Махамудра: Квинтэссенция Ума и Медитации. (Лучи лунного света Махамудры).
"Лунный свет: Блестящее Разъяснение Стадий Медитации Высочайшей Великой Печати".
Такпо Таши Намгьял (1512-1587) из ордена Такпо Кагью.

Содержание.

Предисловие Чогьяма Трунгпа, Ринпоче.
Вступление.
Введение переводчика.
Основа буддистских учений.
Основа созерцания.
Успокоение и постижение: Основная стадия медитации махамудры.
Читательский Ключ.
Другие работы по данной теме.
Введение.
Выражение почтения.
Решение написать эту книгу.
Почему существенна медитация на истинной природе ума.
Все реальности – лишь ментальные феномены.
Что теряют от того, что не медитируют на истинной природе ума
Польза от медитации.
КНИГА ПЕРВАЯ: Краткое объяснение общей системы спокойного равновесия.
Очерк спокойного равновесия в общем и устранение сомнений.
Медитация успокоения и постижения.
Глава первая: Обыкновенная медитация успокоения и постижения.
Причина успокоения и постижения.
Устранение преград, препятствующих успокоению и постижению.
Узнавание препятствий.
Наставления о средствах, необходимых чтобы устранить препятствия.
Общее описание средств избавления от препятствий.
Особые средства устранения тупости и чувственного побуждения.
Причина тупости и чувственного побуждения.
Устранение тупости и чувственного побуждения.
Идентификация истинной природы успокоения и постижения.
Отличительные черты успокоения и постижения.
Рассмотрение стадий успокоения и постижения.
Медитация на соединение успокоения и постижения.
Оправдание необходимости как успокоения так и постижения.
Метод объединения успокоения и постижения.
Результат успокоения и постижения.
Глава вторая: Стадии успокоения и постижения. Часть I: Успокоение.
Приготовления к достижению успокоения.
Разъяснение его ментальных образов.
Разъяснение общей концентрации.
Всесторонне охватывающая визуализация.
Аналитическая медитация.
Умелое исследование.
Медитация устранения загрязнений ума.
Разные медитации для различных требований.
Визуализация на начальных стадиях практики [успокоения].
Поддержание визуализируемого образа с помощью внимания и бдительности.
Методы реализации успокоения.
Восемь пунктов ментальных процессов для стабилизации.
Девять стадий успокоения ума.
Шесть мощных методов достижения этих стадий.
Четыре ментальных применения этих принципов.

Глава третья: Стадии успокоения и постижения. Часть II: Постижение.
Общая медитация постижения.
Методы достижения сущностного видения: Перечисление методов используемых буддийскими школами для получения такого видения.
Методы достижения сущностного видения: Используемые в данном случае методы, пригодные чтобы добиться этого: Медитация на бессамостности вообще.
Зачем медитировать на бессамостности.
Как медитировать на двух видах бессамостности.
Сведение на нет "я" личности.
Сведение на нет самостоятельной реальности элементов.
Возникновение видения в этой медитации.
Методы достижения сущностного видения: Методы пригодные для этого, используемые здесь: Особые методы медитации на видении предельной реальности.
Идентификация совершенного видения реальности.
Медитация спокойного погружения.
Достижение восприятия после погружения.
Глава четвёртая: Стадии успокоения и постижения. Часть III: Вычищение сомнений относительно методов поддержания медитативного погружения и видения реальности.
Различие между аналитической медитацией и медитацией концентрации (фиксированного внимания).
Применение анализа и концентрации к успокоению и постижению.
Анализ и концентрация на видении реальности.
Устранение сомнений относительно сущностного видения реальности.
Обзор других буддийских школ.
Определение медитационной системы нашей школы.
КНИГА ВТОРАЯ: Подробное разъяснение Махамудры, необщая медитация.
Часть I: Предварительное изложение.
Глава первая: Описание того, как пробудить доверие.
Внутренний смысл учения: Определение Чакгья Ченпо [махамудры].
Различные значения [тибетского] названия.
Содержание и отличительные черты присущего ему смысла.
Блага получаемые благодаря знанию махамудры и зло происходящее вследствие неведения относительно неё.
Источник махамудры согласно сутрам.
Начало махамудры согласно тантрам, в частности непревзойдённой связи [Ануттара Тантре].
Изложение системы трёх и четырёх мудр.
Описание необычной махамудры.
Прояснение путаницы других школ.
Как махамудра воплощает в себе глубокий смысл всех сутр и тантр.
Определение сути пути.
Сжатое изложение глубинного смысла сутр и тантр.
Замечательные качества практикующих махамудру.
Линия реализовавшихся учителей в Индии.
Линия медитативной системы в Тибете.
Глава вторая: Подготовительные практики.
Подготовка.
Систематический путь общих поучений.
Описание подготовительных упражнений данного медитативного пути.
Соответствующие подготовительные практики: Разъяснение не общих подготовлений.
Созерцание непостоянства и прочего с целью преодоления лени.
Принятие прибежища в трёх драгоценностях и пробуждение просветлённного отношения, с целью удаления помех практики.
Совершение подношения космоса [мандалы] для увеличения личной добродетели.
Медитация и повторение мантры для очищения от внутренних загрязнений.
Созерцательное сочетание с совершенным состоянием гуру для вовлечения в духовное благословение.
Практика, предшествующая медитационным стадиям.

Для начала, надо понять определённые правила.
Как устраивать занятия медитацией.
Часть II: Основная медитация махамудры.
Дифференциация медитации махамудры.
Стадии действительной медитации.
Как вести медитаторов по пути.
Глава третья: Продвижение медитаторов по пути. Успокоение.
Введение.
Как овладевать успокоением.
Поведение и поза.
Метод концентрации на объекте.
Ментальные образы действительные для достижения покоя: Визуализация ментального образа, использование образа объекта.
Непосредственно сама медитация.
Отождествление с успокоенным состоянием ума.
Достижение покоя с использованием ментального образа, без образа объекта.
Использование дыхания.
Сосредоточение ума на счёте ритма дыхания.
Сосредоточение ума на его внутреннем задерживании.
Медитация без использования дыхания.
Бесформенное успокоение, без ментального образа.
Методы достижения безупречного успокоения.
Важность знания точки равновесия между напряжением и расслаблением.
Медитация с ментальным напряжением.
Медитация расслабления.
Осознание состояния погружения.
Как сохранять успокоенное состояние.
Этапы реализации успокоенного ума.
Цель реализации успокоения.
Глава четвёртая: Продвижение медитаторов по пути. Постижение.
Введение.
Зачем нужна медитация постижения.
Подготовительные к постижению практики.
Системы медитации постижения.
Подходящая медитация постижения: Определение присущей различным ментальным восприятиям природы.
Зачем добиваются постижения ума.
Определение истиной природы ума, как основания всего.
Какие из писаний рассматривают данный предмет?
Действительные стадии данной медитации.
Как данная медитация соотносится с первоначальным изложением.
Как определить природу ума.
Рассмотрениение динамических манифестаций ума и дуалистических явлений.
Показ того, что все явления суть продукты ума.
Осознание ума, кое приводит к постижению всех явлений.
Непосредственный этап самой медитации.
Подходящая медитация постижения: Удаление предположений и скептицизма относительно основного корня [сансары и нирваны].
Чувство несомненности, что источник мыслей и явлений – в уме.
Достижение уверенности относительно присущей природы как успокоенного так и активного состояний ума.
Чувство уверенности, что явления суть одна лишь не возникающая [пустота].
Характеристики возникающего постижения.
Соотнесение постижения с постижением других систем.
Глава пятая: Этапы добродетельной практики.
Понимание системы начального погружения.
Определение постоянной природы ума.
Сущность ума.

Природа ума.
Свойства ума.
Объяснение безусловного значения спонтанного со возникновения.
Сущность и терминология спонтанного со возникновения.
Дифференциации и их идентификация.
Значение спонтанного со возникновения.
Фактическая идентификация спонтанного со возникновения.
Идентификация со возникновения ума.
Идентификация со возникновения мышления.
Идентификация со возникновения видимости.
Устранение изъянов и оценка смысла медитации.
Зоны неправильной медитации.
Недостатки частичной медитации.
Распознавание безупречной медитации.
Здесь говорится, что постоянная природа ума тождественная обыкновенному уму.
Осознание отличительных свойств обыкновенного ума.
Здесь показано, что не рассеянное состояние есть медитация махамудры.
Глава шестая: Закрепление опыта в медитации: Как удерживать погружение и состояние после погружения.
Зачем сохранять медитацию даже после обретения постижения тождества добродетельного созерцания.
Основание для сохранения медитации даже после обнаружения присущего ей состояния.
В общем, как сохранять медитацию опираясь на внимание, бдительность и самообладание.
В частности, насколько важна роль внимательности в медитации.
Идентификация состояний погружения и после погружения.
Метод поддержания общего медитативного состояния.
Методы поддержания погружения.
Перечисление методов поддержания присущей уму природы.
Шесть методов поддержания состояния погружения.
Хорошо известные методы успокоения ума.
Иные методы успокоения ума.
Краткое разъяснение перечисленных методов.
Медитация без интеллектуального усилия.
Поддержание не рассеиваемого осознавания внутренней реальности.
Каким образом эти два метода включают живые наставления по медитации.
Метод поддержания состояния после погружения.
Распознание внимательности после погружения.
Метод поддержания медитации посредством внимательности после погружения.
Возвышение различающих мыслей.
Распознание созерцательного тождества.
Возрождение осознавания внутренней реальности.
Возвышение воссозданных огорчений.
Восприятие ощущений после погружения как подобия магической картины.
Смысл волшебного зрелища и начало иллюзии.
Восприятие после погружения – подобно иллюзии.
Метод сочетания погружения и состояния после погружения.
Глава седьмая: Закрепление опыта через медитацию: Как избежать медитационных отклонений.
Удаление заблуждения и отклонения по отношению к равновесию погружения.
Удаление четырёх заблуждений.
Идентификация четырёх заблуждений.
Методы защиты от этих заблуждений.
Удаление трёх отклонений.
Частные опыты, как возможная почва для заблуждений.
Как заблуждения превращаются в отклонения.
Методы предупреждения появления отклонений.
Методы устранения преград к медитации.

Устранение помех, препятствующих общему погружению.
Устранение иных внешних или внутренних помех.
Глава восьмая: Закрепление опыта через медитацию: Как определить ум в качестве не происходящей [пустоты] и улучшить медитацию.
Определение ума как пространственного, открытого и не происходящего.
Эпитет, значение и время определения ума.
Определение постоянной природы ума.
Наблюдение внутреннего лика ума как основы определения.
Наблюдение природы ума и явлений.
Природа медитации и медитатора.
Осознавание не происходящей открытости ума.
Пребывание в состоянии определённого осознавания на протяжении всего дня и ночи.
Совершенствование действенности [осознавания] посредством возвышения пути.
Идеальное время проведения практик.
Живительный смысл этой практики в целом.
Шесть способов возвысить практику.
Возведение дуалистических мыслей на стезю посредством преобразования любого мучительного кризиса в благословенное условие.
Возведение грубых эмоций на путь в духовном процессе, называемом "Превращение яда в амброзию".
Поднятие на стезю помех, проистекающих из-за высших и второстепенных духовных сил.
Возведение несчастий на стезю путём трансформации их в дух просветления [бодхичитту].
Поднятие мучений от болезни на стезю, единый аромат элементов.
Возведение умирания на стезю путём соединения первичного сознания и воссозданного в памяти созерцательного осознавания, подобно тому, как мать соединяется с дочерью.
Глава девятая: Результирующее зарождение реализации.
Дифференциация способов реализации.
Как происходит реализация четырёх стадий йоги.
То, как сутры и тантры изображают четыре стадии йоги.
Общее значение четырёх стадий йоги: Сущность этих четырёх стадий йоги.
Общее значение отдельной природы каждой [из четырёх стадий йоги].
Реализации стадий йоги.
Мрачная сфера внутренних ощущений.
Как поддерживается состояние после погружения.
Как очищаются пороки ума.
Как успокаивается восприятие после погружения.
Разница между погружением и восприятием после погружения.
Пора реализации каждой из четырёх стадий йоги.
Некоторые другие особенности этих четырёх стадий.
Детальное разъяснение каждой из четырёх стадий йоги.
Дифференциация каждой из четырёх стадий йоги.
Дифференциация уровней каждой стадии отдельно: Йога сосредоточения.
Дифференциация йоги сосредоточения.
Как зарождаются внутреннее ощущение и опыт.
Как поддерживать эту йогу.
Дифференциация уровней каждой стадии отдельно: Йога не различения.
Дифференциация йоги не различения.
Как зарождаются внутренние ощущения и опыт.
Как поддерживать эту йогу.
Дифференциация уровней каждой стадии отдельно: Йога одного аромата.
Дифференциация йоги одного аромата.
Как зарождаются внутренние ощущения и опыт.
Как поддерживать эту йогу.
Дифференциация уровней каждой стадии отдельно: Йога не медитации.
Дифференциация йоги не медитации.
Как зарождаются внутренние ощущения и опыт.
Как поддерживать эту йогу.

Дифференциация уровней каждой стадии отдельно: Их насущная необходимость.
Как посредством четырёх йог достигаются разнообразные ступени и пути [просветления].
Посвящение.
Колофон.
Примечания переводчика Тибетского оригинала.

Предисловие Чогьяма Трунгпа, Ринпоче.

Я очень рад, что этот текст опубликован. Он будет полезен всем читателям, изучающим Буддизм. Я сам использовал его в работе с моими учениками, и всегда убеждался, что текст передаёт, ясно и просто, учения Практической Линии Махамудры. Мне чрезвычайно приятно, что теперь ученики смогут прочитать и изучить эту книгу.
Термин махамудра на санскрите или же чаггья ченпо (phyag rgya chen po) по-тибетски буквально означает "великий символ". Махамудра относится к действительному опыту реализации, который мы могли бы осуществить сами. Как совершено ясно видно из текста, основа махамудры переживается в практике сидячей медитации. И хотя махамудра чрезвычайно глубока и многогранна, тем не менее она может быть реализована через непосредственную, но несложную практику медитации шаматхи и випашьяны. Точное и аккуратное выполнение медитации позволяет нам пребывать в естественном состоянии бытия, в результате чего мы становимся способны осознавать, что нет необходимости рассматривать всевозможные наши надежды, страхи и эмоции в качестве помех или же придавать им какое то значение. В практике медитации всегда присутствует некоторое ощущение движения и его отсутствия, имеет место некий процесс размышления и не размышления. Тем не менее, вне этого процесса размышления и не размышления есть определённый базис не мысли, не концептуализации. Не имеет значения насколько мы запутаны, существует танцующее основание опыта, общее для каждого. Другими словами, хотя природа сансары и похожа на водяное колесо, которое всё время вращается, постоянно создавая действия, порождающие дальнейшие следствия, и тем не менее, существует основное состояние ума – ясное, чистое и естественное. Реализацию такого основного состояния как раз и называется махамудрой. Английское издание данного текста озаглавлено просто Махамудра. В тибетском варианте этот труд обычно называется Лучи лунного света Махамудры (Chakchen dawai ozer). Луна – самый яркий источник света ночью, и именно свет от Луны рассеивает темноту. Мы так благодарны Дагпо Таши Намгьялу за то, что он написал эту книгу, дабы пролить свет на ограниченность существ, страдающих в сансаре. Мы также благодарим переводчика и издателя за то, что они принесли этот свет мудрости западному миру. Да поможет он бесчисленным живым существам.

С Благословением. Видьядхара Достопочтенный
Чегьям Трунгпа, Ринпоче.
Боулдер, Колорадо. 7 марта 1986 г.

Вступление.

"Махамудра: Квинтэссенция Ума и Медитации" переводилась с 1976 по 1977 год. Дорабатывалась с 1981 по 1983 год попеременно с моей другой работой. Я со всей тщательностью трудился над переводом и изданием текста, подготовкой примечаний, составлением алфавитного указателя и библиографии санскритских и тибетских названий тибетских источников, цитируемых в этом трактате.
На протяжение многих лет я переводил тибетскую литературу – как светскую так и религиозную – на английский язык, но публикацию буддистских текстов откладывал, чтобы удостовериться в полной точности своих переводов. Никто из нас в традиции не имеет ни каких иллюзий насчёт возможности достижения того же высокого уровня написания и перевода текстов, каким обладал просветлённый и учёный древнего Тибета

Лама – Лоцзава, переводивший буддистские труды со многих языков. Кроме того, сейчас не достаточно благоприятные условия для работы переводчика с серьёзными текстами. И всё же, после ряда значительных событий в моей жизни, перевод этого великого эзотерического трактата, наконец, состоялся.

В 1959 г., когда многие тысячи тибетцев вынуждены были скрываться в Индии и других соседних странах, высочайший авторитет нашей традиции и многие мои ламы попросили меня переводить буддистские тексты. В 1969 г. последний Достопочтенный Дикчен Туксай Ринпоче, известный учитель Ордена Другпа Кагью, дал мне во время ассамблеи в монастыре Сагнгак Челинг в Дарджлинге (Индия) ксилографические оттиски тибетского текста. Благословляя меня, Ринпоче, своим приятным голосом сказал: "Это наиболее важный священный текст! Надо, чтобы ты его перевёл." Когда я открыл книгу и прочитал название, то почувствовал глубокое волнение. Здесь был текст Махамудры, один из величайших буддистских классических текстов, уже изучавшийся мною.

