erleuchetung.* Hamburg: Dharma Edition, 1993.

Dalai Lama, *TheWorld of Tibetan Buddhism.* Boston: Wisdom, 1995.

Dalai Lama, *Yoga des Geistes.* Hamburg: Dharma Edition, 1991.

Dhargyey, Geshe Ngawang. *An Anthology of Well-Spoken Advice.* Ed. A.Berzin. Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1982.

Dharmarakshita, *The Wheel of Sharp Weapons: A Mahayana Training of tne Mind.* Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1973.

Doboom Tulku and G.Mullin (пер.), *Atisha and Buddhism in Tibet.* New Delhi: Tibet House, 1983.

Dowman, K., *Die Legende vom Gro?en Stupa.* Haldenwang, 1981.

Dowman, K., *Meister des Tantra, Leben und Legenden der Mahasiddhas.* Basel, 1988.

Evans-Wentz, W. (ред.), *Das Tibetanische Totenbuch.* Olten, 1971.

Fremantle, F. and Trungpa Rinpoche, *Das Totenbuch der Tibeter.* Koln, 1976.

Gampopa, *Juwelenschmuck der geistigen Befreiung.* Munchen, 1989.

Gyatso, Tenzin, *Das Auge einer neuen Achtsamkeit.* Munchen, 1987.

Gyatso, Tenzin, *Das Buch der Freiheit.* Bergisch Gladbach 1990.

Gyatso, Tenzin, *Die Lehre des Buddha vom Abhangigen Entstehen.* Hamburg: Dharma Edition, 1996.

Gyatso, Tenzin, *Ein menschlicher Weg zum Weltfrieden.* Arnstorf, 1985.

Gyatso, Tenzin, *Einfuhrung in den Buddhismus, Die Harward-Vorlesungen.* Freiburg, 1993.

Gyatso, Tenzin, *Four Essential Buddhist Texts.* Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1982.

Gyatso, Tenzin, *Kalacgakra Initiation.* Madison: Deer Park, 1981.

Gyatso, Tenzin, *Kalachakra Tantra: Rite of Initiation.* London: Wisdom, 1989.

Gyatso, Tenzin, *Logik der Liebe.* Munchen, 1986.

Gyatso, Tenzin, *My Tibet* (Photographs by G.Rowell). Berkeley: Unuversity of California Press, 1990.

Gyatso, Tenzin, *The Bodh Gaya Interviews.* Ithaca: Snow Lion, 1988.
Gyatso, Tenzin, *The Buudhism of Tibet.* Ithaca: Snow Lion, 1987.
Gyatso, Tenzin, *The Union of Bliss and Emptiness: A Commentary on the Lama Choepa Guru Yoga Practice.* Ithaca: Snow Lion, 1988.
Gyatso, Tenzin, *Transcendent Wisdom: A Commentary on the Ninth Chapter of Shantideva's Guide to the Boddhisattva's Way of Life.* Пер. A.Wallace. Ithaca: Snow Lion, 1988.
Hopkins, J., *Der Tibetische Buddhismus, Sutra und Tantra.* Arnsorf: Diamant, 1988.
Hopkins, J., *Meditation on Emptiness.* London: Wisdom, 1983.
Lati Rinpoche und J.Hopkins (пер.), *Stufen zur Unsterblichkeit. Tod, Zwischenzustand und Wiedergeburt im Tibetischen Buddhismus.* Munchen: Diederichs, 1983.
Lati Rinpoche und J.Hopkins (пер.), *Meditative States in Tibetan Buddhismus: The Concentrations and Formless Absorptions.* London: Wisdom, 1983.
Lauf, D., *Das Erbe Tibets,* Bern, 1972.
Lodo, Lama., *Bardo Teaching: The Way of Death and Rebirth.* Ithaca: Snow Lion, 1987.
Losang Chokyi Gyaltsen, *Lamrim Delam. Der agenehme Weg zur Erleuchtung.* Langenfeld: Chodzong, 1995.
Mascaro., J., *The Dhammapada: The Path of Perfection.* Harmondsworth: Penguin, 1973.
McDonald, Kathleen, *Wege zurMeditation.* Munchen: Diamant, 1986.
Mullin, G. (пер.), *Die Schwelle zum Tod.* Koln, 1987.
Mullin, G. (пер.), *Selecefвe Works of the Dalai Lama I: Bridging the Sutras and Tantras.* Ithaca: Snow Lion, 1985.
Mullin, G. (пер.), *Teaching at Tushita: Buddhist Discoures, Articles and Translations.* New Delhi: Mahayana Publications, 1981.
Mullin, G. (пер.), *The Practice of Kalachakra.* Ithaca: Snow Lion, 1991.
Nagarjuna and the Seventh Dalai Lama, *The Precious Garland and the Song of the Four Mindfulnesses.* London: George Allen and Unwin, 1975.
Namkha Pal, *Sonnenstrahlen des Geistestainings.* Berlin: Theseus, 1998.
Newland, G., *Compassion: A Tibetan Analysis.* London: Wisdom, 1984.
Rabten, Geshe & Geshe Ngawang Dhargyey, *Advice from a Spiritual Friend: BuddhistThougt Transformetion.* London: Wisdom, 1983.
Rabten, Geshe, *Song of the Profound View.* London: Wisdom, 1983.
Rabten, Geshe, *The Preliminary Practices.* Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1974.
Rabten, Geshe, *Treasury of Dharma: A Tibetan Buddhist Meditation Course.* London: Tharpa, 1988.
Robinson, J. (пер.), *Buddha's lions: The Lives of the Eighty-four Siddhas.* Emeryville: Dharma, 1979.
Sakya Pandita, *Illuminations: A Guide to Essential Buddhist Practices.* Novato: Lotsawa, 1988
Sakya Trizin, et.al., *Essence of Buddhism.* New Delhi: Tibet House, 1986.
Seine Heiligkeit Sakya Trizin & Ngawang Samten Chophel (пер.), *A Collection of Instructions on Parting from the Four Attachments: The Basis Mind Training Teaching of the Sakya Tradition.* Singapore: Sakya Tenphel Ling, 1982.
Shantideva, *Eintritt in das Leben der Erleuchtung* (Ubers. E. Steinkellner). Munchen: Diederichs, 1981.
Sherburne, Richard (пер.), *A Lamp for the Path and Commentary of Atisha.* London: George Allen and Unwin, 1983.
Sopa, Geshe Lhundup und J.Hopkins, *Der Tibetische Buddhismus.* Munchen: Diederichs, 1979.
Speyer, J.S. (пер.), *The Jatakamala, or Garland of Birth Stories of Aryasura.* Delhi: Motilal Benarsidass, 1971.
Tharchin, Geshe Lobsang, *King Udrayana and the Wheel of Life: The History and Meaning of the Buddhist Teaching of Dependent Origination.* Freewood Acres: Mahayana Sutra and Tantra Press, 1984.
Thegchok, Geshe Jampa, *Lama Tsonkapa's Praise to Dependent-Arising.* Mellbourn: Nalanda Monastery, 1990.
Thubten Loden, Geshe Acharya, *Path to Enlightenment in Tibetan Buddhism.* Mellbourne:

Thushita Publications, 1993/
Thurman, R. (Ed.), *Tsong Khapa's Speech of Gold in the "Essence of True Eloquence".* Princeton University Press, 1984.
Tsong-ka-pa, *Compassion in Tibetan Buddhism* . Ed. and tr. by Jefrey Hopkins. Ithaca: Snow Lion, 1980.
Tsong-ka-pa, *Tantra in Tibet: The Great Exposition of Secret Mantra.* London: George Allen and Unwin, 1977.
Tsongkhapa, *Yhe Principal Teachings of Buddhism* (с комментарием Пабонгка Ринпоче). Пер. с тиб. Геше Лобсанга Тарчина и Майкла Роча. - Howell, N.J.: Mahayana Sutra and Tantra Press, 1988.
Wallace, A., *A Passage from Solitude: Training the Mind in a Life Embracing the World.* Ithaca: Snow Lion, 1992.
Wallace, Allan, *Von Tibet nach New York.* Munchen: Diamant, 1995.
Wangchen, Geshe Namgyal, *Awakening the Mind of Englightenment: Meditation on the Buddhist Path.* London: Wisdom, 1987.
Wangyal, Geshe, *Tibetische Meditationen.* Zurich, 1975.
Willis, J., *On Knowing Reality: The Tattvartha Chapter of Asanga's Bodhisattvabhumi.* New York: Columbia University Press, 1979.
Willson., M., *In Praise of Tara: Song to the Saviouress.* London: Wisdom, 1986.
Yeshe, Lama Thubten, *Diamantwasser 2.* Rheinberg: Zero, 1983.
Yeshe, Lama Thubten, *Wege zur Gluckseligkeit,* Munchen: Diamant, 1988.
Yeshe, Lama Thubten, *Weihnachten.* Berlin: Theseus, 1979.
Zopa, Lama Thubten, *Herzensrat eines tibetischen Meisters.* Munchen: Diamant, 1994.
Zopa, Lama Thubten, *Probleme umwandlen.* Munchen: Diamant, 1993.

Глоссарий

ПРИМЕЧАНИЕ

В первой части русского издания помещен глоссарий русских понятий с соответствующими санскритскими и тибетскими параллелями. Он показывает, какие переводы отобраны для рабочих понятий, и, несомненно, послужит полезной ссылкой.

Способ написания санскритских и тибетских слов в немецком издании ориентируется на международную форму транслитерции, которая является удобочитаемой и передает на немецком непосредственное звучание. При переводе на русский язык мы старались придерживаться сложившейся системы русской транслитерации.

В немецком издании глоссарий имеет три части. В русском переводе опущена часть, называющаяся “Тибетская транслитерация тибетских и санскритских имен и слов”, так как это, по сути, те же слова и имена, но на первом месте стоит транслитерация тибетских понятий, а немецкие и санскритские понятия следуют за тибетскими. Этот глоссарий предназначается для читателей, имеющих некоторый уровень знания тибетского языка, прежде всего для тех, кто занимается переводами текстов Ламрима с тибетского и не знаком с санскритским употреблением имен выдающихся деятелей буддизма.

Во второй части русского издания перечисляются все встречающиеся в этой книге санскритские и тибетские имена и слова в легко читаемой форме, которая была использована в этом переводе. Вместе с санскритской и тибетской транслитерацией они находятся здесь в алфавитном порядке. Это дает читателю возможность по санскритским словам, которые употребляются здесь, восстановить тибетский оригинал.

Звездочка перед санскритским словом или именем означает либо то, что здесь идет речь лишь о предположительном соответствии санскритскому понятию, либо то, что хотя значение этого понятия не вызывает сомнений, всё же не является доказанным тот факт, что оно соответствует тибетскому понятию.

1. Русские термины с их санскритскими и тибетскими соответствиями

Русский	Санскрит	*тибетский*

[64] В немецком тексте, возможно, произошла ошибка: написано “UBerlieferungslinie der Umfassenden Aktivitaten-charyatantra-(rgya che ba’i) spyod brgyud” (s.681), то есть речь идет о линии передачи Обширного Метода, но в качестве санскритской и тибетской параллелей указаны термины, обозначающие Чарья-тантру. (И.У.)

агрегат (совокупности)	skandha	phung po
ад	naraka	dmyal ba
Ад Без Паузы Покоя	avichi	mnar med
алчность, жадность	lobha	brnab sems
анализ	vichara	dpyod pa
Архат	arhan/arhat	dgra bcom pa
Арья	arya	‘phags pa
аналитическая медитация	-	dpyad sgom
аскетическая практика	tapasya	dka’spyod/dka’thub
аспект	akara	rnam pa
атом	anu	rdul
базис	-	rten
бдительность	samprajanya	shes bzhin
бессамостность, несамостность	nauratmya	bdag med
бессмысленная болтовня	pralapa/bhinnalapa	ngag ‘khyel
биография, жизнеописание	vimoksha	rnam thar
благословение	adhishthana	byin labs
благотворное, добродетель	shubha	dge ba
боги	deva	lha
Бодхисаттва	bodhisattva	byang chub sems dpa’
буддист	-	nang pa
будущая жизнь	ayatyam	tshe phyi ma
варвар	mlechchha/turuskha	kla klo
Великое Сострадание	mahakaruna	snying rje chen po
Великий Плач	maharaurave	ngu ‘od chen po
вера, вверение	shraddha	dad pa
вера, преданность	paryupasati	bsten
вершина, верх	murdhan	rtse mo
вкус	rasa	ro
владыка мира (царь-чакравартин)	chakravartinraja	khor lo bsgyur ba’i rgyal po
воровство	adattadana	ma sbyin pa len pa
враждебность, ненависть	dvesha	zhe sdang
времена упадка	kali/kalki	snyigs dus
Всеведение	sarvakarajnana	rnam mkhyen
возбуждение, волнение	auddhatya	rgod pa
воззрение, видение	drshti	lta ba
Вступивший-В-Поток	shrotapanna	rgyun zhugs pa
выгода, польза, преимущество	upakara/guna	phan yon
вызвать раскол	bhedaka	dbyen byed pa
высокомерие, заносчивость	garvita	kheng pa
Высшая Йога-тантра	annuttarayogatantra	bla med rnal ‘byor kyi rgyud
гармоничный	-	gzhi mthun yod pa
гибель, разрушение	-	rgad pa
Глубинное Постижение	gambhiratantra	(zab mo) lta brgyud
гнев, гневный	krodha	khro ba
гнев, ярость	pratigha	khong khro
Гнилостная Топь	kunapa	ro myags kyi ‘dam
голодный дух	preta	yi dwangs
гордость, гордыня	mana	nga rgyal
Два основоположника	maharatha	shing rta chen mo
дворец	prasada	pho brang
действие, деяние		

демон, мара	karma	las
дебаты (в монастыре)	mara	bdud
десять ступеней (земель)	pratijna	dam bca’
дискурсивное мышление	dashabhumi	ыф исг
доброта	anumana	rjes dpag
достоверное восприятие	prasada	bka’ drin
драгоценное человеческое существование	pramana	tshad ma
дух, духовное существо	-	dal ‘byor
духовное падение	graha	gdon
духовный опыт, постижение	laya	bying ba
Духовный Учитель	-	nyams
дхарма, феномен	mitra	bshes gnyen
Единство	dharma	chos
единичный ад (по случаю)	yuganaddha	zung ‘jug
желание, стремление	pradeshikanaraka	nyi tshe ba’i dmyal ba
железный посох	chhanda	‘dun pa
жест предзнаменования счастья	khakkhara	‘khar gsil
жрец, небуддийский учитель	*pratityasamutpadagranya	rten ‘brel bsgrigs pa
загрязненный	parivrajaka	kun tu rgyu
Зависимое Происхождение	sasrava	zag bcad
запах, обоняние	pratityasamutpada	rten ‘byung
заслуга	gandha	dri
затворничество	puhya	bsod nams
затворничество в сезон дождей	parvata/kandara	ri khrod
звук	varshika	dbyar gnas
земля, ступень	shabda	sgra
знание	bhumi	sa
злодеяние	prajna	shes rab
злонамеренность	dushcharya	nyes spyod
зрительное сознание	vyapada	gnod sems
извлечь прибыль из продажи	chakshurvijnana	mig gi rnam shes
излучение, эманация	-	blus zos pa
изначальная мудрость, мудрость	prapancha/nirmana	sprul pa
иллюзия	megha	sprin
Индонезия	jnana	ye shes
искусственный	maya	sgyu
исполняющая желания драгоценность	suvarnadvipa	gser ling
Истина	krtrima	bcos ma
истинно существующий феномен	chintamani	yid bzhin nor bu
Йога Божеств	satya	bden pa
Йога-тантра	satyasat	bden par yod pa
кальпа (эон)	*devayoga	lha’i rnal ‘byor
карма причиняющая	yogatantra	rnal byor rgyud
карма завершающая	kalpa	bskal pa
кармически весомые существа	-	‘phan byed kyi las
кармический результат в	-	rdzogs byed kyi las
окружении (среде)	-	zhing khyas par can
кармический отпечаток		
кармический процесс	adhipatiphalam	bdag ‘bras