Несколькими годами позже, Его Святейшество Кармапа Ригпе Дордже, Шестнадцатый Кармапа, предоставил мне семь великих комментариев к сутрам и тантрическим учениям. Он также вручил документ с его печатью, которым предписывал мне заняться переводом этих текстов. В списке названий текст Махамудры был выделен особо.

Наконец, во время визита в Нью-Йорк в 1975 г., доктор С.Т. Шен, президент Института Высших Исследований Мировых Религий в Стоунибруке предложил мне контракт на перевод того же текста Махамудры. Доктор Шен также пригласил Достопочтенного Дечжунга Ринпоче быть консультантом данного проекта. Дополнительно к своей общей финансовой поддержке, Доктор Шен обеспечил нас прелестной спокойной резиденцией в его имении Бодхифилд на Лонг Айлэнде. В продолжение всего нашего двухлетнего пребывания там, как Доктор так и миссис Шен были предупредительны с нами и оказывали всю возможную помощь. Я лично и все мы в Дхарме действительно глубоко обязаны Доктору Шену, тем более потому, что его спонсорская деятельность представляет лишь один из его многих неоценимых вкладов в развитие изучения буддизма. Здесь я также выражаю моё глубокое почтение и признательность Достопочтенному Дечжунгу Ринпоче, широко образованному Ламе и учителю Ордена Сакьяпа, за его советы и пояснения трудных отрывков, обнаруженных в этом и других, прочитанных мной текстах.

Моя сердечная признательность и благодарность моим родным за их заботу и поддержку; моей жене Гиселе Минке, за то, что она печатала и проверяла английский текст; моему сыну Сампхе Дордже за его неоценимую помощь в издании первой части перевода; младшему сыну Навангу Тензину за оказание мне большой практической помощи.

Я хотел бы поблагодарить с глубокой признательностью за советы и помощь, предоставленные мне многими людьми: прежде всего моих дорогих друзей Мэрри Энн и Лоуренса Таккера, которые постоянно подбадривали и поддерживали меня; моего друга Ани Тсеринг Чодон (Марта Гамильтон) за проверку и печатание двух языковой библиографии цитируемых в Махамудре названий; Достопочтенного Чегьяма Трунгпа Ринпоче, Доктора Герберта В. Гюнтера и Доктора Гарма Ц.Ц. Чанга за чтение моего списка Буддистских технических терминов на английском и тибетском языках; и таких моих друзей как Жене Смит, Ханна Робинсон, Д-р Глория Каунт-ван Манен и Элизабет Дэйл за чтение ими частей перевода и поддержку.

Я обращаю мою искреннюю признательность и благодарности так же сотрудникам Института современных исследований Мировых религийв Стоунибруке, Лонг Айленд, за предоставление мне многих тибетских текстов, и за разрешение пользоваться фондами института.

Моя искренняя признательность и благодарности тем учреждениям и отдельным лицам, которые снабдили меня денежными средствами, необходимыми для полного завершения работы. Наибольшая часть этой дорогой добровольной помощи пришла от моей семьи. Я очень благодарен Фонду Буддаяны в Массачусеттсе, фонду Марсдена в Нью-Йорке и мистеру Михаэлу Вурмбранду за финансовую поддержку.

Последнее, но не менее важное, я чрезвычайно благодарен моему издателю, мистеру Самюэлю Берхольцу, который выказывал личную заинтересованность в публикации.

Ксилографический текст Махамудры, использованный в моём переводе, был отпечатан на самодельной тибетской бумаге при помощи резных деревянных блоков, которые

хранились до начала "культурной революции" в Шри Ньитханге Гьяла в Дингри, западный Тибет. Номера листов этого текста показаны слева на полях английского перевода.
Так как текст Махамудры имеет первоначальную тибетскую композицию и содержит множество тибетских терминов, я включил в его состав небольшой список санскритских эквивалентов.
Тибетское правописание (которое было заимствовано из Древней Индии) использует многие немые буквы. Современная практика буквального транскрибирования тибетских слов, по-видимому, только путает иностранных читателей. Меня самого удивило и позабавило, когда я впервые прочитал своё имя в английской транскрипции как bLobzang Phutshogs. В данном тексте я постарался придерживаться наиболее близкой к употребляемой на практике передачи фонетики, делающей чтение более лёгким и гладким.
К сожалению, из-за определённых трудностей двухязыковой алфавитный указатель не мог быть включён в настоящее издание. И если такие термины как Бодхисаттвы, Архаты и Будды (без ссылки на исторического Будду) не начинаются с большой буквы, то это соответствует пожеланиям издателя.
Несмотря на мои самоотверженные усилия, в переводе всё ещё могут оставаться ошибки и неточности. И в этом случае я искренне прошу извинить меня за все недостатки.
Должен признаться, что как в переводе так и в моём введении я главным образом обращался к практикующим Буддистам и лишь отчасти ко всей читательской аудитории. Моё искреннее желание заключается как раз в том, чтобы этот великий текст мог служить практикующим Буддистам в качестве светлого проводника, одновременно передавая обращение Будды ко всем существам для всеобщего просветления, и таким образом исполнить благородную цель спонсора и других, непосредственно вовлечённых данным усилием.
Пусть этот перевод рассматривается так же как один из подобающих памятников более, чем одному миллиону Тибетских Буддистов, убитых в Тибете за последние три десятилетия.

Лобсанг П. Лхулунгпа МакЛин, Вирджиния Май 1986 г.

Примечание к русскому переводу.

Это – отредактированная версия первого варианта перевода этой книги, который был сделан мной в 1992 году и по недосмотру распространился в компьютерном виде через BBS и интернет. Дал мне английский вариант этой книги и попросил сделать её перевод Вагит Рагимов – перводчик ламы Оле Нидала, распространяющего учения линии Карма Кагью. Пусть этот перевод послужит благу всех русскоговорящих существ!

Валерий Батаров.
Буддийский Центр "Карма Чё Линг Москва"
тел. (095)-925-16-81, www.aha.ru/~kcl-mosc
kcl-mosc@aha.ru; kibi@elista.rospac.ru; kompromiss@orc.ru
Октябрь 1998 г.

Введение переводчика.

"Махамудра: Квинтэссенция Ума и Медитации" представляет собой высшее учение и практику, как они поняты и реализованы в Ордене Кагьюпа Тибетского Буддизма.
Оригинальный тибетский текст шестнадцатого столетия называется "Нгедон чакгья ченпой гомрим сейварджепай лекшей давайозер", что буквально переводится как "Лунный свет: Блестящее Разъяснение Стадий Медитации Высочайшей Великой Печати". Термин "великая печать" (махамудра) содержит многие различные значения. В данном случае он символизирует основную природу ума и реальности. Всё равно как королевская печать обладает непререкаемым авторитетом, так и всеобъемлющая пустотность предельной реальности господствует над космическими феноменами. Этот термин так же означает

путь реализации, соединяющий достоверное видение, концентрацию и действие в одно совершенное постижение.

Этот необычный трактат содержит не только богатейшее знание, но даёт также и методы реализации просветления. При написании труда великий тибетский учитель Таши Намгьял (1512-1587) познакомился со многими древними тайными устными учениями и опубликовал их в виде ксилографических оттисков. Среди других хорошо известных трудов автора есть такие как "Сверкающая Драгоценность: Разъяснение Буддистской Тантры" и "Солнечный Свет: Разъяснение Хеваджра Тантры". В ходе получения образования и практики Таши Намгьял некоторое время провёл с учителями Сакьяпы и даже был настоятелем монастыря Сакьяпы Наланда на севере Лхасы. В свои последние годы он выполнял функции регента Гампопы и главного настоятеля монастыря Дакла Гампо в Южном Тибете.

"Махамудра" не является ни учебным пособием ни книгой, которая сама себя объясняет. Подобно другим великим буддистским трактатам она изучалась под руководством выбранного наставника. Необходимость в учителе становится очевидной, если рассмотреть значение этого эзотерического текста, глубину предмета, его сложную структуру, его концептуальную утончённость, и его техническую трудность. Среди проблем, с которыми сталкивались бы ученики, не имеющие наставника, есть такие как некоторая (нарочитая) неопределённость, загадочные цитаты, намёки и даже очевидные противоречия.

Данный великий тибетский классический текст, широко признанный как выдающаяся оригинальная работа, раскрывает глубочайшую мудрость. Текст систематически обращается к живому знанию и практическим методам Буддистских наук, составляющих главную часть монастырского распорядка. Из священного закона (виная) приходит доктрина самоконтроля, покорения и трансформации ума. Из основных видов логики (прамана) приходят методы определения природы реальности. От психологического ответвления возвышенного учения (абхидхарма) приходят методы опознания и устранения корней самообмана. Из учения трансцендентальной мудрости Будды (праджняпарамита) приходят способы достижения интуитивного понимания всеобщей пустотности (сарвадхарма-шуньята) как предельного состояния. Из системы махаянской самореализации приходит важная практика, известная как (двойной принцип) трансцендентальной мудрости и бесконечного сострадания. Из этого идеала исходят психологические методы переориентации эгоцентричности в сострадание и заботу о других. Из буддистской тантрической доктрины приходят методы трансформации внутреннего заблуждения и его проявлений в виды трансцендентальной мудрости. И затем, отдельно, медитация махамудры показывает способ достижения мгновенного постижения совершенства природы каждого восприятия или мысли.

Весь текст разделён на две части. Первая часть содержит принципы и практики успокоения и интуитивного постижения согласно системам Хинаяны (Малая Колесница) и Махаяны (Великая Колесница). Вторая часть содержит продвинутую систему медитации традиции Махаяны, вслед за которой идёт ещё более высокая система Махамудры (Великого Символа).

Замысловатая структура трактата распадается на множество частей, и возможно покажется запутанной для тех, кто мало знаком с тибетской традицией, но порядок или же тематическая согласованность текста не становятся от этого менее ясными. Разделы обозначены так, чтобы помочь учителям объяснять текст систематически, и дать возможность ученикам полностью воспринять сложную доктрину и практику.

Разъяснение написано классической тибетской прозой и проиллюстрировано огромным количеством цитат, взятых из сутрических и тантрических учений Будды, из комментаторской литературы (шастры) древних буддистских учителей и их мистических поэм (доха).

Перед началом фактического изложения учения, в тексте идёт традиционное выражение почтения автора Таши Намгьяла к линии передачи махамудры; личному гуру (без имени), Уму, который нельзя разрушить (ваджрамана) и Будде в его высшем состоянии (дхармакая) и земном (нирманакая) проявлении. Должным образом здесь почитаются основные учителя: Сараха, Нагарджуна, Марпа, Миларепа и Гампопа (все Ордена Кагьюпа). Автор с особенным почтением упоминает Гампопу, как второго Будду и толкователя уникальной системы Махамудры.

Текст начинается с описания двух различных видов интуитивного постижения и двух подходов, вытекающих из сутр и тантрических учений Будды, – общего пути последовательной самореализации и не общий путь мгновенной самореализации. Стадии медитации Махамудры последовательно и взаимосвязано воплощают эти два пути. Основные и продвинутые сутрические медитации на успокоение и интуитивное постижение представляют последовательный путь, в то время как действительная традиция махамудры представляет собой мгновенный путь. Сутрические медитации последовательного пути составляют фундамент, между тем как медитация Махамудры представляет собой не мистический прямой подход. Медитация Махамудры не использует, по существу, тантрические методы. Даже если рассматривать Буддистскую тантру как быстрый путь самореализации, принято считать его неотъемлемым элементом последовательного пути.

Основа буддистских учений.

Чтобы показать полную панораму Тибетских Буддистских методов, я в данный раздел включил описание основного курса религиозного обучения, выполнение которого требуется от практикующих прежде, чем они приступят к медитации махамудры. Такая подготовка обычно состоит из изучения как основных так и высших сутр и тантр, что может быть достигнуто прохождением либо общего либо отдельно выбранного курса по таким традиционным предметам, как моральный канон (виная), логика (прамана), центральная философия (мадхьямика), науки об уме и материальности (абхидхарма) и трансцендентальная мудрость (праджняпарамита). Некоторые тибетские школы, например Кагьюпа, предпочитают излагать эти курсы классифицируя их в терминах тринадцати трактатов. Ежедневное изучение текстов и проверка происходят в форме диспутов. Ученики попеременно выступают в роли задающих вопросы и отвечающих. Защищающегося спрашивают несколько нападающих последовательно по каждому из оснований. За диспутами, особенно во время больших и малых экзаменов, наблюдают преподаватели, учёные и настоятели. Среди факультативных тем, выбираемых учениками могут быть санскритская семантика, лингвистика и филология, тибетская поэтика и литература, астрология, астрономия, медицина, искусство, архитектура и ремёсла.
Тому, кто не может потратить несколько лет на приобретение столь обширных знаний, разрешается пройти сжатый курс. Что может быть сделано через изучение или основных положений некоторых текстов, или же их сокращённых версий. В любом Буддистском ордене есть популярный и пригодный для практики текст, который объясняет в доступной форме, основные вопросы и, которым пользуется всякий занимающийся медитацией, ученик и учёный. Для практикующих линии Кагьюпа – это известный текст Гампопы "Драгоценное украшение освобождения".
Избранный курс составляется из текстов по сутрическим и тантрическим доктринам. Здесь ученики могут выбрать краткие доктринальные трактаты и руководства по медитации.
Буддистское образование представляет собой целостный процесс человеческого и интеллектуального развития, иллюстрируемый следующим правилом: "Самоконтроль, мудрость и сострадание достигаются только через слушание, изучение и медитацию". Критерием правильного обучения должна стать непосредственная духовная зрелость, являющаяся результатом покорения мирского ума путём устранения основных недомоганий, таких как эгоизм, жадность или ненависть; далее, углубление понимания истинной реальности; и взращивание заботы о благополучии других.
В Буддистской традиции учёность – лишь средство достижения конечной цели. Буддизм использует рациональность и веру, знание и внутреннее пробуждение в едином пути духовного развития. Знание приобретается в многолетнем учении и диспутах, пробуждение – благодаря соответствующим практикам медитации.
Учёба начинается с обращения ученика за устной передачей избранного текста. Это событие считается очень значительным, так как учитель посылает ученику энергетический поток мощных слов, вместе с благословением линии, которые он сам получил от своих наставников. Тем самым ученику предоставляется возможность заниматься с руководителем. Затем он получит устное разъяснение текста, которое может занять несколько недель или месяцев. Существует много форм объяснения текстов;

простое буквальное объяснение (цигтри), полное (с толкованиями) объяснение (донтри) и основанное на опыте разъяснение (ньямтри или мартри) – на личном опыте учителя. Самым важным является разъяснение каждой последовательной стадии, что требуют от ученика медитации в течение некоторого времени и дальнейшего соотнесения своего опыта с опытом наставника. Это приводит к регулярным обсуждениям практики с учителем, её задач и хода. Все ордена Тибетского Буддизма используют такие устные передачи.
Данный текст предполагает, что проходящий обучение уже имеет достаточное представление о последовательном пути к просветлению, как о весьма важном религиозном основании.

Основа созерцания.

Далее будет показано, как ученики выполняют полный курс созерцания согласно традиции последовательного пути. Весь курс делится на три практики для "трёх типов последователей": начальную, среднюю и продвинутую. В процессе выполнения этих практик ученик развивает правильное видение, правильный способ рассмотрения и правильный образ действия. Эти практические принципы символизируют мудрость, спокойствие и дисциплину. Практикующий учит, как согласовывать свой опыт созерцания с активной жизнью – как, например, вдохновлять и стимулировать свою повседневную жизнь через созерцательную практику успокоения и постижения. Ученик начинает практиковать, придерживаясь образца "младшего духовного последователя". Он оценивает жизнь со всеми присущими ей несчастьями. Исследуя возможности своего тела и ума, он тогда осознаёт, что они являются драгоценными средствами достижения высшего духовного знания. Далее, он концентрируется на непостоянстве и хрупкости жизни, и решает для себя, что эгоистические стремления к материальным целям создают длительную отрицательную карму со всеми её неизбежными последствиями для теперешней и последующих жизней. Он получает возможность управлять собственной судьбой переориентируя свою жизнь в направлении более значащих целей, благородных стремлений и обязательств, следуя словам Будды: "Духовные сыновья, я показал вам путь к освобождению. Поймите, что его достижение будет зависеть от вас". Посвящая себя развитию правильного мышления, речи, действия и всего образа жизни, практикующий сознательно избегает насилия в любом его проявлении. Он смотрит на Три Драгоценности, как на прибежище от существующих страданий. Это означает, что в своей ежедневной практике он почтительно просит благословения у Будды, как учителя; священного учения, как пути к освобождению; и просветлённой линии, как вдохновения и поддержки. В результате такой практики ученик должен достичь уровня очищения, различения и веры (в причинность) "младшего последователя". Теперь ученик переходит на второй уровень подготовки, "средний последователь". Здесь он развивает духовную мотивацию достичь личного освобождения (пратимокша) из бушующего океана сансары. Он созерцает Четыре Благородные Истины: Существование – это страдание: Причина страдания в иллюзии; устранение страдания и его причины – возможно; устранение осуществляется через Путь. Ученик занимается практическим применением Истин, чтобы удалить свои страдания и их психологические причины, культивируя высшую нравственность, созерцание и мудрость. Развивая сильное желание личного просветления, он строит своё поведение согласно сложному этическому кодексу. Затем, с вездесущими вниманием и бдительностью, он оберегает свой поток сознания от эгоистических привязывающих к миру амбиций, губительных мыслей и эмоций, в то же время развивая веру, честность, терпимость, воздержанность и доброту. Нравственная чистота, достигнутая этим усилием, является надёжным фундаментом созерцания. Говорится, что человек с постоянным вниманием и самоконтролем будет хорошим медитатором. Главная цель основной духовной практики состоит в том, чтобы приручить ум и все его силы. Следовательно правильность промежуточного развития ученика должна быть видна по его нравственности, спокойствию, чувствительности и пониманию. Эта внутренняя трансформация отмечена новым пробуждением в "пустотность" (отсутствие личности) потока сознания. Ознакомившись с принципами, приёмами и методами, а также устными наставлениями, ученик теперь посвящает себя овладению мастерством высшего созерцания. Он сначала

работает над развитием успокоения через концентрацию, а потом над развитием ещё более глубокого постижения. Он увидит, что такое состояние с его удивительной лёгкостью, восторгом, ясностью и недвойственностью, эффективно усмиряет все внутренние беспокойства и несчастья. Однако спокойствие само по себе ещё не устраняет полностью скрытые психологические причины. Подобно чистому зеркалу, созерцательное успокоение представляет собой совершенное условие для проникающего анализа – одного из жизненно важных факторов в медитации постижения. Только совершенное постижение (в медитации) может привести к пробуждению мудрости, которая воспринимает ложность представления о центральном я (или эго-сущности) и в то же время истину о несамостоятельности личности как действительной природы человеческого потока сознания. Главной целью этой тренировки является развитие высшей мудрости. Освобождение от внутренних заблуждений и вызываемых ими страданий, достигается только с помощью трансцендентальной мудрости. Трансцендентальная мудрость возникает из совершенства медитации постижения. Поскольку слушание, чтение и усвоение приводит к знанию в понятиях, критическое исследование производит детерминированное видение реальности. Но даже хотя это умение разбираться содержит присущие ему ограничения, такая "мирская" мудрость, тем не менее, служит дорогой к более глубокому постижению. Великий Буддистский учитель Нагарджуна выразил это в таких словах: "Нельзя понять предельную реальность, не доверяя понятийному знанию, нельзя понять нирваническое просветление без понимания предельной реальности." Ученик теперь подготовлен для вступления на третий этап подготовки, последователя на высшей ступени, принять заповедь бодхисаттвы, известную как бодхичитта (просветлённое отношение), от выбранного учителя, который олицетворяет сущность этой уникальной духовной дисциплины. Бодхичитта охватывает все аспекты пути махаяны от совершенной мотивации и стремления к всеобщему просветлению до сострадания и мудрости и, в конечном счёте, до просветления (которое является предельной бодхичиттой). Практическая бодхичитта требует совершенного владения двойным принципом просветления (искусными средствами и распознающей мудростью). Приверженец учения, такой как стремящийся к просветлению бодхисаттва, прививает доброту и сострадание, и в ходе этого практикует щедрость, альтруизм, терпимость, старание и внутреннее равновесие. Чтобы завершить процесс просветления, он доводит свою интеллектуальную мощь до трансцендентального уровня, ибо мудрость вскрывает переворачивающее постижение предельного состояния (пустотности) ума и реальности, с одной стороны, и включает в себя более широкое измерение реальности, – то есть не воспринимаемое единство материальных и ментальных явлений и, действительно, нераздельность существования и просветления (сансары и нирваны). Значение всеохватывающей бодхичитты должно быть ясно понято: нельзя достичь просветления без бодхичитты! Этот путь – от последовательного воспитания бодхичитты и до её реализации – путь бодхисаттвы, имеет популярное в Тибете название "путь рыцаря", так как практикующий бодхисаттва покоряет грозных врагов – свою эгоистическую иллюзию и все её силы – и затем стремится освободить других, порабощённых подобными противниками. Проверка для такого практикующего – это просто его свойство и способность воплощать идеал мудрость/сострадание и проявлять его во всех мыслях и действиях. Эта религиозная подготовка будет значительно усилена, если ученик, такой как практикующий бодхисаттва, следует Алмазной Колеснице Буддистской тантры. Вкратце; от всех учеников требуется применять срединный путь Будды в жизни, то есть, в их этическом поведении. Это значит избегать двух крайних форм жизни; неконтролируемой чувственности и самоотречения. В их метафизической ориентации это означает избегать двух противоречащих взглядов на реальность; абсолютной субстанциональности (или я) и материалистического нигилизма. На языке медитации срединный путь означает устранение двух крайних недостатков; тупости и чувственного возбуждения.

Успокоение и постижение: Основная стадия медитации махамудры.

Построение вышеупомянутого основания позволяет практикующему приступить к медитации махамудры. Я дам короткое описание медитаций успокоения и постижения.

(Если мои замечания покажутся повторяющимися, то это потому, что текст имеет дело с темой успокоения и постижения в обеих частях, как в I, так и во II, но в разных контекстах.) Практикующий начинает обычно с традиционной сутрической медитации успокоения и постижения, составляющей основание для медитации махамудры. Только овладение двумя аспектами сутрической медитации даст возможность регулярно медитирующему ученику полностью испытать и оценить медитацию махамудры. Они (аспекты) сначала совершенствуются раздельно и затем совместно так, чтобы медитатор мог потом практиковать созерцательное погружение, также называемое "спокойным равновесием", представляющее собой истинную медитацию. Успокоение и постижение включают в себя все формы буддистской медитации. Хотя успокоение, естественно, делает спокойным, а постижение имеет аналитический характер, они тем не менее не только дополняют друг друга, но также гармонически сочетаются каждый раз, в конце концов достигая кульминации в вышеупомянутом состоянии. Их значение подчёркивал Будда, когда говорил: "Всем медитаторам следует постоянно пребывать в успокоении и постижении, потому что все виды медитации воплощены в них." Этот текст впервые предоставляет подробные рекомендации о том, как овладеть успокоением через концентрацию. Они имеют дело с воспитанием правильного отношения, правильной мотивации, применением принципов и методов. Текст разъясняет способы поддержания концентрации – обнаружение, различение, устранение недостатков и улучшение продвижения к самореализации. Хорошие результаты достигаются с помощью развития универсальной перспективы, умелого подхода и соответствующего применения. Самооценка медитатором своего продвижения вперёд или регресса является неотъемлемой частью подготовки. Его рациональный взгляд на жизнь и реальность, порождённый через эти занятия, исследуется, проверяется и поглощается созерцательным равновесием. Точно также его медитативное спокойствие и ясность входят в повседневную жизнь. Медитатор будет постепенно испытывать пробуждение просветления пропорционально устранению психологических причин страданий существования и достижению трансцендентальных качеств, составляющих совершенное просветление (самбодхи). Практические элементы, которые предназначены управлять его медитацией, так же как и его жизнью, называются "Три Мастерства". Первое: "Мастерство в начале" (медитации), относится к стимулированию отношения, мотивированного стремлением к благополучию и просветлению других. Второе, "мастерство в середине", относится к переориентации медитационного состояния к его трансцендентальным аспектам при помощи превращения медитации в не понятийное осознавание. Третье, "мастерство в конце", означает разделение духовных заслуг медитатора с другими через искреннее посвящение.

Медитация успокоения.

Просветление достигается при помощи трансцендентальной мудрости (праджня), которая в свою очередь возникает из объединённого овладения успокоением (шаматха) и постижением (випашьяна). "Постижение" здесь подразумевает два независимых аспекта: процесс и результат. Процесс – это анализ, в то время как результат – это глубокое видение реальности. Ещё необходимо указать, что такое постижение не может появиться без очень важного основания внутренней чистоты, равновесия и ясности, каждое из которых тесно связано с медитацией на успокоение. "Успокоение" означает покой тела и ума. Особым свойством, которым это спокойствие обладает, является "совершенная лёгкость", объединяющая ум и тело в послушное и действенное духовное средство. Другими терминами, в настоящее время используемыми в английском языке для выражения медитативного успокоения, являются "концентрация (concentration)", "сосредоточенность (onepointedness)", "покой (quietude)" и "спокойное пребывание (calm abiding)". Подобно всякому процессу самореализации, это успокоение так же имеет несколько собственных уровней – мирской, сверх мирской и трансцендентальный – каждый из которых может быть достигнут занимающимся медитацией. Основной уровень, известный как "приблизительное успокоение", представляет собой человеческий "план желаний" (кама-дхату). Он может быть достигнут прохождением девяти уровней (мирского) успокоения.

Успокоение на сверхмирском уровне относится к "восьми созерцательным погружениям", которые соответствуют небесным "плану чистой формы" и "плану не-форм" (рупа-дхату и арупа-дхату). Успокоение трансцендентального уровня реализуется на предварительной стадии "архатства". Начинающему следует сперва знать как практиковать и поддерживать

успокоение, представляющее мирской уровень. Он может начать с концентрации на выбранном объекте, либо конкретном либо визуализируемом. Это ментальное состояние равновесия. Для медитатора, "успокоение" должно означать совершенно сконцентрированное состояние. Оно содержит два присущих ему качества: устойчивость и ясность. Они составляют то, что обычно называют "ментальное сосредоточение на одной точке". Во время концентрации, таким образом, полагаются на живую силу "внимательности". Такое успокоение через концентрацию удачно описано несравненным Цзонкхапой (1357 – 1415), основателем ордена Гелукпа Тибетского буддизма: "Концентрация является королём, отдающим приказания уму. Раз установленная, она остаётся неподвижной, подобно Горе Шумере; раз выпущенная она пронизывает все образы добродетели. Она создаёт совершенную лёгкость, которая делает тело и ум послушными."

Роль внимания.

Не может быть концентрации без внимания, ибо внимание придаёт состоянию при концентрации жизненно важную энергию. Поддерживаемое самоконтролем внимание будет тогда управлять всеми сторонами жизни, как созерцательной так и активной. Когда медитатор концентрируется на одной точке в медитации на успокоение, он обязан достичь равновесия, ибо эта концентрация объединяет естественным образом разбитые на куски внутренние силы. Успех или неудача медитации в большой степени определяется наличием или же отсутствием внимания. Внимание по природе является нейтральной силой и, как таковое оно может быть превращено как в положительный, так и в отрицательный элемент. Медитатор, следовательно, должен знать как управлять и руководить им. В повседневной жизни он должен превращать его нейтральную или негативную сторону в положительную. На ранней стадии можно обнаружить, что концентрация слаба из-за того, что внимание не устойчиво, как результат не успокоенного ума. С помощью самоконтроля и самоотверженности, внимание станет более устойчивым и будет действовать, как "хранитель" состояния концентрации. Оно будет тогда мгновенно фиксировать и определять любое появление рассеянности. Этот процесс можно сравнить с тем, который проделывает опытный рыбак, чья бдительность и осторожность помогают ему обнаружить мгновенно рыбу. Внимание само будет подвергаться изменениям, пока, наконец, не станет трансцендентальной осведомлённостью.

Периодическая бдительность.

Акт обнаружения и устранения рассеянности называется шейчжин (бдительность). Текст тщательно разбирает подходящие средства избавления от причин рассеянности. Последние сгруппированы в два раздельных класса: чувства и мысли (как хорошие, так плохие и нейтральные) составляют "кипящее рассеяние", в то время как угрюмость, вялость, сонливость и апатия классифицируются как разные формы "ползущих видов рассеянности". Кипящая рассеянность вызывается потворством своей чувствительности или страсти, возбуждением, ненавистью, нервным напряжением или стрессом. Причинами ползущей рассеянности являются физическая слабость, чрезмерная расслабленность, лень, высокомерие, глупость или фрустрация. Едва уловимая тупость может возникнуть почти незаметно в ощущении экстаза. Такая проблема неожиданно появляется во время устойчивой концентрации. Концентрация производит ощущение лёгкости и восторга, которые в свою очередь расслабляют ум и притупляют ясность концентрации, что подобно опьянению с потерей отчётливости ощущений. В дополнение к прописанию пригодных лекарств от больших и меньших причин рассеянности, текст перечисляет ряд методов устранения этих помех и улучшения каждого состояния медитации. Они классифицируются по восьми пунктам прогресса, шести мощным методам, четырём ментальным применениям, и девяти уровням успокоения.

Девять стадий успокоения.

Изучение изображённого списка или схемы, обрисовывающей девять стадий успокоения, сделает более наглядным замысловатый процесс овладения таким успокоением в состоянии концентрации. Фронтиспис данной книги иллюстрирует шаг за шагом то, как решаются проблемы, как внимание медитатора стабилизируется и делается более ярким, и его концентрация усиливается до тех пор, пока он, наконец, не достигает идеального успокоения (на девятой стадии). Храм на описываемой танке указывает на необходимость, по крайней мере на раннем этапе подготовки, спокойного уединения. Монах представляет медитатора и символизирует отрешённость от мирских стремлений. Извивающийся путь

означает девять стадий успокоения. Первая и низшая ступень представлена монахом, волочащимся за слоном и обезьяной. На этой ступени медитатор обычно обнаруживает, как тяжело сконцентрироваться на выбранном образе. Он открывает, что его внутренний мир одолевают беспокойные чувства, мысли или пассивная тупость. Эти три мощных вида рассеянности непрерывно швыряют его концентрацию из стороны в сторону, подобно маленькой лодке в бурлящей реке, и заволакивают её туманом, подобно мраку, окутывающему путь. Серая обезьяна символизирует не успокоенный ум, а серый слон – тяжеловесную тупость. Эти состояния обычны для мирских умов. Образ монаха, держащего секиру и верёвку, указывает на необходимость самоконтроля и внимания на ранних стадиях регулирования ума. Пламя на протяжении первых шести ступеней означает бдительность. Это динамический аспект внимательности. В то время как внимание заботливо наблюдает за ментальным фокусом концентрации, его бдительность обнаруживает любое проявление рассеяния – как в грубой так и в тонкой формах – с ловкостью и остротой. Вторая стадия характеризуется некоторым прогрессом в попытках монаха добиться концентрации, что показано белыми пятнами на обезьяне и на слоне. Этот небольшой прогресс означает, что медитатор способен теперь достигать сосредоточения на несколько мгновений, которое прерывается вновь могучим рассеянием. Это состояние подобно поведению флага, который попеременно то колышется, то останавливается, в зависимости от движения воздуха. Третий и четвёртый уровни показывают монаха, проделывающего медленный, но стабильный прогресс, вычищая беспокойство и тупость, которые попеременно мешают его концентрации. Образ монаха, привязывающего животных, символизирует его устойчивое внимание и бдительность на этих стадиях. Но неожиданное появление серого кролика на спине слона означает возникновение "тонкой тупости". Это – смешанное благословение. Вместе с тем как успокоение в состоянии концентрации постепенно стабилизируется, оно производит внутреннюю лёгкость и восторг. Это естественное ощущение завлекает ум в гнетущее состояние, лишая внимание его острого фокуса. Однако белое пятно у кролика указывает на устойчивость сосредоточенного успокоения, что означает уменьшение количества беспокойных исходов на данных стадиях. Пятая и шестая стадии показывают монаха, достигающего более значительного успокоения, что символизируется увеличением размеров белых пятен на животных. На шестой и седьмой стадиях монах достигает ещё большего – и необратимого – прогресса в совершенствовании своего успокоения и устранении рассеяния, оно проиллюстрировано быстро белеющими телами животных. Восьмая стадия показывает почти совершенное успокоение, что изображено фактически белыми слоном и обезьяной. На девятой стадии монах показан в уединении, погружённым в "приблизительное успокоение", которое символизируется так же отдыхающим белым слоном. Приблизительное успокоение означает безмятежность, связанную с "человеческим планом желаний". Владеющий мастерством приблизительного успокоения, направляется к следующим стадиям, сверхмирском и трансцендентальному состояниям. Верхняя часть танки показывает двух монахов, едущих на белых слонах по двум полосам многоцветных лучей света, означающих два более высоких сверх мирских уровня созерцания. Один из уровней с четырьмя ступенями, соответствует естественному сознанию на чистом плане форм, в то время как другой, с его четырьмя состояниями, соответствует плану не-форм. (То есть эти два плана заключаются внутри области существования.) Меч в руке монаха символизирует меч окончательного знания, который отсекает иллюзию. Монах, парящий в небе представляет собой подготовительное и фактическое медитативное погружение, достигаемое стремящимися к личному просветлению. Правильность непосредственного достижения медитатором данного уровня должна обнаруживаться по его способности поддерживать сколь угодно долго не возмущаемое успокоение в состоянии концентрации.

Медитация постижения (истинной реальности).

Текст охватывает разные аспекты медитации постижения, начиная с её определения, классификации, природы, роли и цели, и, кончая доктринальными концепциями ума и реальности, интерпретациями, методами исследования, созерцательным погружением и последовательной реализацией трансцендентального постижения.