качества, благие свойства		
классическая традиция	vasana	bags chags
колесница	*karmamarga	las lam
конечный, абсолютный	guna	yon tan
конечный смысл	-	gzhung ba pa
концепты, предрассудки	yana	theg pa
крайность нигилизма	nitartha	nges don
круговерть сансары	paramartha	don dam bden pa
Лама линии передачи	vikalpa	rnam rtog
Ламрим-традиция	uchchhedanta	chad mtha’
лень, вялость	samsara	‘khor ba
легкомысленность,	gurusampradaya	bla brgyud
невнимательность	-	lam rim pa
лесть, угодливость	kausidya	le lo
линия передачи Обширного Метода[64]	pramada	bag med pa
линия передачи Глубинного Постижения	-	kha gsag
личность	charyatantra	(rgya che ba‘i) sryod brgyud
логика, логический вывод	gambhiratantra	(zab mo) lta brgyud
ложное учение		
любовь	pungala/purusha	gang zag
макушечное возвышение	yukti	rigs pa
Мастер	-	log chos
материальное (формное) тело	maitri	byams pa
медитативное божество	ushnisha	gtsug tor
медитативная сессия	siddha	grub pa / grub thob
медитативная тема	rupakaya	gzugs sku
медитативное погружение		
ментальный фактор	ishtadevata	yi dam
метафизика	prahara	thun
метод, средство	alambanapratyaya	dmigs skor
мир, мировая система	samahita	mnyan bhzag
молитва, пожелание	chaitta	sems byung
молитвенная просьба	abhidharma	chos mngon pa
монашеская чаша	upaya	thabs
монах полностью ординированный (гелонг)	loka/martyaloka	‘jig rten
	pranidhana	smon lam
монах неполностью ординированный (гецул)	adhyeshana	gsol ba ‘debs
	pindapatra	lhung bzed
монах (ординированный)	bikshu	dge slong
мотив		
мудрецы	shramanera	dge tshul
мысль, помысел		
надежда на вечность	pravrajita	rab byung
надмирской	samutpada /samutthana	kun slong
Накопление (заслуг), Собрание	rshi	drang srong
	chetana	sems pa
накапливать, собирать	-	gtan gyi ‘dun ma
наложница, супруга царя	lokottara	‘jig rten las ‘das pa
намерение, умысел	gana	tshogs
направление, сторона света		
наставление, учение	samchaya	bsag po
наставление, указание	-	btsun mo
	chinta	bsam pa

наставление, основанное на опыте	paksha	phyogs
наставник, тьютор	-	khrid
наш Учитель (Будда)	upadesha	gdam ngag/gdams pa/man ngag
неблаготворное, негативное		nyams khrid
неблаготворное действие, проступок	-	yongs ‘dzin
неведение	praneta	ston pa
невозмутимость	akushala	mi dge ba
недостаточная вера	papa	sdig pa
непостоянное существо, существо	avidya	ma rig pa
непостоянство, преходящность	upeksha	btang snyoms
неправедное добывание средств существования	ashraddhya	ma dad pa
непрерывное воскрешение	gati	‘gro ba
нести ответственность	anitya	mi rtag pa
Нирманакайя (Тело Эманации)		log ‘tsho
нравственность, дисциплина	mithyajivit	
нравственное поведение	sanjivana	yang sos
обеты	-	khurdu kyer ba
обучение, слушание	nirmanakaya	sprul sku
обычное существо		
обязательства		tshul khrims
однонаправленная концентрация	shila	‘dul ba
омрачение, ослепление	vinaya	sdom pa
опровержение	samvara	thos pa
отдаленный регион	shruta	so so skye bo
основоположник, первопроходец	prthagjana	dam tshigs
основная часть (учения)	samaya	ting nge ‘dzin
освобождение	samadhi	
особое постижение	klesha	nyon mongs
особенно постыдные прегрешения	pratishedha	dgag pa
основополагающий	pranta	mtha’ khob
ответственность	adikarmika	las dang po pa
отказ, отвержение, отклонение	mula/vastu	dngos gzhi
Отречение	moksha	thar pa
отшельничество	vipashyana	lhag mthong
ошибка, прегрешение	*анантарьякарма	mtshams med kyi las
очищать	pradhana	gtso bo
ощущение	bhara	khur po
пагода	dushana	sun ‘byin
памятование, вспоминание		nges ‘byung
Первые Пять Учеников	nihsarana	mtshams
передача	sima	skyon
плод, следствие, результат	dosha	bhags pa
плохие друзья	deshana	tshor ba
Победитель, Победоносный	vedana	rgya philbs
поверхностное отречение	-	dran pa
подготовительные ритуалы	smrti	‘khor lnga sde
подлинный, неискусственный	-	lung

Поле Заслуг	agama	‘bras bu
полубог	phala	grogs ngan
порождение Бодхичитты	-	rgyal ba
посвящение, инициация	jina	nge ‘byung sna thung
Посвящение Заслуг	-	sbyor bstan
последний шаг	-	bcos min
постижение, духовный опыт	*aktrima	
постоянный		tshogs zhing
посторонние, чужие	-	lha ma yin
почтение, уважение	asura	sems bskyed
правильная преданность	chittotpada	rjes gnang
правильное видение	anujna	bsngo ba
практическое объяснение	parinama	myug
предсказание	nigama	nyams
представление, позиция	-	rtag pa
пресмыкающиеся	nitya	bar ma
препятствующий дух	-	gus pa
признак	adara/bhakti	bsten tshul
приводить к созреванию	-	yang dag pa’i lta ba
признание, очищение	samyakdrshti	myong khrid
привязанность	-	lung bstan
пример	vyakarana	‘du shes
природа	samjna	lto ‘phye
природа/ сущность	mahoraga	bgegs
причина	vighna	khyad chos
Пробуждение, Просветление	-	rnam smin
проводить ритуалы в домах людей	vipaka deshana	bshags pa ‘dod chags
продолжительность жизни	raga	dpe (byad)
простирание	anuvyanjana	rang bzhin
пространство, небо	prakriti	ngo bo
прямое восприятие	bhava	rgyu
пронизывать, проникать	hetu	byang chub/sangs rgya
Пустота	bodhi	grong chog
Путь	-	
Путь-Более-Не-Учения		tshe
Путь Видения	ayu	phyag’ tshal
Путь Медитации	abhivandana	nam mkha’
Путь Подготовки	akasha	mngon sum
Путь Накопления	pratyaksha	khyab
раскаяние, сожаление	vyapta	stong pa nyid
ревность, зависть	shunyata	lam
результат (кармы)	marga	mi slob lam
решимость	ashukshamarga	mthong lam
Самбхогакайя	darshanamarga	sgom lam
Самость	bhavanamarga	sbyor lam
свобода, самоопределение	prayogamarga	tshogs lam
сдержанность, воздержанность	sambharamarga	‘gyod pa
семья, раса, каста	kaukrtya	phrag dog
связанный и раздавленный	irshya	thal ‘gyur
Святой, Мастер	prasanga	‘phen pa
Символы Просветленного Тела, Речи и Ума	kshipta sambhogakaya	longs sku bdag
сжатое наставление	atman	rang dbang
скудный, жалкий	bhina	sdam pa