Медитация постижения включает три аспекта: динамический анализ, созерцательное погружение и последующее видение иллюзорной реальности.

Медитация постижения, в основном, представляет собой аналитическое исследование, дающее ключ к пониманию истинной природы реальности. По этой причине Тибетская традиция называет её "высшим пониманием". Начальная фаза медитации постижения представляет собой интеллектуальное исследование того, что составляет истинную или ложную реальность. "Постижение", как динамический анализ, не имеет смысла без стабильного внутреннего успокоения. Восстановление успокоения перед началом постигающего анализа устранит не только любое остаточное волнение, но и эффективно будет охранять исследование в состоянии концентрации от любого отвлечения внимания. И кроме того, анализ, проведённый без существенно необходимых успокоения и ясности, активизирует внутреннее беспокойство. Без этого исчерпывающего процесса простое аналитическое определение психоневротических проблем не может ни затронуть корней, ни привести к надёжному решению. Чтобы понять медитацию постижения, необходимо взглянуть на природу и уровень мудрости. Постижение, как подлинное видение реальности, углубляется пропорционально раскрытию мудрости. Постижение и мудрость являются, таким образом, нераздельными, подобно зеркалу и его отражающей ясности. Действительно, "постижение" в Буддистской традиции означает мудрое видение или способ познания вещей. Если нельзя достичь постижения природы реальности без первоначального развития мудрости, какую тогда роль играет мудрость в возникновении истинного постижения? Мудрость играет необходимую и соответствующую роль на всём протяжении подготовки и этапов просветления. Мудрость, как различающая способность, ведёт медитатора на его пути к высшей реальности. Как мощное психологическое оружие, она разрушает внутренние заблуждения; как высшее видение, она обнаруживает скрытое страдание реальности; и как голос истины, она утверждает внутреннее единство всех вещей. Как говорил несравненный Цзонкхапа:

"Мудрость – это глаз, смотрящий в глубинную природу реальности; Она – средство, чтобы обрубить корень сансары. Неисчерпаемый источник качеств, превознесённых в писаниях. Её называют блеском бриллианта, освещающим тьму заблуждений."

Непосредственная цель медитатора состоит в том, чтобы развить трансцендентальную мудрость, постепенно через рациональный и созерцательный процессы. Сначала он развивает "рациональный интеллект", который традиция относит к "интеллектуальной мудрости" (тхораи шераб). Она даётся через изучение буддистской доктрины у некоторых высоких учителей и понимание определений, терминов и значений понятий. Далее добиваются очищенного интеллекта, называемого "различающей мудростью" (сампе шераб), исследуя – среди прочего – доктринальные точки зрения на существование, его причины, способы разрешения фундаментальных проблем и реализацию внутренней свободы. Снова непосредственное руководство учителя и его жизненно необходимые устные наставления играют здесь важную роль. Объединение интеллектуальной и различающей мудростей составляет "мирскую мудрость". Мирская мудрость может возникнуть так же путём основной сутрической медитации. Четыре состояния концентрации приводят к постижению чистой природы психофизического мира, что проявляется через ощущение радости, блаженства, ясности и уравновешенного состояния. Другой созерцательный источник мирской мудрости – это источник "четырёх уравновешивающих спокойствий", при которых возникает всё более тонкое видение потока сознания. Это видение воспринимает сознание сначала как бесконечное пространство, затем как бесконечное сознание, затем как не существование и, наконец, как ни существование ни не существование. Эти виды мирской мудрости не могут, однако, проникнуть вглубь не воспринимаемых аспектов реальности, так как невообразимая природа последних остаётся сокрытой за обманчивой видимостью. Следовательно, эта мудрость неспособна уничтожить психологический корень жизненных страданий и неправильных представлений. Только "созерцательная мудрость" может вникнуть в скрытое господство предельной реальности, ибо она содержит переворачивающее видение, которое обнаруживает ошибочную природу воспринимаемой реальности и приводит к видению не двойственности. Такую не двойственность можно в общем охарактеризовать как "относительная" или "взаимозависимая" реальность, которая обладает внутренне присущим ей союзом непостижимой простоты (пустоты) и динамического проявления. Ложная природа, как понятно, будет просто "иллюзорной видимостью", полностью лишённой субстанции. Вместе с тем как её интригующий динамизм происходит из созидательного взаимодействия между её естественными

причинами и условиями. Коль скоро медитатор овладеет медитацией постижения и потом согласует определённое в ходе неё осознавание с успокоенной уравновешенностью (самадхи), он сделает устойчивым своё продвижение к созерцательной мудрости. Его сверх обычный опыт непосредственного восприятия истинной природы не двойственной реальности ещё остаётся на уровне мирских достижений. Однако в тот момент, когда он достигает "пробуждения первой ступени просветления", его созерцательная мудрость достигает трансцендентального состояния. На этой стадии медитатор способен воспринять тесную связь между двумя аспектами реальности, несмотря на очевидные противоречия, которые они содержат. Такая созерцательная мудрость, развитая в спокойном равновесии с последующим различением, приводит к окончательной реализации трансцендентальной мудрости (праджняпарамиты). Трансцендентальная мудрость является завершением раскрытия интеллекта, и в Буддистской традиции часто сравнивается с полной Луной. Каждый медитатор в своём исследовании ума и реальности придерживается характерного для данной школы подхода, его разъяснения и истолкования. Медитатор Кагьюпы следует Школе Действительного Эмпиризма (сватантра мадхьямика), в то время как другие, особенно медитаторы Гелукпы следуют Школе Рационального Редукционизма (прасангика мадхьямика). В целом все тибетские медитаторы придерживаются общей доктрины среднего пути, как это предписывал Будда: "О монахи, видеть вещи как существующие – это одна крайность, а видеть их как ничто – другая крайность." Медитатор затем стремится обрести ещё более высокое видение реальности, а именно пространство не понятийного осознавания, как настоятельно советовал Будда: "Мудрый последователь не задерживается также на среднем пути". "Крайние" точки зрения – это те дуалистические учения, которые развиты на основании некоторых древних (не буддистских) догм. Буддизм рассматривает дуализм любого вида как "тезис" и опровергает его как внутренне противоречивый, и вместе с тем придерживается не двойственности, как "антитезиса", способного выдержать любую проверку. Так как эти две метафизические точки зрения диаметрально противоположны друг другу, то вопрос их синтеза не возникает. Для того, чтобы установить обоснованность несвойственной реальности, буддизм предлагает на обсуждение концепцию "двух истин", условной и абсолютной. Две истины, естественно, включают в себя две стороны реальности, как взаимозависимые и взаимосовместимые. "Видимая истина" относится к проявлениям ума и материальным феноменам. Это означает, что всякая видимая и воспринимаемая действительность предстаёт как "реальная" для заблуждающегося ума и как "нереальная" для просветлённого. "Абсолютная истина" говорит об изначальной простоте, которая традиционно называется "внутренней пустотой". Она представляет собой предельную реальность ума и материи. Понятие пустоты объяснить очень сложно и ещё тяжелей понять. Традиция предостерегает медитаторов от любых поспешных заключений, ошибочных представлений и неправильного подхода. Пустота должна пониматься, как представляющая собой больше, чем ничто или просто отсутствие (грубых и тонких сущностей) дуалистических явлений. Пустота составляет предельную природу всех явлений. И что более важно, эта пустота утверждает относительность всех феноменов. Данная точка зрения отражает позицию Школы Действительного Эмпиризма (сватантра мадхьямика), в то время как более отвлечённый взгляд представлен Школой Рационального Редукционизма (прасангика мадхьямика), которым пустотой объявляется понятийно обозначенное измерение относительных феноменов. Таким образом, пустота, как универсальный субстрат, является сердцевиной не дуалистических феноменов. Два аспекта реальности (видимый и скрытый) нераздельно соединены. Это постижение не двойственности видимой и предельной реальностей – существования и просветления – представляет собой начало "видения вещей такими какие они есть". Искажённый аспект видимой реальности ума состоит из воображаемого видения существования себя и субстанциональной сущности применительно к материальным явлениям. Потому что они образуют обманчивое представление, которое портит чистые восприятия ума, подобно облаку, закрывающему небо, они считаются ложными и преходящими феноменами. Решающий этап медитации постижения состоит из рационального определения и созерцательного осознания несамостоятельности личности и феноменов, и вытекающей отсюда, их внутренней пустотности. Концепция "дуалистических самостей" и "несвойственной не личности" представляет собой тот самый корень нашего существования (сансары) и просветления

(нирваны). Дуалистические самости, естественно, несовместимы; понимание "отсутствия я" и "не-субстанциональности" является противоядием от дуалистических самостей. Все буддистские школы считают, что нельзя воспринять естественное состояние ума и материальности, а именно "отсутствие я" и "отсутствие субстанции", не говоря уже о внутренней пустоте этих феноменов, без первоначального понимания искажённого, всегда присутствующего представления о дуалистических личностях. Раз "я" ума было определено, происходит понимание его естественного состояния не-я. После этого фокусируются на "не субстанциональности" материальных феноменов, особенно на том как они представляются пятью психофизическими агрегатами существования.

Есть три идеи "себя" (применительно к уму): в не-буддистских догмах "я" видит себя отдельно, независимо, как неизменную сущность. Буддистские школы трактуют это представление как грубое, не имеющее никакого отношения к естественному состоянию ума. Наиболее древние буддистские школы указывают менее грубую личность и определяют её как независимо существующую само-сущность. Одна школа признаёт тонкую личность и определяет её как обособленную само-сущность. Все эти буддистские школы рассматривают разные представления о "я", как совершенно искажённые, противоречащие естественному состоянию ума. Пока эти ошибочные представления о себе удерживаются, экзистенциальная зависимость человека остаётся и освобождение не может быть реализовано. Философия "не-я" и "пустоты" отрицает только неправильные представления об уме и материальности, а не действительные восприятия и относительные феномены, и не обозначенную понятиями реальность. Медитатор в своём аналитическом исследовании, пытается свести на нет как менее грубую, так и тонкую личности при помощи логики выводов "взаимного исключения одной и многих (сущностей)". Он аналогичным образом отрицает представление о "субстанции феноменов" и подтверждает их просто относительную природу через рациональные принципы, такие как "четыре способа отрицания само-возникающей реальности", иначе называемые "разумное объяснение алмазных частиц". Среди многих других исследовательских принципов есть "наивысшее обоснование взаимозависимого происхождения" (пратитья-самутпада). По мере того, как медитатор продвигается ко всё лучшему постижению не двойственной реальности, он применяет принцип взаимозависимого возникновения к появлению феноменов. Он достигнет постижения совместного возникновения видимой и предельной реальностей. Затем добьётся изначального осознавания, где все реальности воспринимаются как "одна совершенная одинаковость". Применительно к уму он воспринимает появление потока сознания вместе с внутренней пустотой, в отношении любого восприятия, как процесса самореализации, он испытывает светлое состояние, которое является соединением неизменного благословения и природной пустоты. Таковы некоторые аспекты не двойственного видения и практики, как они показаны в собранной литературе по трансцендентальной мудрости (праджня-парамита). Сутра Сердца (сущность праджняпарамиты) резюмирует этот принцип не двойственности:

Форма неотделима от пустоты; пустота неотделима от формы. Звук неотделим от пустоты; пустота неотделима от звука. Запах неотделим от пустоты; пустота неотделима от запаха. Вкус неотделим от пустоты; пустота неотделима от вкуса. "Осязание неотделимо от пустоты; пустота неотделима от осязания. Сознание неотделимо от пустоты; пустота неотделима от сознания."

Славный Нагарджуна вновь подтверждает это:

"Нет явления, которое не является пустотой; нет явления, которое не взаимозависимо."

И несравненный Цзонхава утверждает:

"Всё, зависящее от условий лишено самоприроды, так провозглашается. Есть ли что-нибудь более удивительное, чем это?"

Совместное развитие медитаций успокоения и постижения приводит к практике созерцательного погружения (самадхи). Для Кагьюпы и некоторых других родственных орденов, совершенным способом поддержания и овладения этой высшей медитацией является просто наблюдение, то есть, медитация в отсутствии понятий или медитация "не мысли". Это означает необходимость избегать всех ментальных действий и побуждений, и привязанностей к любым возвышенным переживаниям, а также избегать любого понятийного анализа. В ходе введения ума в не двойственное погружение, даже окончательно установленное представление о реальности вызывает отвлечение

внимания и вредит спокойному погружению. Истинная трансцендентальная мудрость появится только тогда, когда спокойное погружение совершенно незапятнанно никакой ментальной активностью. Здесь, по-видимому, уместно упомянуть некоторые современные тибетские подходы к рациональному исследованию и созерцательному погружению. Кагьюпа меньше всего полагается на диалектическое исследование, как средство определения видения реальности. Чтобы поддержать свою позицию, они цитируют строфу из Бодхичарьяватары:
"Предельная реальность – вне интеллектуального исследования, ибо интеллект принадлежит видимой реальности."
Орден Гелукпа, с другой стороны, придерживается того, что нельзя обрести прямого постижения предельной реальности без первоначального различающего постижения глубоко вкоренившегося представления о себе и реальности. Они подчёркивают важность исчерпывающего исследования с помощью методов рациональных доказательств, и в то же время полагаются на процесс созерцания. Не обращая внимания на учёные споры между различными школами Тибетского буддизма об интерпретации и применении не двойственных взглядов на реальность. Тибетская традиция поощряет соответствующие сектантские расхождения, как правильные и эффективные. Это согласуется с традиционным высказыванием: "Все пути ведут к просветлению." Великий учитель Гелукпы Тхукам Дхарма Ваджра кратко выразил эту позицию: "Достижение самореализации должно быть практическим критерием оценки справедливости сектантских взглядов и подхода к реальности."
Отличительная сторона медитации махамудры обнаруживается в том, как она гармонически сочетается с двумя аспектами сутрической медитации на успокоение и постижение. История махамудры ярко освещает развитие Тибетского Буддизма с самого его начала (Буддизм был принесён в Тибет в седьмом столетии). Тибетский Буддизм синтезировал многие аутентичные буддистские традиции, одновременно сохранив их динамизм и все отдельные отличительные особенности. Махамудра – подобно Махасампане Ньингмапы – представляет собой специальный путь, включающий в себя видение предельной реальности и процесс мгновенной самореализации. Учение махамудры является сущностью обширной доктрины Будды. Ранние индийские буддистские наставники, начиная со второго века н.э., хранили то, что в последствие было названо как "квинтэссенция реальности" (ньингпон-дон). Постепенно оно было идентифицировано с термином "махамудра". Среди просветлённых учителей раннего периода были Сараха, Нагарджуна, Шавари и Майтрипа. Некоторые великие учителя более позднего периода – это Тилопа, Наропа и их тибетские последователи – Марпа, Миларепа и Гампопа. Их песни о просветлении содержат много мудрости махамудры. Доктрина квинтэссенции реальности сохранялась в большой тайне. Это учение давалось только тем немногим, которые выполнили все упомянутые выше необходимые условия. В одиннадцатом и двенадцатом веках доктрина махамудры заняла отдельное положение в ордене Кагьюпа в Тибете. Согласно автору этого трактата, именно несравненный Гампопа включил учение махамудры в специальную систему метафизики и медитации, подкрепив её сильным фундаментом и институциональной принадлежностью. В тексте освещена роль индийских и тибетских буддистских учителей данной линии. Хотя махамудра предельной реальности и почерпнула существенные понятия и методы как из сутр так и из тантр, тем не менее, сама система рассматривается как промежуточная традиция. Есть множество других текстов махамудры на тибетском языке. Некоторые включены в состав учений по высшей йоге (анутаратантра). И хотя все тексты махамудры образуют специальную литературу для всех направлений Кагьюпы, изучаются только некоторые отдельные из них. То, чем является традиция махамудры для Кагьюпы, тем же для всех других орденов Тибетского буддизма является праджняпарамита (трансцендентальная мудрость). Обе системы представляют собой доктрину о предельной реальности. Некоторые ордена тоже изучают и практикуют махамудру. Например, в Гелукпе почитается "Яркий светильник махамудры", составленный первым Панчен Ламой, Лобзан Чейджином (1570 – 1662). И в Сакьяпе имеется "Средства махамудры, открывающие глаза", известного Сакья Пандиты (1181 – 1251), один из оригинальных основных текстов ордена Сакьяпа. Эклектическая традиция Тибетского буддизма всегда поощряла исследование и оценку пересекающихся учений.

Разъяснению главной части махамудры предшествует обширная информация о необходимой предварительной подготовке и её различных аспектах, четырёх уровнях самореализации (т.е. четырёх йогах махамудры), взглядах и практиках после состояния погружения и т.д. В части о продвинутой медитации постижения показаны специальные методы Кагьюпы определения различных состояний не двойственности, классифицированных в таких терминах как спонтанное совместное возникновение ума и спонтанное со возникновение видимости. Эти термины означают постижение со возникающего ума и его простоты (т.е. пустоты) и со возникающей видимости и её простоты. Кроме того, сам термин махамудра имеет дополнительное значение со возникающего осознавания (сахаджаджняна), не двойственного союза трансцендентального постижения и внутренней простоты, а также со возникновения осознавания и блаженства. В экзотерической сутре под этим подразумевается соединение мудрости и сострадания. Махамудра, которая воплощает в себе трансцендентальную мудрость, полагает, что все реальности (внешние и внутренние) содержат не двойственное состояние. Медитация махамудры способна привести к мгновенному возникновению изначального осознавания, совершенному соединению простоты и блаженства, невзирая на искажённое сознание. Когда возникает квинтэссенция ума, её можно поддерживать при различных, даже неблагоприятных обстоятельствах. То, что отличает махамудру (и махасампанну) от других систем буддистской метафизики и медитации – это её особые взгляды на реальность и методы реализации. Метафизика махамудры предлагает необычную теорию о том, что индивидуальный "обыкновенный ум" (тхамел шепа) представляет собой первоначальный поток сознания, определяемый как неизменяемое, естественное состояние (мачьо ньюкма). Текст махамудры даёт тщательно разработанное описание этого состояния, которое можно резюмировать как "прозрачно-ясное и внутренне-простое". На языке повседневного опыта, обыкновенный ум отождествляется с чистым и правильным восприятием, рассматриваемым как естественное просветление, и часто называемым "Будда-природа". Внутренняя чистота проявится вполне, и во всех временах при окончательном устранении иллюзии и при одновременном расцвете всеобъемлющего равновесия, чувствительности, сострадания и мудрости. До тех пор подлинный обыкновенный ум открывается сквозь тень искажений, подобно солнечному свету, появляющемуся сквозь дыры в облаках.

Для традиции созерцания Кагьюпы и Ньингмапы видение обычным умом ясного и действительного восприятия не только является правильным углом зрения, но и надёжным подходом к началу постижения. Обычный ум и мирской ум – две стороны человеческого сознания. Один – неотъемлем и чист, другой – приобретён и нечист. Эти конфликтующие внутренние реальности можно различать на языке двух истин. Обычный ум, как действительное чувственное восприятие, представляет собой ясность, подобную зеркальной, и осведомлённость с постижением внутренней простоты. Ясность восприятия, будучи обусловленной, находится на уровне видимой реальности. Осознавание внутренней простоты, будучи не обусловленным, находится на уровне предельной реальности. Они совместимы и, по сути, не двойственны. Однако мирской ум, будучи ошибающимся, искажённо воспринимает действительность. Его, поэтому, нельзя отождествлять с истинным восприятием обыкновенного ума. Ошибающийся ум и его искажённое видение двойственности представляют ложную природу видимой реальности. В каждом истинном восприятии обыкновенный ум открывает своё исконное состояние и тесную связь с предельной реальностью. Вот причина того, почему на обычный ум глядят как на естественное просветление. Однако такое понимание и постижение не могут автоматически прийти к не натренированным умам. Только у опытного медитатора обычный ум проявится как чистый и простой, но в то же время, как глубокий и трансцендентальный. Взгляд махамудры на заблуждающийся ум контрастирует с другими тремя традициями Тибетского буддизма. Основная сутрическая традиция (хинаяна) рассматривает заблуждающийся ум, как зло, и который, следовательно, подлежит удалению. Высшая сутрическая традиция (махаяна) трактует его, как разрушительный, и потому возвышает его через мотивацию сострадания для блага других. Буддистская тантра так же воспринимает негативную реальность, как яд, и поэтому трансформирует её в трансцендентальные состояния сознания. В противоположность этому, каждый, хорошо подготовленный в махамудре, считает всякую ложную мысль совершенным состоянием. Если такую ложную мысль наблюдать непосредственно, мгновенно обнаружится её

внутренняя простота, что в свою очередь, приводит к пробуждению не двойственной мудрости. Медитатор махамудры глядит на негативный опыт с прямым постижением или же по меньшей мере с детской невинностью. Он фактически оказывается обращённым лицом к мягкой улыбке изначальной красоты. Традиция махамудры описывает этот опыт как "держание Будды в ладони". Сказано, что у медитатора махамудры всегда будет порядок в жизни, даже посреди хаоса; любовь посреди ненависти; свет среди темноты; радость среди несчастья; просветление внутри запутанности. Созерцание махамудры обычного ума является фундаментальной медитацией Кагьюпы. Медитатор с хорошей подготовкой и опытом мгновенно настраивается на этот "ум". Естественное состояние потока сознания не загрязнено я-иллюзией, не взволновано мыслями – ни хорошими, ни плохими, ни нейтральными. Обычный ум известен под такими названиями как "первая мысль", "чистое восприятие", "истинная реальность" и "экзистенциальное осознавание". Махамудра определяет его как со возникающее осознавание (не двойственность).

Ещё более необычная точка зрения, выдвинутая махамудрой Кагьюпы, состоит в том, что ложная мысль – это проблеск просветления. Такой взгляд критиковался ортодоксальными учениями, как равносильный утверждениям "существование – это просветление" и "иллюзия – это чистое осознавание". Представители традиции созерцания Кагьюпы не были чрезмерно озабочены тонкими дистинкциями понятий и мелочным педантизмом. Для них наиболее важной вещью был тот факт, что основной и неоспоримой истиной является то, что предельная простота (внутренняя чистота) проникает все реальности, включая ложные мысли. И это понимание разделяется всеми традициями Тибетского Буддизма. Кроме того, традиция махаяны полагает, что из-за того, что благородные и низкие мысли не содержат ни какой внутренней сущности, они обладают внутренней простотой или пустотой. Резюмируя, неизменяемое состояние обычного ума – это истинная махамудра. Только хороший медитатор может воспринять внутреннюю реальность, даже сквозь облака заблуждения. Как гласит традиционное изречение: "Раз узнаешь секреты ума, раскроешь природу всех реальностей. Узнав одно, узнаешь всё. Это природа ума." Мудрость махамудры показывает, что воспринимая все явления без искажений, сможешь актуализировать их как подлинные переживания земной манифестации просветления, потому что совершенное понимание взаимосвязаности видимости и её предельного состояния представляет собой проявленную форму просветления (рупакая). Ясность обычного ума представляет собой более высокую манифестацию просветления (самбхогакая), тогда как внутренняя простота этого ума представляет собой истинное просветление (дхармакая). Рассматриваемая с углублённой психологической точки зрения, махамудра пронизывает пять форм заблуждения и воспринимает их как идентичные с пятью совершенными аспектами мудрости. Медитатор махамудры созерцает своё запутанное состояние (неведение), как мудрость предельной реальности, свою ненависть, как мудрость подобную зеркалу, свою страсть, как различающую мудрость, свою ревность, как исполняющую мудрость и свою самонадеянность, как уравновешивающую мудрость. Ключом к этому проникающему постижению глубинной природы внутренних заблуждений является пробуждённое осознавание.

Четыре йоги Махамудры.

Четыре йоги столь необычайно неуловимы и глубоки, что лишь достигшие высоких результатов медитаторы могут понять их и ухватить их смысл. Овладение ими приводит к реализации алмазоподобного погружения, о котором говорится, что оно представляет собой высочайшее состояние (реализованное только великими бодхисаттвами). Величественная природа этого высшего поглощения была описана самим Буддой следующим образом:

"Эта трансцендентальная мудрость вне выражения, мысли и определения; она не рождена и не прекратиться, как пространство; она пребывает в чистом видении высшей реальности. Это Мать Будд, прошлого, настоящего и будущего."

Медитация в традиции Тибетского Буддизма рассматривается, как всеохватывающий процесс самореализации. Это путь истинного постижения реальности и развития просветлённых качеств таких, как ясность, спокойствие, бесстрашие, чувствительность, сострадание и мудрость.

Ключ к богатствам Махамудры.

Этот Ключ предназначен дать читателю обзор махамудры и направить к сокровищнице знаний книги. Такпо Таши Намгьял написал энциклопедию традиции махамудры, считающуюся одной из классических работ о стадиях медитации в Линии Кагью.

С одной стороны, эта книга является техническим справочным пособием для практикующих и учителей медитации. И тем не менее, она заслуживает внимания более широкой читательской аудитории. Читателю, интересующемуся самоосуществлением, психологу, интересующемуся умом и его обусловленностью или изучающему типы медитации, тем, кто интересуется религиозным опытом, кто занимается созерцанием в не буддистских традициях и, конечно же учёным и практикующим буддадхармы – всем пригодится эта богатая и вдохновляющая книга.

Смысл книги.

Основное положение этой книги – это основное положение буддадхармы: страдание и негативные условия имеют своё происхождение в нас самих, и в нас же есть мощный потенциал преодоления этого страдания и осуществления жизни сострадания, трансцендентального видения и приносящей благо активности. Более того, ключ к такому осуществлению – это практика медитации, направляемая подлинной духовной линией и соответствующим пониманием дисциплины. В этом смысле книга обращена ко всем для полного воплощения внутреннего блага человеческой жизни и её потенциала. Эта книга наиболее полно показывает традицию медитации махамудры. Были различные более краткие переводы, обсуждающие традицию не так широко, дающие только инструкции по внезапному пути, или же представляющие песни о реализации и жизнеописания основателей линии. Хотя все эти работы, обсуждаемые ниже, я всячески рекомендую изучить, читатель может остаться озадаченным, как действительно подступиться к медитации махамудры и дать ей раскрыться. Настоящая книга отвечает на этот вопрос. В частности, махамудра синтезирует прямой или же внезапный путь, устные наставления сиддхов (реализовавших себя) и подход последовательного пути, ведущий своё начало от таких индийских мастеров махаяны как, например, Камалашила. Устные наставления, получаемые обычно один на один с гуру, представляют собой сжатые высказывания мастеров линии, полные значения и призванные направлять к главному пункту. Такие устные инструкции как правило сохраняются в тайне между мастером и учеником, та-как в данном контексте они не только слова, но и прямая демонстрация их значения. Естественно, в течение лет, многие из наставлений были приведены в систему и записаны в помощь будущим ученикам, и сделаны для них доступными, коль скоро те получили соответствующую предварительную подготовку и передачу. Поэтому, что касается текста Махамудры, Его Святейшество Шестнадцатый Кармапа специально попросил сделать возможным западной публике располагать этой книгой. Психологи, а так же изучающие религиозный опыт и, занимающиеся созерцанием в других традициях, найдут здесь богатую типологию медитативного опыта, которая возможно будет несколько отличной от ранее доступных им описаний Буддистской медитации. Например, многие возможно знакомы с медитативной системой классической абхидхармы, в том виде как она изложена в Пути Очищения Будхагхоши, и в Открытии Глаза Мудрости Далай Ламы и в др. Некоторые возможно знакомы с описаниями опыта в традиции Дзен, хотя они редко представлены в виде последовательного изложения. (Естественно, в любом изложении высшего опыта необходимо читать между строк!)

Традиция махамудры Кагью, представляемая здесь, унаследована от великих индийских наставников – Асанги, Камалашилы, Шантипы и Сарахи. Подготовленный читатель сможет распознать, что данная система включает элементы йогачары, мадхьямики и школ ваджраяны. Конечно, медитация может относится ко многим типам и уровням опыта. Наш автор подробно распределяет их по сортам с указанием на то, как опыт каждого уровня можно развить, и на сторонние пути, к которым склоняются медитаторы на данных стадиях. В самых общих словах, мы можем сказать, что Такпо Таши Намгьял обсуждает четыре аспекта медитативного опыта. Они более или менее соответствуют четырём йогам махамудры.

Первый аспект – это "успокоение ума", делание его устойчивым и свободным от привычной озабоченности внешними событиями, эмоциональными драмами и собственными мыслями. Таким образом мы достигаем начального видения себя и нашей жизни, и получаем шанс внезапно проникнуть в глубь нашего существа, возможно впервые.

Второй аспект, медитация постижения, идёт дальше, отсекая все виды обусловливающих сил, препятствующих нашей внутренней свободе. Мы глубоко и бессознательно сформированы бесчисленным количеством мешающих предубеждений, пустивших корни в наши внутренние стремления. В их число входят особые эмоциональные пристрастия, запечатлённые предыдущим переживанием, а так же наши основные предположения, касающиеся того, кто мы такие вообще, как центр нашего опыта и, что такое наш мир.

Третий аспект "понимание спонтанного со возникновения", направляет объединение освобождённого осознавания со всеми обстоятельствами нашего обычного мира. Он (аспект) может быть назван "священное наблюдение" или "чистое появление" (даг снанг), открытие святости повсюду. Весь опыт начинает показывать себя, как лик более широкого смысла и осуществления. Даже, так называемые, обычные запутанные эмоции перестают быть помехами, они преобразуются в сострадание и ещё большее осознавание. Граница между святым и мирским растворяется.

Четвёртый аспект касается лабильности любой формы дисциплины и подготовки, даже имеющих цель освободить нас от ограничений, но делающих привязанными к самой дисциплине. Тот же путь к более широкому осознаванию незаметно обуславливает нас, вследствие нашего прилипания к средствам и воспоминаниям о путешествии. В наставлениях по "не медитации", мы имеем дело с тем, что отпускаем любое преднамеренное ментальное сосредоточение или же "состояние ума". Благодаря этому реализация может стать постоянной, всеобъемлющей и не требующей усилий. В книге, Такпо Таши Намгьял ссылается как на философские так и на медитативные традиции. Имеющие склонность к учёности так же как и интересующиеся в первую очередь практикой, обязательно обнаружат, как автор естественно объединяет эти два аспекта, демонстрируя то, как доктрина и практика действуют вместе в живой традиции. Психологи когнитивисты и другие, интересующиеся развитием ума и тем, как мы создаём наш опыт, найдут этот текст, бросающим вызов описанием того, как наше осознавание может быть сделано разобусловленным, проникающим таким образом во всё более расширяющиеся области видения и значения. В дополнение к этому, книга затрагивает многие эпистемологические вопросы того, как мы конструируем свои реальности. Например, одним из главных допущений книги является то, что "всё, что мы переживаем есть ум". Имеется по меньшей мере три значения этого:

(1) большая часть опыта проектируется в понятиях поверх того, что "действительно здесь" (парикальпа, или ошибочные понятия);

(2) структура мира в целом связана с коллективно обусловленным сознанием тех, кто воспринимает его (паратантра, или истина зависимости);

(3) в каждом творении сознания присутствует внутреннее понимание, неотделимое от своего глубочайшего бытия; это внутреннее осознавание не относится ни к субъекту ни к объекту опыта, оно ни имеет ни не имеет формы и является источником нескончаемого присутствия (кая) и мудрости (джняна).

Последнее, что для медитаторов и учителей медитации описал Такпо Таши Намгьял с великой ясностью, – это как следует практиковать медитацию, точку зрения и устные инструкции наставников, касающиеся каждой стадии, типы наиболее вероятного опыта и то, как чётко отличить неподдельный опыт, от – вводящего в заблуждение.

Место Махамудры в Буддистской традиции.

В результате деятельности Шакьямуни (560 – 480 гг. до н.э.) буддадхарма (учение о пробуждении) процветала на индийском субконтиненте в течение 1700 лет, разработав различные медитационные практики, философские формулировки и формы общинного устройства. Буддадхарма распространилась на Шри Ланке и в Юговосточной Азии (250 г до н.э.), Кашмире (144 г. до н.э.), Китае (300 г н.э.), в Корее и Японии (600 г. н.э.) и в Тибете в два этапа (в 700 и в 1000 гг. н.э.).

Раннее и Позднее Распространения дхармы в Тибете принесли с собой полное индийское буддистское наследие: монастырскую дисциплину правил винаи; этику бодхисаттвы по работе для освобождения всех существ; доктрину абхидхармы (аналитическая психология и стадии медитации), праджняпарамиту и мадхьямику ("трансцендентальное знание" и учение о пустоте "срединного пути"), и йогочару (перспектива только-ума); и культуру великих монастырских университетов, являвшихся центрами священного и светского обучения. Тибет так же получил эзотерические устные наставления сиддхов и медитационные методы тантры, в том виде как они практиковались в монастырских

заведениях и йогинами отшельниками в джунглях. Буддадхарма в Тибете развила многие течения передачи через взаимообмен учений, практик и дискуссии. Вообще говоря, все они присутствуют в четырёх главных школах, как то: Ньингма (старая), Кагью (Линия устных наставлений), Сакья (Белёсая земля, в соответствии с местностью, где был основан монастырь), и Гелук (Традиция добродетели). Хотя главные учения этих школ очень похожи, каждая ведёт свою передачу от собственной линии наставников, и каждая разработала свой отдельный подход к подготовке учеников, в частности, к заключительной реализации или же медитации на предельной реальности.