скупость, жадность	samvara	
слушание, изучение		rigs
Смежный Ад	gotra	bsdus ‘jom
смерть	samghata	skyes bu dam pa
смысл	satpurusha	rten gsum
смысл, подлежащий интерпретации	-	dmar khrid
снаряжение	-	nyam thag pa
совершенное видение	artta	ser sna
сознание, ум	matsarya	thogs pa
созревать, приходить к созреванию	shruta	nye ‘khor ba’i dmyal ba
	pratyekanaraka	‘chi ba
сожаление	marana	skye mched
созерцание	ayatana	drang don
сомнение	neyatha	
сон		‘byor pa
сорадование	samrddhi	yang dag pa‘i lta ba
сострадание	samyakdrshti	shes pa/rnams shes
старейшина	vijnana	rnam smin
страдание	vipaka	
стремление, усилие		tshig rtsub
Ступа	parushya	bsam pa
Ступень Завершения	chinta	the tshom
Ступень Порождения	vichikitsa	gnyid
стыд	middha	rjes su yid rang
Существо концентрации	anumodana	snying rje
Существо с малыми способностями	karuna	rtsol ba
	sthavira	sdug bsngal
Существо с высшими способностями	dukha	gnas brtan
	vyayama	mchod rten
Существо со средними способностями	stupa	rdzogs rim
	nispannakrama	bskyed rim
сущность, природа	utpattikrama	khrel yod pa
существо, персона	apatrapya	ting nge ‘dzin sems dpa’
существо, непостоянное существо	*samadhisattva	skyes bu chung ba
	*mrdupurusha	
счастье, блаженство		skyes bu ‘bring ba
Сфера Желаний	*mahapurusha	
Сфера Форм		skyes bu ‘bring ba
Сфера Без Форм	madhyamapurusha	
тайна		ngo bo
тайные тантры	bhava	skyes bu
Таковость, реальность	purusha	‘gro ba
тварь, животное	gati	
телесная форма, форма		bde ba
Тело Мудрости	sukha	‘dod khams
темная кальпа (эон тьмы)	kamadhatu	gzugs khams
терпение, выносливость	rupadhatu	gzugs med khams
терпение, терпеливость	arupadhatu	gsang pa
Три Объекта Прибежища	guhya	gsangs snags
тривиальности этой жизни	guptavada/guhyamantra	de bzhin nyid/de kho na nyid
умозаключение, логика	tathata	mi ma yin
умственное отвлечение	amanusha	gzugs
Умственный Покой, Безмятежность	rupa	ye shes chos sku
	jnanakaya	mun bskal

Уровень Ножей, острых,	-	brtson ‘grus
как лезвие бритвы	virya	bzod pa
убийство	kshanti	skyabs gsum
ум, дух	trisharana	snang/snang shas
унижение, умаление	-	rigs pa
установка, позиция	yukti	g.yeng ba
устная передача	vikshepa	zhi gnas
человек, персона, существо	shamatha	
черные линии		spu gris gtams pa’i thang
чувствующее существо	kshurapurnasthalam	
царские обязанности		srog gcod
цель	pranatipata	sems
цепляние за самость	chitta	brnyas smod
цепляться, привязываться	abhibhava/avaksha	‘du shes
щедрость, великодушие	samjna	lung
холодные ады	agama	skyes bu
феномен, дхарма	purusha	thig nag
форма, видимая форма	kalasutra	sems can
энергетические каналы	sattva	rgyal srid
энергия ветра	rajya	thob bya
энтузиазм, вдохновение	-	bdag tu ‘dzin pa
явление, иллюзия, галлюцинация	atmagraha	len pa
	upadhana	sbyin pa
Я	dana	grang dmyal
ясность визуализации	-	chos
	dharma	gzugs
	rupa	rtsa
	nadi	rlung
	prana	dbug dbyung
	-	snang ba
	-	
		nga
	aham	gsal cha
	-	

1. Санскритские и тибетские имена и слова с их русскими параллелями

Русский	*Санскрит*	*Тибетский*
Абхирати	Abhirati	mNgon dga’
Ава Слоновоголовый	-	A wa glang mgo
Ачарья	Acharya	sLob dpon
Аджаташатру	Ajatashatru	Ma skyes dgra/mThong ldan
Аджнятакаундинья	Ajnatakaundinya	Kun shes ko’u di n.ya
Акала	* Akala	Ma dus
Акашагарбха	Akashagarbha	Nam mkha’ snying po/Nam snying
Акшипада	Akshipada	rKang mig
Акшобхья	Akshobhya	Mi bskyod pa
Амдо	Amdo	A mdo
Амитабха	Amitabha	‘Od dpag med
Амогасиддха	Amoghasiddha	Don grub
Ананда	Ananda	Kun dga’ bo
Анантатеджас	Anantatejas	gZi brjid mtha’ yas
Анатхапиндика	Anathapindika	mGon med zas sbyin
Анге Ньяма Пэлдарбум	-	Ang ge nya ma dpal dar ‘bum
Ангулимала	Angulimala	Sor mo’i phreng can
Апарачамара	Aparachamara	rNga yab gzahn
Архат	Arhat	dGra bcom pa
Артсо (один из восемнадцати монахов)	-	Ar tso (band de bco brgyad)
Арьядева	Aryadeva	‘Phags pa lha
Асанга	Asanga	Thogs med
Ашока	Ashoka	Mya ngan med
Ашваджит	Ashvajit	rTa thul
Атар	-	A thar
Атавака	Atavaka	‘Brog gnas
Атиша	Atisha	Jo bo rje
Авадхутипа	Avadhutipa	Awadhutipa
Авалокитешвара	Avalokiteshvara	sPyan ras gzigs
Аватамсака-сутра	Avatamsakasutra	mDo phal po che
Бэн Гунггъял	-	‘Ban gung rgyal
Бангрим Чоде	-	‘Bang rim chos sde
Бардо	-	bardo
Басодже	-	Ba so rje
Бенарес	Varanasi	Waranasi
Бенгалия	Bhangal	Bhamgal
Бхагаван	Bhagawan	bCom Ldan ‘das
Бхававивека	Bhavaviveka	Legs ldan ‘byed