Школа Ньингма возникла в период Раннего Распространения благодаря деятельности бодхисаттвы-настоятеля Шантаракшиты и его приемника Камалашилы, а также благодаря учению тантры результата Падмасамбхавы, Вималамитры и Вайрочаны. У Падмасамбхавы было двадцать пять главных учеников, включая короля Тризонга Детсена и членов его двора. Они разделили буддистское учение на девять колесниц, и особенно выделили, как учение об окончательном понимании атийогу или дзогчен, "великое совершенство". Три другие школы возникли в основном во время Позднего Распространения.
Школа Сакья происходит от индийского сиддха Вирупы, и идёт через тибетского переводчика Дрогми Шакья Йеше (ок. 1050 г.), к Кхон Кончогу Гьялпо, который так же является держателем прямой линии Ньингма. Их особое учение называется ламдре или "путь и результат".
Школа Гелук возникла благодаря учению Цзонкхапы Лобзанг Драгпы (ок. 1350 г.), который объединил два главных влиятельных потока. Один – это традиция Кадам монастырской дисциплины, занятий логикой и диспутов, и учений "ступеней пути" праджняпарамиты, все они были заново восстановлены в Тибете индийским мастером Атишей (ок. 1050 г.). Другим источником была традиция Новой Переводческой Школы Позднего Распространения. Таким образом школа Гелук уделяет особое внимание тантрической практике объединённой со взглядом прасангика мадхьямики, как пути к высшему пониманию.
Школа Кагью берёт начало от индийского махасиддха Тилопы, который был держателем четырёх специальных линий учения полученных от человеческих гуру и прямого учения, полученного из дхармакаи. Это наследство было передано Наропе, чьи "шесть доктрин", которые тантрические йоги соединяют с махамудрой, образуют главный компонент данного учения. Кроме того, прямая линия махамудры так же идёт от великого сиддха Сарахи через Майтрипу. От Наропы и Майтрипы учение было передано их ученику, тибетскому переводчику-йогину Марпе (1012-1096 гг.), а затем поэту-отшельнику Миларепе (1053-1135 гг.) и Гампопе (1075-1153 гг.). Гампопа соединил махамудру и тантрические учения, полученные им во время подготовки в традиции Кадам, и основал многие монастыри. До этого времени махамудра, по-видимому, была представлена главным образом в учении результата в виде устных наставлений. Начиная со времён Гампопы, и далее, это течение было объединено, по крайней мере в его трудах, с последовательным направлением "ступеней медитации"; Такпо Таши Намгьял пишет в этой традиции. В любом случае в школе Кагью, махамудра, великий символ, рассматривается как кульминация и завершение всех практик. Более конкретное объяснение значения махамудры и её линии передачи представлено в главе "О том, как пробудить доверие". Вопрос соотношения махамудры и тантры, как таковой обсуждается ниже.
Введение в махамудру.
По-видимому, будет полезно описать, как согласно традиции взгляд махамудры может действительно быть понят и осознан на опыте. Махамудра – практика не для начинающих. Разумеется то, что называется "основанием махамудры" пропитывает все чувствующие существа, как присущая им будда-природа. Тем не менее, считается, что фактическая реализация махамудры, осуществленная махамудра, является просветлением всех будд. По этой причине, узнавание взгляда махамудры, даже как мимолётного проблеска, имеет огромное значение. В этом смысле медитация махамудры могла бы называться практикой результата. Ничего удивительного, что эта практика требует от учеников исполнительности и подготовки. Немногие редкие ученики могут уже иметь развитые способности, позволяющие гуру ввести их сразу в основную природу. Большую часть

людей надо вести последовательно, ступень за ступенью, от первичных к более продвинутым дисциплинам.
Обычными необходимыми условиями традиции считаются – медитационная подготовка, образование и дисциплинированный образ жизни в соответствии с тремя колесницами (янами). Эти три колесницы, как принято столько в Тибетской традиции, не последовательные уровни, которые последовательно преодолеваются один за другим, а скорее, проходимые одновременно, концентрические окружности понимания и дисциплины.
Дисциплина в "малой колеснице" включает в себя отказ, либо внутренне в своих отношениях, либо внешне через предписания и образ жизни, либо и внутренне и внешне сразу, от безрезультатных занятий и поведения. Медитация влечёт за собой развитие внимания или "воспоминания", шаматхи, или подчинения непрекращающейся дискурсивности ума, и развитие первичной випашьяны (постижения), к примеру относительно непостоянства, изменчивости внутреннего и внешнего опыта.
В "великой колеснице" дисциплина включает в себя практику бодхисаттвы энергичной помощи другим, и становления сострадания и заботы об их благополучии основной жизненной мотивацией. Медитация приводит к развитию бодхичитты, "просветлённого отношения", союза не закрепощённого ума и сострадания.
В Ваджраяне или "неразрушимой колеснице", как правило, начинают с "необычных подготовительных" медитаций (обсуждаемых в Второй книге, глава 2), за которыми следует практика садхан (ритуальных действ) различных медитационных божеств. В Ваджраяне принято уделять особое внимание взаимоотношению наставник – ученик. Наставник должен быть компетентен, это означает, что он обязан действительно иметь реализацию и обладать искусством и знанием того, как развивать учеников и помогать им преодолевать различные препятствия. Ученик должен быть исполнительным и честным. Эти условия необходимы потому, что дисциплина Ваджраяны основана на передаче и посвящении. Передача – это встреча умов наставника и ученика, при которой ученик, вследствие своей подготовки, способен открыться, а наставник, благодаря силе своего духовного благословения и понимания, способен пробудить ученика к узнаванию его собственной природы. Иногда передача совершается на формальной церемонии, иногда в случайной беседе с учителем. Очень часто она происходит по обстоятельствам в ситуациях вокруг учителя. Передача пробуждает что-то внутри ученика, это не пересадка чего-то нового. С другой стороны, она даёт знание того, что способность развить постижение махамудры в первую очередь зависит от получения благословения учителя и линии. В общем, говорится, что посвящение делает ученика зрелым, это значит, что его внутренний потенциал пробуждается, а внутренние препятствия уменьшаются. Посвящение обычно относится к формальной церемонии передачи, в которой ученики знакомятся с особым медитативным божеством и его мандалой. Такие божества и мандалы не внешние сущности, но нечто вроде психологической географии нашего ума, включая нашу связь с линией реализации, наше взаимоотношение с непосредственным миром, наши чувственные восприятия и эмоции, всё вплоть до зыбкой грани заблуждения, на которой спотыкается осознавание. Полное посвящение может включать в себя санкцию на медитацию с символическими формами божеств; продвинутую практику с йогическим телом энергии, представляющую собой неотъемлемую часть практики с божествами; и ещё более высокую практику без форм. Практика, имеющая дело с божествами и мандалами чередует медитацию на их формах и медитацию без форм ("стадия завершения" или сампаннакрама). По мере прогрессирования практики, стадия визуализации и стадия без форм, первоначально кажущиеся столь различными, всё больше предстают в нераздельности. Похожим образом, по мере того, как осознавание становится более открытым, разграничение между визуализацией и восприятием начинает стираться. В итоге практика медитации на божествах оказывается естественным мостом к пониманию махамудры. Это не должно вызывать удивление, т.к. данные медитационные методы не "надуманы", поскольку сами выражают принцип махамудры. Говоря так, мы должны пояснить отношение между самой махамудрой и тантрическими методами. Тантрическая практика – это одно из средств пробуждения ученика для махамудры. В самих тантрах, махамудра рассматривается как четвёртое или высшее посвящение, которое является кульминацией сделанного ранее и не зависит ни от каких частных символических средств.

Придерживаясь этой линии, Сараха, Майтрипа, Гампопа и Таши Намгьял подчёркивают, что махамудра независима от тантрических методов, узнанных или практикуемых. (Так, книга говорит почти всюду используя словарь ментальной квинтэссенции и практики постижения и только мимоходом вспоминая тантру). Тем не менее, этот путь "чистой махамудры" слишком крут и труден для понимания обычных людей. Следовательно, как пишет автор, "тантрические методы и махамудра как правило смешаны, для усиления реализации" в обоих направлениях.

Читательский Ключ.

В котором мы представляем краткий конспект тем, освещаемых в тринадцати главах книги.
Введение.
Всё запутанное существование и вся мудрость пробуждения являются результатом затвердевания и концептуализации ума, или же отсутствия этого. Следовательно, постижение истиной природы ума является решающим моментом.
Книга первая: Набросок спокойного равновесия в общем и устранение сомнений.
В качестве пролога к главному предмету рассмотрения, Такпо Таши Намгьял обсуждает успокоение и постижение в соответствии с общепринятыми традициями Хинаяны и Махаяны, унаследованными всеми школами в Тибете. Он характеризует медитацию успокоения и постижения (различение делается всеми буддистскими системами) и говорит о важности соединения их вместе.
Книга первая, глава вторая: Стадии успокоения и постижения. Часть I: Успокоение.
Таши Намгьял упоминает различные медитации, пригодные для развития спокойствия ума. Он начинает с перечисления предметов, которые фактически объединяют успокоение и постижение, но рассматриваемых большинством наставников традиции, как средства стабилизации ума при подготовке его к более продвинутым практикам постижения. Они включают в себя "аналитическую медитацию" – средство противодействия преобладающим конфликтным эмоциям медитатора, и "умение исследовать", дающее предварительное постижение не существования "эго личности". (Ощущение "я" и, сопровождающее его утверждение "моё" и "чужое", являются одними из наших основных заблуждений, на которых базируются все возможные мысли и эмоции. Если увидеть это, многие запутанности будут обрублены в корне и больше не проявятся, и, по этой причине, искусство исследования включено здесь в медитацию стабилизации.) Автор обсуждает практики, пригодные на начальных стадиях медитации, те, которые основаны на внимательном наблюдении за телом и визуализацией. В конце он описывает классическое учение, составленное из восьми противоядий, девяти стадий успокоения ума, шести сил и четырёх забот.
Восемь противоядий, обсуждавшихся более подробно в предыдущей главе, являются контрмерами от особых помех. Девять стадий характеризуют опыт медитатора, а так же применение внимания и усилия. Они быстро несли его в путешествии с уровня сдерживания дикого рассеянного ума, к уровню отпускания естественно устойчивого ума в не требующем напряжения погружении. Шесть сил развиваются естественно в процессе прохождения девяти ступеней; они являются как результатом, так и мотивационной силой этой практики. (Желающие подробнее изучить данные темы, могут обратиться к нескольким современным описаниям: His Holines the Dalai Lama, Opening of the Wisdom Eye (Theosophical Publishing House), pp. 77-88; Chogyam Trungpa, Rinpoche, 1979 Hinayana – Mahayana Seminary Transcripts (Vajradhatu Publications), pp. 20-45; Geshe Kelsang Gyatso, Meaningful to Behold (Wisdom Publications) pp. 222-234; Jamgon Kongtrul, The Treasury of Knowledge: The Stages of Meditation of Shamatha and Vipashyana (Dhagpo Kagyu Ling).
Книга Первая, глава третья: Стадии успокоения и постижения Часть II: Постижение.
Автор перечисляет то, как по-разному медитация постижения представлена в традиции, комментируя в общем:
Также как огонь появляется в результате трения двух кусков дерева, так и интеллектуальное изучение [двойственного восприятия] приведёт к зачаткам постижения. Коль скоро дерево израсходовано, огонь гаснет. Таким образом, когда постижение

пробуждается, то и образ исследователя и исследование этого образа постепенно исчезают.

После сжатой характеристики медитативной процедуры главных школ Махаяны, Таши Намгьял обращается к центральной проблеме – постижению двукратной бессамостности. Он сначала обсуждает, что значит "прилипание к себе" и затем, представляет классический способ медитации на отсутствии самостоятельной личности, основанный на изучении соотношения между "собой" и пятью психофизическими агрегатами. Переходя далее к несамостоятельности феноменов, автор замечает, что, в терминах генезиса эго-цепляния, ум сначала слегка фиксируется на субстанциональности, и затем мы отождествляем себя с этими внешними проекциями. Опровержение субстанциональности или я-природы следует стандартному наблюдению мадхьямики, что из-за того, что все феномены зависят от причин, они не могут иметь собственной отдельной самосущности.

Второе опровержение следует способу Шантаракшиты исследования я-природы, которая должна быть либо едина, либо множественна, если она существует. (Дальнейшее развитие этих предположений можно отыскать в замечательной книге Тхрангу Ринпоче Открытая Дверь в Пустоту и в Выразительном Созерцании Геше Колсанга Гьятсо, и в других сочинениях серединного пути.) Затем, под заголовком "Возникновение видения благодаря этой медитации", Таши Намгьял отмечает, что "отрицание двух самостей означает устранение иллюзии, принимающей дуальность за истину." С другой стороны, совершено неправильно прилипать к понятийному отрицанию вещей и называть это осознанием пустоты! Наконец, в "Особых методах Медитации Видения предельной реальности", автор намечает вторую половину книги, суммируя некоторые ключевые инструкции подхода махамудры.

Книга первая, глава четыре: Стадии успокоения и погружения Часть III: Удаление сомнений относительно методов поддержания видения реальности и медитативного погружения.

В этой главе Такпо Таши Намгьял обсуждает основные расхождения между различными школами медитации. Он, в частности, поясняет то, как успокоение и постижение должны соединяться, правильную роль аналитического интеллекта в медитации и связь между различными видами не концептуальной медитации и постижением. Автор сравнивает традиции медитации, основанные на школах логики Махаяны и авторитетных сочинениях Нагарджуны, с традицией медитации природы ума, переданной Сарахой и Шавари. Он критически рассматривает множество медитационных систем на почве того, что они нарушают натуральное сочетание успокоения и постижения, что они неправильно понимают соответствующее использование анализа и, таким образом, вновь вводят иллюзорное различение в медитацию и, что задерживаясь на выводимых заключениях, а не в истинном не понятийном видении, они усиливают цепляние к концептуальному представлению о пустоте. Наконец, в "Медитационной системе нашей школы" автор излагает подход махамудры Кагью к этим вопросам.

Книга вторая, глава первая: Как пробудить доверие.

Глава первая Книги второй рассчитана на то, чтобы установить доверие к махамудре, как к подлинной и драгоценной традиции. Автор начинает со смысла и общего значения термина, затем обсуждает, как эта традиция отражена в сутрах и тантрах, и каким образом она является сущностью пути как тех так и других, и рассматривает её взаимосвязь с тантрическими средствами. Он опровергает некоторые ложные утверждения, выдвинутые против традиции. Наконец, он даёт отчёт о держателях линии и основателях традиции, как индийских, так и тибетских, перечисляя их великие духовные качества.

Книга вторая, глава вторая: Подготовительные практики.

Здесь автор описывает предварительные условия и приготовления, необходимые чтобы приступить к практике махамудры. Он обсуждает общие условия, нужные для вступления на Буддистский путь и обязательность наставника для оценки духовной зрелости учеников при передаче соответствующего учения – либо разновидности внезапного пути, либо последовательного пути. Он обсуждает необычные или не общие приготовления: медитацию на непостоянстве, принятие прибежища и взращивание просветлённого отношения, делание подношений мандалы вселенной, очищение через медитацию на Ваджрасаттве и настройку на ум линии через гуру йогу. Здесь Таши Намгьял лишь ссылается на каждую из этих практик, подчёркивая их важность и пользу, но без детального обозрения. (Интересующиеся развёрнутым описанием, могут обратиться к нескольким современным переводам: Джамгон Конгтрул, Светоч Уверенности, перев.

Джудит Нансон; Кхетсун Сангпо, Тантрическая практика в Ньингма, перев. Джеффри Хопкинс; Геше Равтен, Предварительные практики Тибетского Буддизма.) Глава заканчивается замечаниями об устройстве медитационного ретрита.

Книга вторая, Глава третья: Руководство по ведению медитаторов на пути: Успокоение.

Тема медитации успокоения, в целом, обсуждается с точки зрения линии махамудры. Таши Намгьял исследует условия уединения и позы тела. Рассматривая пригодные для ума средства концентрации, он обсуждает, в свою очередь, ментальные образы с опорой на внешнее восприятие; абстрактные ментальные образы, то есть, медитацию, основанную на осознавании дыхания; и успокоение без форм, то есть, позволение уму находиться в самом себе в отсутствии всякого определённого объекта или образа. Это медитативное погружение без форм должно культивироваться как непосредственный базис медитации махамудры. Таши Намгьял обсуждает важность соразмерения усилия и расслабления, в контексте успокоения без форм, и характеризует данное устойчивое состояние.

Книга вторая, Глава четвёртая. Руководство по ведению медитаторов на пути: Постижение.

Медитации, описанные здесь, устанавливают, что ум и все возникающие феномены пусты и не имеют основания, проявляются живо и не прекращаются. У них общий оттенок второй йоги махамудры: Простоты или Неразличимости (см. Главу 9). Они доводятся до конца в Главе пять посредством продвинутых медитаций постижения спонтанного со возникновения, имеющих общий оттенок третий йоги – Одного Аромата. Такпо Таши Намгьял цитирует основные источники, говорящие о постижении, как то, высказывания реализовавшихся учителей, писания, которые показывают предельное, а не временное значение дхармы, и результаты медитативного исследования. На первой ступени постижения должна быть понята природа самого ума. Наш автор предлагает много цитат из сутр, тантр и устных наставлений сиддхов, подкрепляя этот подход. Принципиальные пункты такие: Ум – это корень всей запутанной сансары так же как и полной реализации. Более того, внутренне присущая природа ума – это изначальное просветление, как объяснено в Уттара-тантре Майтреи, Калачакре-тантре и других. Как говорит Асанга:

"Пойми, ничего не существует вне ума. Знай, что ум сам нереален."

Это высказывание объединяет постижения йогочары и мадхьямики. На языке практики это значит, что медитатор осознаёт каждое определённое переживание, как согласную условиям проекцию ума. В то же время у такого "ума" совершенно отсутствуют какие-либо определённые характеристики. Таши Намгьял даёт наставления о действительном медитационном исследовании: успокоив ум, необходимо изучить имеет ли он какую-нибудь структуру вроде формы или цвета; какой-либо базис или основание, внутри или снаружи тела; какое-нибудь отдельное тождество, типа бесформенности; какой-либо вид проявления, вроде незаполненности или сверкания. Результат успешного исследования – это стойкое убеждение в отсутствии любых таким образом охваченных характеристик. На второй стадии постижения должно исследоваться динамическое проявление ума – то, что возникает из него. Мы условно делим эту манифестацию на "внутренний" опыт (мысли, представления, эмоции) и "внешний" опыт (чувственные восприятия и явления внешнего мира). Медитатор изучает мысли, эмоции и восприятия, как грубые так и тонкие, в той же самой манере как до этого изучался сам ум. Постижение в этих медитациях состоит не в том, что явления исчезают, но в том, что явления осознаются, как неотличимые от природы ума, которая сама неуловима. Сущность мыслей не идентифицируема и не имеет формы. Видимость возникает в союзе блеска и внутренней пустотности.

Третья стадия постижения ("Удаление предположений и скептицизма относительно основного корня") делает эти реализации более глубокими через три дальнейших исследования. Первое изучает возникновение, задержку и растворение мыслей, чтобы возвысить опыт практикующего до состояния, где любые беспорядочные мысли, как только они возникают, проявляет свою внутреннюю ясность и пустоту. Вторая медитация разрушает привязанность к "неподвижному уму" и "проявляющемуся уму", как к обособленным феноменам. Таким образом медитатор учится поддерживать состояние, каким бы оно ни было, неподвижным или же возникающим, как тождественное его сокровенному осознаванию. Третья медитация, называется "уверенность, что явления не возникают". Медитатор отказывается от понятий о существовании, поскольку, что бы ни происходило в опыте, оно никогда не получает уловимой субстанциональности. Он отвергает представления о не существовании, потому что присутствие возникает

непрестанно и беспрепятственно. Он осознаёт, что все его предыдущие представления о вещах, появляющихся, сохраняющихся и исчезающих, были концептуальными фиксациями, лишёнными внутренней реальности. Автор заканчивает главу обсуждением того, как возникает постижение, и рассмотрением типичных трудностей встречаемых медитатором на этой стадии.

Книга вторая, глава пятая: Стадии добродетельной практики.

Практика добродетели в заглавии – это постижение спонтанного со возникновения, что также называется со возникающей мудростью (санс. сахаджаджняна, тиб. lhan.chig.pa'i.ye.shes), естественным состоянием (gnas.lugs), естественным осознаванием или обычным умом (thamal.gyi. shes.pa), сиянием (od.sal), или же просто "умом".

На основе подготовки ученика, проделанной до сих пор, гуру может показывать махамудру более непосредственно. Эта глава, на вид, снова повторяет описание ранее данной медитации постижения, но уже с такой более продвинутой точки зрения. Такпо Таши Намгьял начинает изложение, поясняя взгляд и терминологию, используемую на настоящей стадии обучения. Сперва он рассматривает сущность ума как пустоту, его природу как сияющую ясность и его проявление как все качества сансары и нирваны. Потом, вводит представление о спонтанном со возникновении, как о том, что охватывает и наполняет собой всё. Глава "Действительная идентификация спонтанного со возникновения" – это указания гуру и пояснения к осознанию медитатора. Как и до этого, медитатор проходит через осознание самого ума. В данном случае ум понимается, как внутренняя нераздельность устойчивости и постижения – дхармакая. Затем начинается исследование со возникновения мышления и внешней видимости. Центральное наставление здесь – это разрешить мыслям и явлениям происходить беспрепятственно и отчётливо кристаллизоваться, и в то же время осознавать их неотделимыми от внутренней природы. Шаматха и випашьяна, или успокоение и постижение, имеют особый смысл на этой стадии. Успокоение означает отсутствие привязанности или отвращения, в то время как мысли или явления возникают в уме. Постижение означает осознание того, что внутренняя природа ума и его явления суть пустота, дхармакая. Или опять, успокоение и постижение – это нераздельность пустоты и видимости. Автор цитирует многие "ваджрные высказывания" просветлённых наставников ордена Кагью, которые показывают точку зрения данной стадии, такое, например, как "познавать разделяющие мысли как дхармакаю, а иллюзии как осознавание." Майтрипа говорит:

"Преходящая мысль возникает из того, что не рождено. Та же самая мысль имеет природу всеобъемлющей реальности. И то и другое нераздельно с самого начала. Посему, я наделяю их одним и тем же ароматом."

И:

"Присущее загрязнениям – это великое осознавание. Оно помогает медитатору уничтожить их, Подобно большому пожару, уничтожающему лес."

Снова:

"Даже форма показывает просветление."

Объяснив каково правильное осознание, автор обсуждает далее типичные неверные представления, из-за которых медитаторы сбиваются с пути, и виды медитации, приводящие лишь к частичной реализации ("Устранение изъянов"). Некоторые из этих переживаний годятся для предыдущей стадии практики, но не являются осознаванием со возникновения, излагаемым здесь. Глава заканчивается разъяснением правильного способа выполнения медитации махамудры, который состоит из медитации идентификации с "обычным умом" ("Осознание безупречной медитации").

Книга вторая, глава шестая: Укрепление опыта через медитацию: Как поддерживать погружение и состояние после погружения.

Таши Намгьял подчёркивает, как важно не довольствоваться проблеском опыта медитации махамудры, но завершить её полностью. Таким образом предмет этой главы – это главная практика махамудры, то есть, как распознать её, продолжить и укрепить опыт, – как в погружении, так и в состоянии после него. Таши Намгьял разъясняет важность внимания вообще и специально показывает значение внимания в традиции, и всё время выделяет, в качестве ключевых наставлений: "ни какой памяти", "ни какого усилия" и "ни каких ментальных конструкций". На обычном языке, погружение (ньямшак, или медитативное пребывание) означает формальное занятие медитацией, а состояние после погружения (джетхоп, или пост медитация) относится к практике осознавания в течение

перерывов в медитации. Автор поясняет, что в контексте продвинутой практики, погружение означает подобную пространству уравновешенность, невозмущённую ни какой дуалистической мыслью, даже если медитатор ходит или разговаривает. Аналогично, состояние после погружения означает возникновение проекций мысли, даже когда медитатор ещё занят своими формальными упражнениями. Поясняя предмет в целом, автор говорит:

"...смысл махамудры состоит в осознании присущей каждой мысли или явлению природы – безотносительно к разделению и не разделению – и поддержании потом этого осознавания не модулированным... Сейчас, в ходе непосредственно самой медитации, новички концентрируются сосредоточенно на равновесии погружения, осознавании сущностносной природы ума. В интервалах медитации они концентрируются главным образом на восприятии после погружения, возвышая все мысли и явления до переживания пробуждения."

Такпо Таши Намгьял затем излагает некоторые знаменитые наставления линии, равно пригодные как для восприятия в погружении, так и после погружения. Среди них сравнения, данные Гампопой: огромное, как пространство, просторное как бескрайняя земля, устойчивое, как гора, сверкающее, как светильник, как прозрачный кристалл. Так же среди них шесть положений Тилопы:

"Ни какого вспоминания, ни какого раздумья, ни какой мысли. Ни какой медитации, ни какого исследования. Но пусть ум находится в своём естественном состоянии."

Процитировав высказывания многих наставников традиции, Такпо Таши Намгьял даёт своё сжатое объяснение их значения по трём пунктам – (1) медитация в отсутствии всякого концептуального выдумывания, (2) не рассеянное осознавание внутренней реальности и (3) то, как эти два пункта вместе являются сущностью медитации: не медитацией и не рассеянием. Автор затем обращается к практике в состоянии после погружения – как сделать осознавание махамудры непрерывным, смешивая его со всеми переживаниями и действиями в повседневной жизни. Здесь особенно важно внимание, которое в данном контексте означает поддержание чёткого осознавания со возникновения ума, как оно испытывается через передачу и в медитативном погружении, при этом позволяя мыслям и восприятиям живо кристаллизоваться, вместе с тем не схватывая и не сдерживая ум, пока он раскрывается. Предыдущие понимания со возникновения мысли и явления включаются здесь в игру. Все мысли и восприятия становятся медитацией, самоосознаной и свободной. Автор затем обсуждает верное и неверное отношения к восприятию после медитации, как "иллюзорному". Йогину следует воспринимать формы, звуки и так далее, как появляющиеся из непосредственных условий во взаимозависимом происхождении. Это осознавание возникающих явлений должно быть соединено и усилено его осознаванием истинной природы со возникающих мысли и явления, как не происходящей. Таким путём медитатор одновременно узнает справедливость действия и результата и бессущностность всех вещей. Такпо Таши Намгьял заключает этот аспект своей дискуссии рассмотрением того, как погружение и состояние после погружения сращиваются. Истинное объединение погружения и последующего состояния имеет место при достижении высших стадий Одного Аромата и Не медитации, где границы медитации и состояния после медитации окончательно растворяются в опыте йогина. Автор высказывает своё мнение, что есть некоторое предчувствие этого состояния на высшей стадии Не различения.

Книга вторая, глава седьмая: Укрепление Опыта через медитацию: Как отделаться от медитативных отклонений.

Два общих типа отклонений данных здесь – это (1) четыре заблуждения – различные неправильные понимания истинного опыта пустоты; и (2) три отклонения – прилипание или цепляние к переживанию блаженства, ясности и немыслим. Эти темы так же обсуждаются у Wangchuk Dorje, Mahamudra Illuminating the Darkness of Ignorance, cc.121-125, и у Dilgo Khyentse Rinpoche, The Rain of Wisdom, c.336.

Что касается четырёх путей, уводящих в сторону от понимания пустоты, Такпо Таши Намгьял поясняет каждое из четырёх заблуждений с двух сторон: (1) первоначальное заблуждение – как ум сбивается в сторону от изначальной природы, проходя мимо цели; и (2) заблуждение непосредственно – которое является ложным отношением и подходом при медитации. Короче говоря, четыре заблуждения – это уход в нигилизм в результате навешивания на ум ярлыков через концептуальное отрицание; уход от пустоты,

являющейся путём; заблуждение относительно пустоты, являющейся противоядием; уклонение к навешиванию ярлыков через отождествление пустоты с некоторым медитационным переживанием, таким, например, как вызываемым "ом свабхава" мантрой.

Что касается трёх отклонений: обретение медитатором соединения успокоения и постижения может вызвать различные интенсивные внутренние переживания, в частности, такие как блаженство, сияние и не понятийность. Эти переживания – отпечаток реализации, но не сама реализация. Так как они происходят в результате развития медитатора, существует неминуемая тенденция оценивать свои переживания и пытаться воссоздать их, тревожась при их отсутствии. Такая непосредственная направленность и пристрастие ума ведёт к отклонению в три сферы запутанного существования. Противоядием является возможность отцепиться от страстного желания, чтобы затем установить ум в естественное состояние, неподдельное, и не искажать его, принимая или отказываясь. Предохраняются от отклонений тем, что удерживают внимание на уверенности в не возникновении этих внутренних ощущений.

Книга вторая, глава восьмая: Закрепление опыта через медитацию: Как узнать ум, не возникающим, и улучшить медитацию.

Данная глава представляет собой высокое наставление по медитации и использованию неблагоприятных условий. Первый ряд наставлений о "не происхождении" – это наставления внезапного пути, имеющие целью помочь занимающимся пробиться к самой сути за короткое время. Второй ряд, "улучшение практики", это способы того, как сделать реализацию до конца пригодной и могущей прорываться напролом, используя отрицательные и крайние условия.

Наставления о не происхождении имееют целью привести медитатора к стремительному пониманию всех явлений и существования как дхармакаи. Такпо Таши Намгьял говорит, что однажды применённые на нужной стадии, эти наставления могут вызвать немедленную реализацию тех, кто обладает высоким потенциалом, и стать причиной быстрого продвижения других медитаторов с более низких уровней четырёх йог к более высоким. Он обсуждает подходящий выбор времени для данных инструкций. Основанием наставлений является то, что постоянная природа всех феноменов не происходит, она вне субъекта и объекта, вне реальности и нереальности, она – непрекращающийся поток, который с самого начала никогда не был обусловлен прошлым, настоящим или будущим. Таким образом она не то, что приобретается через внимательность или теряется через рассеянность. Так как махамудра в целом относится к пути благословения, дополнительным требованием является для медитатора взращивать сильную веру к своему гуру, как воплощению дхармакаи, и обращаться к гуру за благословением. Центральными задачами постижения здесь являются следующие. Первое, ставится цель растворить разделение на медитацию и медитатора, осознав их как единое без всякой сущности. Второе, заново исследовать судьбу прошлой мысли, природу настоящей мысли и источник будущей мысли, пока не придёт убеждение, что эти мысли нельзя приписать трём временам и они уникально чисты и открыты, для всех времён. Третье, попытаться растворить все оставшиеся раздвоения на "внутреннее" и "внешнее", "субъект" и "объект", так чтобы любой опыт выглядел как один поток, самовозникающий и самораскрывающийся. Осознав всё таким образом, медитатору следует затем убрать своё прилипание к предмету медитации, ослабить внимание, отбросить свою сильную жажду переживания и свои поиски реализации, и остаться в нормальном спокойном состоянии. Ему следует сделать его непрерывным на протяжении дня и включить его также в свой сон.

Что касается "Совершенствования действенности [осознавания] через возвышение пути": Термин "лам.кхер", "несущий на пути", "поднимающий или возводящий на путь", означает непосредственное использование очевидно отрицательных и неблагоприятных условий и обращение их в мощное средство улучшения и расширения реализации.

Три вида ситуаций особенно необходимы для этих методов: (1) когда ум практикующего взволнован или расстроен властными обстоятельствами, и ему оказывается тяжело спонтанно повысить своё осознавание; (2) когда он умиротворён, но обнаруживает, что его осознавание становится медлительным, и он не способен осознать внутренней природы своих мыслей; (3) когда он достиг не прерываемого медитативного состояния,

сочетания погружения и восприятия после погружения, и он желает дальнейшей стабилизации и испытания своей реализации.
Многие из этих методов так же даны в тантрических наставлениях по трансформации. На данной стадии действительно полезно для медитатора находится в такой обстановке, которая вызывает сильные иллюзорное мысли или конфликтные эмоции, как то – пребывать в глухом уединении, близ наводящего ужас кладбища или притона. Это помогает ему развить бесстрашие по отношению к внешним и внутренним проявлениям, а так же несвязанный и спонтанный ум, превосходящий любые надежды и условные различения. В самых обычных словах, это означает – хорошо, если на пути медитатора имеются некоторые сложности, кризисы и столкновения. В противном случае его подход к жизни становится слишком вялым. Наставления делятся по шести категориям: (1) возвышение двойственной мысли – позволение это мысли, тонкой или грубой, позитивной или негативной, самой становиться в качестве медитативного состояния; (2) узнавание пяти мудростей внутри пяти базовых клеш; (3) борьба с явлениями девов и демонов, и вызываемыми ими очарованием и страхом; (4) использование огорчения и тревоги по поводу страдания – своего собственного и других – для усиления бодхичитты, союза сострадания и бессущностности; (5) связывание с болезнью через прямое осознавание боли и симптомов, и их внутренней природы; (6) превращение процесса умирания в путь реализации.
Книга вторая, глава девятая: Окончательное пробуждение осознания.
В последней главе Такпо Таши Намгьял обращает своё внимание обсуждению того, как фактически медитатор развивает реализацию и каким образом можно оценивать разные уровни достижения.
Традиция различает три типа учеников – ученики с сильным потенциалом для немедленной реализации, ученики с потенциалом для мимолётной реализации и ученики, которые прогрессируют последовательно со ступени на ступень. Автор объясняет характерные для них способы понимания.
Путь согласно махамудре делился на четыре йоги, даже в ранней традиции махамудры. Позже Господин Гампопа описал детально четыре йоги, а его последователи, особенно Пхагмо Другпа, утроил деление каждой йоги на йоги меньшего, среднего и высшего достижения, создав двенадцать йог. Такпо Таши Намгьял предостерегает, что "совершенно неверно, что опыт, возникающий при прохождении двенадцати уровней четырёх йог, будет следовать определённому порядку, подобно ступеням лестницы." Например, ещё до окончательного обретения переживания внутреннего ощущения и реализации высшего уровня йоги Сосредоточения может возникнуть опыт двух уровней следующей йоги Не различения и т.д. Тем не менее, так как важно, по крайней мере для учителя, быть в состоянии оценить уровень развития практики, Такпо Таши Намгьял даёт яркое детальное разъяснение. Автор показывает, цитируя Ланкаватару-сутту, Хеваджра-тантру и другие тексты, что четыре йоги намечены в сутрах и тантрах и согласуются с ними. Затем он характеризует четыре стадии йоги в целом, цитируя наставников традиции ("Общее значение четырёх стадий йоги: Отдельная природа каждой"). Потом он разделяет каждую из четырёх стадий согласно (1) отличительному типу реализации каждой стадии; (2) виду тупости и омрачённости, к которому каждая склоняется; (3) характеру восприятия после погружения; (4) последовательному удалению еле заметных, остаточных пятен; (5) тому, как осознавание меняется; (6) как погружение и состояние после погружения смешиваются или различаются на каждой стадии; и т.д. Йоги затем описываются одна за другой в "Детальном разъяснении каждой из четырёх йог". "Разделение" поясняет распространённые недопонимания, касающиеся того, что является, а что не является данной стадией, и объясняет её в соответствии с шестью критериями Дже Гьяре, которые дают оценку степени реализации. Под заголовком "Как внутреннее чувство и переживание раскрываются", Таши Намгьял обсуждает в тех же терминах опыта то, через что наверняка проходит медитатор на каждом из уровней. "Как данная йога поддерживается" даёт практические наставления для медитатора на данном этапе практики. Общее значение этих стадий заключается в устранении цепляния ума ко всякому обусловленному опыту и к самому процессу реализации. Это приводит к преодолению кармы и сил перерождения.