Бхикшу	bhikshu	dge slong
*Бхумисудрда	*Bhumisudrda	Sa la rab brtan
Бимбисара	Bimbisara	gZugs can snying po
Бодхагайя	Bodhagaya	rDor rje gdan
Бодхибхадра	Bodhibhadra	Byang chub bzang po
Бодхичитта	bodhichitta	byang chub sems
Бодхисаттва	Bodhisattva	Bynga chub sems dpa’
Бон	-	Bon
Бонпо	-	Bon po
Брахма	Brahma	Tshangs pa
Брахман	brahmin	bram ze/bran ze’i knye’u
Будда	Buddha	Sangs rgyas
Буддаджняна	Buddhajnana	Sang ryas ye shes
Буддапалита	Buddhapalita	Sang ryas bskyangs
Бутон	Buton	Bu ston
Вачигира	Vachigira	Batsigira
Вайбхашика	Vaibhashika	Bye brag smra ba
Вайрочана	Vairochana	rNam snang
Вайрочана (учитель Харибхадры)	Vairochana	sNang mdzed
Вайшравана	Vaushravana	rNam thos sras
Ваджрадхара	Vajradhara	rDo rje ‘chang
Ваджрахридая	Vajrahrdaya	rDo rje snying po rgyan
Ваджрамандапрамардин	Vajramandapramardin	rDo rje snying po rab tu ‘joms pa
Ваджрапани	Vajrapani	Phyag na rdo rje
Ваджрарупа	Vajrarupa	gZugs kyi rdo rje
Ваджраварахи	Vajravarahi	rDo rje phag mo
Ваджри	Vajri	rdo rje ma
Вараручи	Vararuchi	mCog sred
Варуна	Varuna	Chu lha
Варунадева	Varunadeva	Chu lha’i lha
Васубандху	Vasubandhu	dByig gnyen
Веды	Veda	Rig byed
Вегадхарин	Vegadhatin	Shugs ‘chang
Вибхудатта	*Vibhudatta	sGur chung
Видеха	Videha	Lus ‘phags po / Lus ‘phags
Видьякокила	Vidyakokila	Rig pa’i khu byug
Вильякокила Младший	-	Rig pa’i khu byug
Викрамапури	Vikramapuri	Bikamapuri
Викрамашила	Vikramashila	Brikamalashila
Викрантантагамишри	Vikrantantagamishri	rNam par gnon pa’i gshegs pa’i dpal
Вимала	Vimala	Dri ma med pa
Вимуктисена	Vimuktisena	rNam grol sde
Вимуктисенагомин	Vimuktisenagomin	bTsun pa rnam grol sde
вина	vina	pi wam
Винитасена	Vinitasena	Dul ba’i sde
Випашьин	Vipashyin	rNam gzigs
Вирудхака	Virudhaka	‘Phags skyes po
Вишну	Vishnu	Khyab ‘jug
Воранандин	Voranandin	dPal dgyes
Ворасена	Voasena	dPa’bo’i sde
Вьякатва	Vyakatva	Khyab byed

Вьилингалита	Vyilingalita	Byi ling ga li ta
Вьентон Кьергангпа	-	dBon ston skyer sgsng pa
Гомбава	-	dGon pa ba
Ганашава	Ganashava	Ga na sha ba
Гандака	Gandaka	Yid ‘ong ldan
Ганден Триджанг Тулку	-	dGa’ ldan khrid byang sprul sku
		gDong drug
Ганеша	Ganesha	Gangga
Ганг	Ganga	ganydzira
ганджира	ganjira	Gar log
Гарлог	-	khyung/nam mkha’lding
Гаруда	garuda	Ser skya
Гаура	*Gaura	Ser skya zhi ba
Гаурашанти	*Gaurashanti	Go’u tam
Гаутама	Gautama	dGe ‘dun bstan ‘dzin rgya mtsho
Гедун Тензин Гьяцо	-	
		dGe lugs pa
Гелугпа	-	dGe ‘dun grub
Гендун Друб	-	dge bshes
Геше	-	Klu dbang gi rgyal po
Геяраджа	Geyaraja	Ri bo gangs can
Гималаи	himavat	Ba lang spyod
Годания	Godaaniya	rGod dkar
Гокар	-	mGon po rin po che
Гонпо Ринпоче	-	rGod tsang
Гоцанг	-	mGo log a rig
Голог Ариг	-	sGo mang
Гоман	-	sGom pa rab gsal/Bla chen po
Гомпа Рабсел	-	Gung thang
Гунтанг	-	gSang ba’i ‘dus pa
Гухьясамаджа	Guhyasamaja	bla ma
Гуру	guru	Kaushri bskal bzang
Гушри Келсанг	-	rGyal sras bzang po
Гьялсе Сангпо	-	rGyal ba dben sa pa
Гьялва Энсапа	-	rGyal dband chos rje
Гьелванг Чодже	-	rGyal tshab rin po che
Гьялцаб Ринпоче	-	rGyam ba
Гьямпа	-	rGya brtson seng ge
Гьяцон Сенге	-	rGyer ‘gro ba’i mgon po
Гьер Дроваи Гонпо	-	Gyer sgom pa
Гьергомпа	-	
		Dwags po
Дагпо	-	Mkha’ ‘gro
Дака	daka	mkha’ ‘gro ma
Дакини	dakini	Zla ‘od rin chen
Да О Ринчен	-	Zla ba grags pa
Дава Драгпа	-	lNga pa chen po
Далай-лама Пятый	-	Lus
Деха	Deha	sDe dge
Дерге	-	lHas byin
Девадатта	Devadatta	Nor skyong
Дханапала	Dhanapala	chos dbying
Дхамадхату	dharmadhatu	chos sku
Дхармакайя		Chos kyi grags pa

Дхармакирти	-	Chos ‘rgyal
Дхармараджа	Dharmakirti	Dharmarakshita
Дхармаракшита	Dharmaraja	Chos ‘phags
Дхармодгата	Dharmarakshita	dBying phyug ma
Дхатвошвари	Dharmodgata	Ding ri
Дингри	Dhatvoshvari	dPal mar me mdzad ye shes
Дипамкара Шриджняна	-	mDo khams
Докхам	Dipamkara Shrijnana	Dol pa
Дольпа	-	Dombhi
Домбхипа	-	rDo shul
Досхул	Dombhipa	Gra ‘or
Драгор	-	mi nag po
Дравида	-	‘Bras phungs
Дрепунг	-	Dri med steng kha
Дриме Тенгка	-	‘Gro mgon chos ‘phags
Дрогон Чопаг	-	‘Gro mgon rin po che
Дрогон Ринпоче	-	‘Broms lo lding
Дром Лодинг	-	‘Broms ston pa
Дромтонпа	-	bre
дрона	-	sGrub khang dge legs
Друбканг Гелег Гьяцо	Drona	rgya mtsho
Другпа Кюнлег	-	‘Brug pa kun legs
*Духкхитака	-	sDung bsngal ‘gyur
дурва	*Duhkhitaka	dur ba
Джадрел	durva	Bya bral
Джайн	Jaina	gCer bu ba
Джаландхарапа	Jalandharapa	Dzalandharapa
Джамбудвипа	Jambudvipa	‘Dzam bu gling
Джампа Чоден	-	Byams pa chos ldan
Джампа Тензин Тринлэй Гьяцо	-	Byams pa bstan ‘dzin ‘prin las rgya mtsho
Джампел Гьяцо	-	‘Jam dpal rgya mtsho
Джампел Лхундруп	-	‘Jam dpal lhun grub
Джамьян Шаяпа	-	‘Jam dbyangs bzhad pa
Джанчуб О	-	(lHa btson) Byang chub ‘od
Джанчуб Ринчен	-	Byang chub rin chen
Джанчуб Тогме	-	Byang chub thogs med
Джангкья Рольпай Дордже	-	lCan skya rol pa’i rdo rje
Джангсем Ретренгва	-	Byang sems rwa sgreng ba
Дже Ринпоче	-	rJe rin po che
Дже Шераб Гьяцо	-	rJe shes rab rgya mtsho
Джеватана-роща	Jevatana	rGyal byed kyi ‘tshal
Джецун Джампа Тензин Тринлэй Гьяцо	-	rJe btsun byams pa bstan ‘dzin ‘prin las rgya mtsho
Джинпа Гьяцо	-	sByin pa rgya mtsho
Джитари	Jitari	Dzetari
Дживака Кумарабхрта	Jivaka Kumarabhrta	‘Tsho byed gzhon nu
Джнянагухьяваджра	Jnanaguhyavajra	Ye shes gsang ba’i rdo rje
Джнянагуру	*Jnanaguru	Ye shes bla ma
Джонангпа	-	Jo nang pa
Ерпа	-	Yer pa
Еше Гьялцен	-	Ye shes rgyal mtshan
Еше Гьяцо	-	Ye shes rgya mtsho
Еше О	-	Yes shes ‘od

Индра	Indra	brGya byin
Индракетудхваджараджа	Indraketudhvajaraja	dBang po'i tog gi
Ишвара	Ishvara	rgyal mtshan gyi rgyal po
Йонтен Та-е	-	Yon tan mtha' yas
Йоджана	yojana	dpag tshad
		dKa'chen nam mkha' rdo rje
Качен Намкха Дордже	-	mKha' spyod bstan dar
Качо Тендар	-	bKa' gdams
Кадам	-	bKa' gdams pa
Кадампа	-	mKhas grub rin po che
Кедруб Ринпоче	-	(rgyal mchog) bsKal bzang rgya
Келсанг Гьяцо (Седьмой Далай-лама)	-	mtsho sKal bzang bstan 'dzin
Келсанг Тензин	-	bKa'brgyud pa
Кагьюпа	-	Ka khang
Каканг	-	Dus 'khor
Калачакра	Kalachakra	dGra nag
Калаямари	Kalayamari	rKang khra
Калмашапада	Kalmashapada	dGe ba'i dpal
Кальянашри	Kalyanashri	Ka ma ba
Камаба	-	bDud dga'rab dbang phyug
Камадева	Deviputramaara	Khams lung pa
Камлунгпа	-	gSer thub
Канакамуни	Kanakamuni	gSer be'u
Канакаватса	-	Grong khyer ser skya
Капиланагара	-	Kha rag sgom chung /Kha rag pa
Караг Гомчунг	-	mKhar rdo blo bzang sgom chung
Кардо Лосанг Гомчунг	-	Las (kyi) gshin rje
Кармаяма	Karmayama	Kashi
Каши	Kashi	Kha chen
Кашмир	Kashmira	'Od srung
Кашьяпа	Kashyzpa	Katyayana
Катьяяна	Katyana	sGra mi snyan gyi zla
Каурава	Kaurava	Ka ba shakya dbang phyug
Кава Шакья Вангчуг	-	sKed tshang 'jam dbyang (smon lam)
Кетсанг Джамьянг (Монлам)	-	Khams
Кхам	-	Khams pa
Кхампа	-	Khandakapala
Кхандакапала	Khadakapala	sKul byed
Кандагари	Khandakari	dKon mchog rgyal mtshan
Кончог Гьялцен	-	Kokalika
Кокалика	Kokalika	Kong po
Конгпо	-	rNa ba bye ri
Котикарна	Kotikarna	'Khor ba 'jig
Кракучханда	Krakuchchhanda	Kri kri
Крикин	Krkin	Nag po spyod pa
Кришначарья	Krshnacharya	Ri nag po
Кришнагири	Krshnagiri	bZod par smra ba
Кшантивардин	Kshantivardin	rgyal rigs

кшатрия	kshatyiya	Sa'i snying po
Кшитигарбха	Kshitigarbha	sGur mchog
Кубджоттара	Kubjottara	Kun legs
Кюнлег	-	gZon nu nor bzang
Кумара Манибхадра	Kumaramanibhadra	sGra mi snyan
Куру	Kuru	Myur mdzad ye shes
Курукулледжняна	Kurukullejnana	Kusaali
Кузали	Kusali	rtswa mcghog/ kusha
куша	kusha	rTswa mchog drong khyer
Кушинагари	Kushinagari	Me tog dpal
Кусумаршри	Kusumarshri	Khu ston pa
Кутонпа	-	lHa sar gtsang chu
Кьичу	-	sKyi mo rdza 'phreng
Кьимо Дзатренг	-	sKyid rong / sKyid grong
Кьиронг	-	Kyung po lhas pa
Кьюнгпо Лхепа	-	Lab sgron
Лабдрон	-	dPal mo
Лакшми	*Lakshmi	Bla ma dam pa
Лама Дампа	-	Lam rim chos sdings
Ламрим Чодинг	-	Glang dar ma
Ландарма	-	Glang 'kor
Лангкор	-	Glang ri thang pa
Лангри Тангпа	-	Legs ldan shes rab
Легден Шераб	-	lHa sdings
Лхадинг	-	lHa lung dbang phyug
Лхалунг Вангчуг	-	rGyal po lHa bzang
Лхацанг Кхан	-	lHa bzo wa
Лхацова	-	lHo brag
Лходраг	-	Gling ras pa
Лингрепа	-	Blo gros rgyal mtshan
Лодро Гьялцен	-	Blo gros bzang po
Лодро Сангпо	-	rGyang 'phen pa
Локаята	Lokayata	Klong rdol bla ma rin po che
Лонгдёл Лама Ринпоче	-	Blo bzang chos kyi rgyal mtshan (Blo bzang chos rgyan)
Лосанг Чокьи Гьялцен (Лосанг Чогьен)	-	Blo bzang chos 'phel
Лосанг Чопел	-	Blo bzang don ldan
Лосанг Донден	-	Blo bzang rdo rje
Лосанг Дордже	-	Blo bzang grags pa
Лосанг Драгпа	-	Blo bzang rgyal ba
Лосанг Гьятсо	-	Blo bzang sbyin pa
Лосанг Джинпа	-	Blo bzang mkhas btsun
Лосанг Кецун	-	Blo bzang lhun grub ('phrin las)
Лосанг Лхундруб (Тринлэй) Гьятсо	-	rgya
		Blo bzang rnam rgyal
Лосанг Намгьял	-	Blo bzang snyen grags
Лосанг Ньендраг	-	Blo bzang ye shes
Лосанг Еше	-	Blo bzang ye shes bstan 'dzin
Лосанг Еше Тензин Гьяцо	-	rgya mtsho
		Nga las nus
Мабхвата	Mabhvata	dBu ma
Мадъямака	Madymaka	dBu ma
Мадъямика	Madyamika	Yul dbus
Магхада	Maghada	Magadha bzang mo

Магадхабхадри	Magadhabhadri	Mahabala
Махабала	Mahabala	Tshangs pa chen po
Махабрахма	Mahabrahma	mGon po
Махакала	Mahakala	rTogs ldan
Махамати	Mahamati	phyang rgya chen po
махамудра	mahamudra	Lam chen pa
Махапантака	Mahapanthaka	rgyal chen
махараджа	maharaja	gTsug na rin chen
Махаратначуда	Maharatnachuda	Phal chen sde
Махасамгика	Mahasamgika	sNying stobs chen po skye ba
Махасаттва	Mahasattva	bdag nyid chen po
махатма	mahatma	rNal ‘byor pa chen po
Махайогин	Mahayogin	mThu mo che
Махиддхика	Mahiddhika	mdza’ bo’i bu mo
Майтраканьяка	Maitrakanyaka	Byams pa
Майтрейя	Maitreya	Mitradzoki
Майтриджоки	Maitrijyoki	Byams pa’i stobs
Майтробала	Maitrobala	Malaya
Малабар	Malaya	Mamaki
Мамаки	Mamaki	Shed bu ser skya
Манавагаура	*Manavagaura	Mang yul
Мангьюл	-	‘Jam dpal dbyangs
Манджушри	Manjushri	‘Jam dpal bshes gnyen
Манджушримитра	Manjushrimitra	‘Jam dpal rdo rje
Манджуваджра	Manjuvajra	bdud
Мара	Mara	lHo brag Mar pa
Марпа Лходраг	-	Maung gal bu
Маудгяльяяна	Maudgalyayana	rMa yi pha
Майи Ча	-	Ri rab lhun po
Меру	Meru	Mila ras pa
Миларепа	-	Mon grwa pa
Мондрапа	-	sMon lam dpal ba
Монлам Пэлва	-	sTag gzig
Могул	-	Ri dwags ‘dzin
Мригара дхара	Mrgara dhara	Thub pa
Муни	Muni	Thub dbang
Мунидхара	Munidhara	klu
Нага	naga	Klu sgrub
Нагабодхи	Naagabodhi	Klu sgrub
Нагарджуна	Nagarjuna	Nag tsho
Нагтсо	-	Nalendra
Наланда	Nalanda	Nam Nkha’ rgyal mtshan / Lho brag grub chen
Намкха Гьялцен	-	Nam mkha’ rgyal po
Намкха Гьялпо	-	Nam (mkha’) seng ge
Намкха Сенге	-	gCung dGa’ bo / dGa’ bo
Нанда	Nanda	dGa’byed
Нандака	Nandaka	Sred med kyi bu
Нараяна	Narayana	Napo bon chung
Наро Бончунг	-	Naropa / Naro sNar thang
Наропа	Naropa	sNar thang
Нартанг	-	Bal po rdzong / Bal yul
Непал	-	sNe’u zur pa
Нойцурпа	-	Ngag dbang mchog ldan
Нгаванг Чогден	-	Ngag dbang grags pa

Нгаванг Драгпа	-	Ngag dbang byams pa
Нгаванг Джампа	-	Ngag dbang nor bu
Нгаванг Норбу	-	Ngag dbang mthu stobs
Нгаванг Тутоб	-	mNga'ris
Нгари	-	dNgul chu yab sras
Нгулчу Дхармаваджра	-	dNgul chu togs med bzang po
Нгулчу Тогме Сангпо	-	dngul skar
нгулкар	-	sPrul sku
Нирманакайя	nirmanakaya	gNyan ston pa
Ньентонпа	-	Nyag mo
Ньягмо	-	Nyagrodha'i grong khyer
Ньягродхика	Nyagrodhika	rNyug ma
Ньингма	-	sNyug rum pa
Ньюргрумпа	-	
		'Od dkar
Окар	-	'Ol dga' chos lung
Олга Чолунг	-	'On rgyal sras
Он Гьялсе	-	
		Pha bong kha
Пабонгка	-	Pha dam pa sangs rgyay
Падампа Сангье	-	Padma'i 'od zer rnam par rol pas mngon par mkhyen pa
Падмаджотивикродитабхиджняна	Padmajyotivikroditabhijnana	Padma can
Падмака	Padmaka	Padma 'byung gnas / Guru rin po che / sLob dpon rin po che
Падмасамбхава	Padmasambhava	dPal ldan ye shes
Палден Еше	-	'Phan po
Пэнпо	-	Pan chen (Rin po che)
Панчен (Лама)	-	sPang skong
Пангконг	-	Lam pa
Пантака	Panthaka	Kha dog dam pa
Парамаварна	*Paramavarna	mCog gi sde
Паранасена	Paranasena	gTogs 'dod
Парьясаннаканна	Paryasannakanna	Pe har
Пехар	-	Yag sha phag mgo
свиноголовый якша	-	Po ta la
Потала	-	Po to ba
Потова	-	'Od kyi tog
Прабхакету	Prabhaketu	'Od dpal
Прабхасашри	Prabhasashri	dPal mo 'od zer can
Прабхавати	Prabhavati	Rab gtum ma
Прачандали	Prachandali	Rab rgyas
Пракаша	Prakasha	sNying stobs chen po
Пракрити	Prakrti	Rab dga'
Прамудита	Pramudita	sMon lam blo gros
Пранидханамати	Pranidhanamati	Thal 'gyur pa
Прасангика	Prasangika	gSal rgyal
Празенаджит	Prasenajit	rang rgyal / rang sangs rgyas
Пратьекабудда	Pratyekabuddha	sNyan pa bzang ldan
Приябхадра	*Priyabhadra	Phu chung ba
Пучунгва	-	Phun tshongs rgya mtsho
Пунцог Гьяцо	-	Pu hreng
Пуренг	-	rDzogs byed
Пурана	Purana	Phur lcog ngag dbang byams pa
Пурхог Нгаванг Джампа	-	/ Bla ma byams pa rin po che

		Gang po
Пурна	Purna	Ras chung pa
		Ral pa can
Речунгпа	-	sGra gcan ‘dzin
Ральпа Чен	-	Rahulagupta /sGra gcan ‘dzin sbas
Рахула	-	rGyal po’i khab srin po
Рахулагупта	Rahulagupta	Rin chen zla ba
Раджгир	Rajagrha	Rin chen zla ‘od
Ракша	raksha	Rin chen me
Ратначандра	Ratnachandra	Ratna a ka / Shantipa
Ратначандрапрабха	Ratnachandraprabha	Rin po chen dang padma la rab tu bzhugs pa ri dbang gi rgyal po
Ратнагни	Ratnagni	Rin po che ‘od ‘phro
Ратнакарашанти / Шантипа	Ratnakarashanti	Rin ‘byung
Ратнападмавикрамин	Ratnapadmavikramin	dGe ba can
		sGra sgrog
Ратнарчи	Ratnarchi	Re sgo a tsa ra
Ратнасамбхава	Ratnasambhava	Rwa sgreng
Ратнасена	Ratnasena	rig pa
Равана	*Ravana	Rin chen ‘phel
Рего Ачарья	-	Rin chen bzang po
Ретренг	-	sNar ma
ригпа	-	Rohita
Ринчен Пэл	-	Rong
Ринчен Сангпо	-	Rong pa mgar dge ba
Рохини	Rohini	drang srong
Рохита	Rohita	Drag po
Ронг	-	
Ронгпа Гаргева	-	rTag tu ngu
риши	rshi	gSal shes
Рудра	Rudra	Sagama
		Blo gros rgya mtsho
Садапрарудита	Sadaprarudita	Sa skya
Сэльше	-	Sa skya pandita
Сагама	Sagama	rGya mtsho’i dul
Сагарамати	Sagaramati	Kun tu bzang po
Сакья	-	Kun nas snang ba bkod pa’i dpal
Сакья Пандита	-	longs sku
Самандрараджа	*Samandraraja	Grangs can pa
Самантабхадра	Samantabhadra	‘khor ba
Самантавабхасавьюхашри	Samantavabhasavyuhashri	srang
		dGe ‘dun ‘tsho
самбхогакайя	sambhogakaya	gSang phu ba
Санкхья	Samkhya	Sangs rgyas dbon
Сансара	samsara	Sangs rgyas dbon ston
санг	-	Sangs rgyas sgom pa
Сангхаракшита	Sangharakshita	Sangs rgyas rgya mtsho
Сангпуба	-	Sangs rgyas dbon
Сангьебон	-	Sangs rgyas ye shes
Сангье Бонтон	-	Sangs rgyas bzang po
Сангье Гомпа	-	
Сангье Гьятсо	-	
Сангье Он	-	

Сангье Еше	-	Se ra
Сенге Сангпо	-	Se ra je
Сера	-	Se mtho bla ma skal ldan
Сера Дже	-	Se bstun
Сето Лама Калден	-	gZhong nu don grub
Сецун	-	Dran pa'i dpal
Сиддхартха	Siddhartha	rGyal dbang bSod nams rgya mtsho
Смритишри	Smrtshri	
Сонам Гьяцо (Третий Далай-лама)	-	Srong btsan sgam po
		gnas pa'i grong khyer
Сонгцен Гампо	-	dPung bzang
Стхира	*Sthira	Rab bzang
Субаху	Subahu	Kun mthong
Субхадра	Subhadra	Sudasa'i bu
Сударшана	Sudarshana	bDe ba can
Судасапутра	Sudasaputra	bDe ba can
Сугата	Sugata	Blo bzang
Сукхавати	Sukhavati	Blo bzang grags pa
Сумати	Sumati	Me tog zla mdzes
Суматикирти	Sumatikirti	Des pa
Супушпачандра	Supushpachandra	Legs smon
Сурата	Surata	gSer 'od dam pa
Сусвасти	*Susvasti	gSer gling
Сурварнабхасоттама	Survarnabhasottama	gSer gling pa
Сурварнадвипа	Survarnadvipa	gSer dbyig
Сурварнадвипи	Survarnadvipi	Shin tu rnam par ngong pa'i dpal
Сурварнавасу	*Survarnavasu	
Сувикранташри	Suvikrantashri	Legs 'ong
		Rang rgyud pa
Свагата	Svagata	g.yung drung
Сватантрика	Svatantrika	
Свастика	swastika	bsTan pa rgya mtsho
		bsTan pa rgya mtsho
Тэнпа Гьяцо	-	bsTan pa'i sgron me
Тэнпа Рабгьял	-	bsTan' 'dzin rgya mtsho
Тэнпа'и Дронме	-	bsTan 'dzin mkhas grub
Тензин Гьяцо	-	Thag ma pa
Тензин Кедреб	-	rTa phug pa
Тагмапа	-	sTag tshang Lotsawa
Тагпугпа	-	rTa nag
Тагцанг Лоцава	-	sGrol ma
Та наг	-	bKra shis lhun po
Тара	Tara	De bzhin gshegs pa
Таши Лхунпо	-	Telo
Татхагата	Tathagata	Mu sreps pa
Тилопа	Tilopa	Thod le kor
Тиртика	Tirthika	sTod lung pa
Толекор	-	rTod phur
Толунгпа	-	Thoga med bzang po / dNgul chu rgyal
Топур	-	
Тогме Сангпо	-	Khri dwags po tshe 'phel
		Khri srong lde bstan
Тридагпо Цепел	-	Khri zam zam kha
Трисонг Децен	-	Thu bstan rab rgyas thud
Тризан Брюкке	-	Thu'u bkwan Dharmabadzra

Тубтен Рабгье ту	-	dGa’ ldan
Тукан Дхармаваджра	-	
Тушита	Tushita	Shar pa
		‘Char kha
Удаяна	Udayana	Tho bstun grub rje
Удайи	Udayi	dGa shul can
Удбхатасиддхасвамин	Udbhatasiddhasvamin	dBu ma pa
Угра	Ugra	Legs pa’i skar ma
Умапа	-	Nyer sbas
Упадхана	*Upadhana	mdzog spu
Упагупта	Upagupta	lTeng rgyas ‘od srungs
Урна	urna	gtsug tor
Урувильвакашьяпа	Uruvilvakashyapa	Utpala’i mdog can
Ушниша	ushnisha	Utrayana
Утпалаварна	Utpalavarna	Chu smad skyes
Утраяна	Utrayana	Lam mchog ‘gro
Уттара	Uttara	Yon tan mtha’ yas dpag tshad
Уттарамантрина	Uttaramantrina	dpag tshad
	-	
	yojana	
Чекава		‘Chad kha wa
Чен Нгава		sPyang khri mchog
Чагтричог	-	Pyang snga ba
Чакрасамвара	-	‘khor lo sdom pa
Чамара	-	rNga yab
чампака	Chakrasamvara	tsampaka
Чанакья	Chamara	Tsanakya
Чандра	champaka	Zla ba
Чандрагарбха	Chanakya	Zla ba’i snying po
Чандрагомин	Chandra	Tsandragomin
Чандракирти	Chandragarbha	Zla ba grags pa
Чильбупа	Chandragomin	sPyil bu pa
Чим Джампелъянг	Chandrakirti	mChims ‘jam dpal dbyangs
Чокьяб Сангпо	-	Chos skyab bzang po/
	-	Chos skyobs
Чокьи Дордже	-	Chos kyi rdo rje
Чокьи Осер		Chos kyi ‘od zer
Чудапантака	-	Lam chung pa
Чунда	-	Tsunda
Чушур	Chudaranthaka	Chu shur
Чусанг Лама Еше Гьяцо	Chunda	Chu bzang bla ma Ye shes rgya
	-	mtsho
Чусанг (затворническое место)	-	Chu bzang ri krhod
Шайлендрараджа	-	Ri dbang gi rgyal po
Шакти		mDung thung can
Шакья		Shakya
Шакьямуни	-	Shakya thub pa
шала		sala
Шалмали	Shailendraraja	Shalmali
Шамбала	Shakti	Shambala
Шангпа Ринпоче	Shakya	Shangs pa rin po che
Шанкара	Shakyamuni	bDe byed
Шантаракшита	shala	mKhan chen bodhisattwa /
	Shalmali	Zhi ‘tsho

Шантидева	Shambala	Zhi ba lha
Шантиндрия	-	dBang po zhi
Шантипа /Ратнакарашанти	Shankara	Shantipa /Ratna a ka
Шарава	Shantarakshita	Sha ra ba
Шарипутра		Shari'i bu
Шатха	Shantudeva	g.Yo ldan
Шенраб	*Shanyindriya	gShen rabs
Шераб Сенге	Ratnakarashanti	Shes rab seng ge
Шиларакша	-	Tsul khrims srung ba
Шива	Shariputra	dBang phyug
Шравака	-	Nyan thos
Шравасти	-	mNan yod
Шрибхадра	-	dPal bzang
Шридатта	Shilaraksha	dPal sbyin
Шригупта	Shiva	dPal sbas
Шриджата	Shravaka	dPal skyes
Шриман	Shravasti	dPal ldan
Шрипрабха	Shribhadra	dPal mo 'od zer can
Шрисена	Shridatta	dPal gyi sde
Шуддходана	Shrigupta	Zas gtang ma
Шукла	*Shrijata	dKar mo
Шъямавати	*Shriman	sNgo bsangs ma
	Shriprabha	
Цанг	Shrisena	gTsang
Цангпа Гьяре	Shuddhoana	gTsang pa rgya ras
Ца ца	*Shukla	tsa tstsha / sa tstsha
Цечолинг	Shyamavati	Tshe mchog gling
Цонава		mTsho sna wa
Цультрим	-	Tshul khrims
Цультримбар	-	Tshul khrims 'bar
Цультрим Гялва	-	Tshul khrims rgyal ba
Цангченпа	-	Zangs chen pa
Цханпа Ринпоче	-	Zhang Rin po che
Цхангтренг Кабер Чунг	-	Zhang 'phreng ka ber chung
Цхангцун Йерпа	-	Zhang bstun yer pa
цхо	-	zho
Цхёну О	-	gZhon nu' od / Bya yul ba
	-	
	-	Hala nag po
Халакршна	-	Seng ge bzang po
Харибхадра	-	'Phrog ma
Харити	-	Glang po'i ko ba pa
Хастиковапа		rTa mgrin
Хаягрива		bDe mchog/Heruka
Херука	*Halakrshna	dGyes pa rdo rje/Kye rdo
Хеваджра	Haribhadra	rje/Kyai rdo rje
	Hariti	theg dman
Хинаяна	*Hastikovapa	Hrum pa
Хрунгпа	Hayagriva	
	Heruka	g.yul las shin tu rnam par rgyal
	Hevajra	ba
		Klu E la'i 'dab ma
Элаварна Нага	hinayana	E pa
Эпа	-	
		g.yul las shin tu rnam par rgyal

Юддхаджая		ba
	-	g.Yung ston pa
Юнгттонпа	-	Yung ba’i phur
Юнгваи Пур		g.yag
якша	Yuddhajaya	gnod sbyin
якшини	-	gShin rje
Яма	-	gSin rje gshed / ‘Jigs byed
Ямантака	yakshini	Yar ‘brog
Ярдрог	Yama	
	Yamantaka	
	-	