В качестве заключительной темы ("Как разные основания и пути просветления достигаются через четыре йоги"), Такпо Таши Намгьял предпринимает решение вопроса,

можно ли как-нибудь сопоставить схему достижения, соответствующую четырём йогам, с описание этапов в традиции сутры, а именно, с пятью путями и десятью бхуми. Он цитирует наставника Дже Чжанга:
"Махамудра достигается одним большим шагом. Невежественное заблуждение – разделять её на бхуми и пути. Тем не менее, чтобы порадовать спутанные сердца, я разделю её на бхуми и пути, приспосабливая к системе логической дефиниции."
Такпо Таши Намгьял обсуждает разные мнения великих мастеров по данному вопросу, заканчивая своей собственной оценкой.

Другие работы по данной теме.

Следующие английские переводы будут очень полезны для понимания настоящей книги и её контекста. Любая духовная традиция проходит во взаимоотношениях людей, – наставника и ученика. Биографии учителей линии часто пишутся, чтобы показать глубочайшие качества этих людей, их понимание того, как проявить духовность, и их умение готовить последователей. Таким образом это не только биографии, но и демонстрация самого учения махамудры.
The Life and Teaching of Naropa, with a Philosophical Commentary Based on the Oral Transmission, перев. H.V.Guenter (Shambhala Publications, 1986) The Life of Marpa the Translator, Tsang Nyon Heruka, перев. Nalanda Translation Commitee (Prajna Press, 1982) The Life of Milarepa, перев. Lobsang Lhalungpa (Shambala Publications, 1984) The Hundred Thousand Songs of Milarepa, перев. Garma CC.. Chang (Shambhala Publications, 1977)
Общий контекст подготовки, в которой представлена махамудра, дан в небольшой книге Тхрангу Ринпоче, Showing the Way of Liberation (Manila: Tara Publications, 1984), и в The Rain of Wisdom, составленной Кармапа VIII Микьо Дордже, перев. Nalanda Translation Commitee (Shambhala Publications, 1980). В частности, сжатое резюме всей характеристики учения Махамудры дано в "The Song of Lodro Thaye", с.с. 81-90 в The Rain of Wisdom. Краткое изложение медитации махамудры было опубликовано в виде Mahamudra Illuminating the Darkness of Ignorance Кармапой IX Вангчук Дордже (комментарии Беру Кхьентсе Ринпоче), перев. Alexander Berzin (Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1978). Эта краткая классическая работа Девятого Кармапы – замечательное введение, описывающее при помощи серии инструкций и экзаменационных медитаций точку зрения махамудры. Тема, которую она раскрывает, аналогична теме раскрываемой в Книге второй, главы 4 и 7, настоящей книги. Однако, то, что подразумевает данный взгляд и то, как укрепить медитативный опыт гораздо более полно обсуждается Таши Намгьялом. Открывающая новую тему, работа Г.В.Гюнтера, The Royal Song of Saraha, представляет махамудру в ином виде. Этот текст, основанный на реализационных песнях Сарахи и комментариях устной передачи Кьеме Дечена, Кармы Тхинлея и Ньиме Авадхутипы, служит примером устной традиции прямого пути. Здесь гуру пробуждает в ученике взгляд махамудры при помощи непосредственного показа, "через символы и другие подходящие средства". Ученик медитирует над этим, полагаясь на наставления, данные в терминах памяти (вся видимость – ум), не памяти (ум пуст и не имеет опоры), не происхождения (хотя он возникает, он никогда не был произведён или омрачён условиями, и проявляется безостановочно) и трансцендентности (мудрость всеобъемлюща). Эти термины примерно аналогичны смыслу четырёх йог махамудры. По-видимому, это тот вид учения, на который ссылается Таши Намгьял, когда объясняет (во Второй книге, глава два), что "склонным к мгновенному пути следует заниматься в начале процессом открытия видения внутренней реальности, и затем приведением ума в спокойном погружении" в неё.

Дордже Лоппон Лодро. Дордже Холм Ваджрадхату.
Боулдер, Колорадо Март 1986 г.

Введение.
Выражение почтения.

Я простираюсь перед моим гуру и неразрушимым умом1. Благодаря своей внутренней природе, не определяемой в понятиях. Он проявляется в различных формах. Его голос – неразрушимый и непередаваемый – превосходит обычную речь и звучит как мелодия. Его сострадание с присущим ему признаком – незапятнанностью двойственной концепцией "я и другие" – остаётся источником всех благ и мира. Будда Ваджрадхара, владыка всех реальностей – материальных и нематериальных – я простираюсь перед ним.

Его тело воплощенно в призрачные формы в каждом из миров; его речь провозглашает путь дхармы трёх колесниц2 для ищущих, – на языке, который понимает всякий; его ум открыт одинаково для всех чувствующих существ. С великим состраданием вне концепций. Будда, Несравненный Учитель, обладающий тремя мистическими качествами3, единственный друг стремящихся к счастью, я простираюсь перед ним!

Получив даже часть его сострадания, делаешься способным объяснять многие трактаты соответственно их видимому и предельному смыслам4.

Подобным образом, при распространении дхармы, в спорах или сочинениях, он без препятствий дарует бесстрашную мудрость.

Он пробуждает к глубокой внутренней реальности, остающейся загадкой для обыкновенных умов. О Совершенное Божество, Вселяющий Ужас Господин5, я преклоняюсь перед тобой! Позволь получить мне неисчерпаемую мудрость в качестве твоего не могущего быть превзойдённым дара!

Стрелок, который имел "тело из пустого пространства" [Сараха], Нагарджуна, Шавари, Тилопа, Наропа, Майтрипа, Марпа и Миларепа6 видели истинную природу ума – глубокую и ясную, а все реальности, выраженные в понятиях, как ложные. Они поняли, что внутри нераздельного единства внутренней пустоты и осознавания, содержатся корни свободы, пути и реализации. Я простираюсь перед ними....

Он [Гампопа] обрёл просветление перед лицом Будды [Шакьямуни], В качестве бодхисаттвы Кандрапрабха-кумары. Он стал известен как Гелонг Тсодже [монах-целитель7], когда появился из сострадания к людям в Стране Снежных Гор [Тибете], Исполнив, тем самым, пророчество Будды8. В трёх сферах вселенной9, он известен как Гампопа, второй Будда, – в век упадка он во всеуслышание провозгласил дхарму предельной реальности10. Я простираюсь перед ним.

Хотя учёные и простые монахи в этой снежной стране и изучали природу ума при помощи диалектического анализа, а мастера мистицизма11 через внутренний опыт, они понимали совсем немного.

Те из вас в славном ордене Кагью Такпо12, кто увидел внутренний лик природы ума, и кто так же хорошо умеет учить других, перед вами всеми я простираюсь. Благословите меня!

Ваша передача учения называется махамудрой. Она уничтожает иллюзию, порождённую ложностью концепций, И опровергает всевозможные виды осознавания, созданные интеллектом. Этот путь воплощает в себе предельное значение сутр и тантр13.

Те, кто пользуются понятиями, подобны людям, гонящимся за миражом, желая напиться. Другие смотрят как изменяются модели их мыслей, а третьи цепляются за ощущения и медитативные переживания, призрачные, словно радуги. Не этим путям, надлежит следовать, коль стремишься достичь скорого освобождения.

Можно прослушать множество писаний, содержащих как видимое так и предельное значения, и соответствующим образом исследовать и изучить их. Но всякая попытка освободиться займёт большее время, если не медитировать на природе внутренней реальности14.

Некоторые говорят, что настоящий век – не время для медитации. Это мнение, отбивающее охоту практиковать, – неправильно. Те предуготовленные искатели, кои отказываются верить в него и держатся своей точки зрения, должны медитировать со всей серьёзностью.

Я представлю красноречивое объяснение лунного света [махамудры]. В своей полной фазе она объединит значения сутр и тантр и покажет истинную природу реальности настолько же чётко, насколько видны очертания "кролика" [на луне]15. Да настанет мир для тех, кто бродит во мраке заблуждений!

Те из вас, кто не стоит спиной к великой цели, Кто не запутан извращёнными учениями, и кто желает медитировать и понять смысл чистой реальности, все вы определившиеся духовно и те, кто пришли через интеллектуальное различение, слушайте проповедь!

Решение написать эту книгу.

Использование священной дхармы теми из нас, кто получил драгоценные учения полностью и совершенно просветлённого мастера, Будды, носит название десяти практик дхармы16. Медитация на внутренней реальности, как сказано, высшая среди этих практик. Система данной медитации будет объясняться здесь. Видя, что большинство слушателей и исследователей настоящего времени не имеют никакого опыта в практике и что некоторые практикующие обладают лишь смутным представлением о важнейших сторонах медитации [махамудры предельной реальности], я разъясню её, всецело пробуждая в себе доброжелательное отношение ради тех, кто полагается на меня. Возможно большинство людей найдут этот текст, написанный главным образом с использованием концептуальной терминологии и поэтических сочинений, трудным для понимания, поэтому я поясню его в лёгкой доступной форме. В данной работе я предусматриваю описать:
1. То, почему существенна медитация на истинной природе ума.
2. Стадии медитации.

Почему существенна медитация на истинной природе ума.

Суть Буддистской доктрины показывает, что только путём понимания ума через медитацию возможно достичь постижения предельной реальности. Чтобы сформулировать причину, почему необходима медитация на истинной природе ума, я рассмотрю две стадии медитации: (а) сжатое разъяснение общего для всех медитативного погружения [самадхи], и (б) развёрнутое объяснение не общей медитации [махамудры]. В данном разделе я покажу, что:
1. Все реальности – лишь ментальные феномены.
2. Что теряют от того, что не медитируют на истинной природе ума.
3. Польза от медитации.

Все реальности – лишь ментальные феномены.

Все вещи, охватывающие собой феномены существования и просветления [сансары и нирваны] – производные ума. В Дашабхумика-сутре сказано:
О сыны победоносного Будды, три плана существования – лишь продукты ума.
Ваджрапанджара-сутра говорит:
Ни обыкновенные существа, ни просветлённые не существуют вне драгоценного ума.
В Сампута-тантре сказано:
Все вещи – внешние и внутренние – определяются умом. Кроме ума ничего не существует.
Гуру Шаварешвари17 говорит:
Все вещи суть неотъемлемые от ума феномены. Кроме ума ничего нет, даже мельчайшей частицы.
Но раз так, то позволительно спросить, почему кажется, что внешний мир формы, звука и т.д. – реален. Ум, будучи не осознающим своей истинной природы, воспринимает дуальность "себя" и "других" с безначальных времён. Прилипнув к такому видению, ум создал сгусток впечатлений18, который является причиной того, что заблуждающемуся уму внешние феномены кажутся реальными. Ланкаватара сутра сообщает19:
Все вещи кажутся уму совершенно реальными. Вне ума не существует ни какой реальности как таковой. Воспринимать внешнюю реальность – значит неправильно видеть.
Сампута говорит:
Все реальности обусловлены заблуждением ума. Ничего не существует кроме ума. Все явления происходят из-за заблуждения ума.
Здесь снова иллюзия внешней реальности, кажущейся действительной, вызвана накоплением осадка заблуждений, аналогично тому как земля и камни создаются водой, коей не дает успокоиться ветер. Сараха говорит:

Даже мягкая вода, становится твёрдой, как скала, когда [постоянно] дует ветер. Невежественный ум, если расшевелить его мыслью, превращает бесформенность в твёрдую сущность.
Каким образом такой ум попадает в круг существования [сансары] и как достигает чистого состояния [нирваны]? Заблуждающийся ум не ведает, что природа дуальности – сансара, а противоположное – нирвана. Это находит подтверждение в следующих трактатах. Второй раздел Хеваджра-тантры учит:
Неведение является причиной экзистенциальной формы. Очищенная от неведения сансара становится нирваной.
Сампута комментирует:
"Окутанный мраком множества мыслей, одолеваемый сумасшествием, как если бы его ударила молния, запятнанный примесью таких вещей как вожделение и желание, от коих трудно уберечься – такой ум – это, действительно, сансара," – говорил Ваджрадхара.
Освобождения достигают, осознавая светящуюся ясность природы ума. Тот, кто незапятнан вожделением и желанием, Кто вне любой дуальности субъекта и объекта – Это высший просветлённый ум, называемый высочайшей нирваной.
Мастер Нагарджуна говорит:
Очищаясь от того, что является причиной сансары, достигают чистоты, то есть нирваны. Посему ум – это корень всех достоинств и недостатков. Они начинаются в уме, и нигде больше.
Ланкаватара-сутра сообщает:
Отражение формы в зеркале – это образ без субстанции. Дуальность – подобно образу – проекция ума. Восприятие реальными внешних феноменов вызывается всевозможными мыслями, коренящимися в психическом осадке прошлых жизней. Это преходящий ум. Он создаёт все формы. Того, что представляется внешней реальностью, в действительности не существует. Кажущееся "я" внутри тела, переживаемые ощущения – всё – лишь ум; я говорю вам это.
Аватамсака-сутра поясняет:
Ум похож на художника: он творит. Все области существования, все они созданы разнообразием ума.
Ратнамегха-сутра поясняет:
Мир управляется умом. Ум не видит себя; хорошее ли плохое действие, оно вызывается умом. Он вращается как огненное колесо, бушует как море, горит как лесной пожар, разливается как огромная река.
Ваджрапанджара говорит:
Всегда с безначальных времён существовали феномены. Они были названы внешним миром. Все они – лишь порождения ума, проникающего всюду.
Далее, Ваджрапанджара говорит:
Ни какой внешней реальности не существует помимо ума. Всё, возникающее как форма и так далее суть проявления этого самого ума.

Что теряют от того, что не медитируют на истинной природе ума.

Буддист, который изучает только концепцию дхармы слушая и исследуя, получит лишь временную пользу и не сумеет реализовать окончательное освобождение. Это продемонстрировано на множестве примеров. Гандавьюха-сутра сообщает:
Нельзя достичь просветления просто слушая совершенные учения Будды. Всё равно как слабый человек может умереть от жажды, тогда как его несёт огромная река – так и Дхарма неэффективна без медитации.
Всё равно как человек, раздавший еду и питьё людям, умирает сам от голода – так и Дхарма неэффективна без медитации.
Всё равно как лекарь, располагающий всеми лекарствами, но умирающий от внутренней болезни – так и Дхарма неэффективна без медитации.
Всё равно как хранитель сокровищницы, пересчитывающий драгоценные камни, не распоряжается ими – так и Дхарма неэффективна без медитации.
Всё равно как слуга, хоть и рождённый во дворце, не владеет ни едой ни питьём – так и Дхарма неэффективна без медитации.

Всё равно как слепой художник не способен написать картину ярмарки – так и Дхарма неэффективна без медитации.
Всё равно как лодочник на большом озере переправляет многих, но сам умирает на озере – так и Дхарма неэффективна без медитации.
Всё равно как тот, кто оценивает благосостояние других, оставаясь на распутье, однако, не достигает ничего сам – так и Дхарма неэффективна без медитации.
Кроме того, ели не медитировать, ум уступает осквернению, что приводит к падению в нижние миры. Манджушри-викридита-сутра сообщает:
Если природа ума не осознана, он волочится за воображаемыми мыслями и вынужден скитаться в трёх планах и шести сферах существования.
Бодхичарьяватара говорит:
Человек, чей ум совершенно рассеян, зажат между клыками осквернения.
В той же работе сказано далее:
Если не знать тайной природы ума, являющей собой суть всей дхармы, можно бродить бесцельно, сколько бы ни желал быть счастливым и устранить страдание. Мудрость не возникает без медитации успокоения; просветление не возникает без появления мудрости.
Сукхриллекха заключает20:
Мудрость не появляется без медитации успокоения.
Таким образом всем тем, кто занят соблюдением этических заповедей и тем, кто изучает слушая и исследуя, надлежит практиковать медитацию.

Польза от медитации.

Безгранична польза от медитации на истинной природе реальности. В Таттвапракаша-сутре сообщается:
О Шарипутра, в медитации успокоения реальности (thatness)21 можно скопить больше пользы, всего лишь за одно мгновение, чем от прослушивания проповеди в течение вечности. Шарипутра, по этой причине тебе следует наставлять других об успокоении реальности.
Махосниша-сутра говорит:
Медитация в течение всего лишь одного дня о смысле истинной природы вещей приносит большую духовную пользу, нежели слушание и изучение дхармы в течение многих эр, ведь она выводит из круга рождений и смертей.
Такпо Гьепе Дхо поясняет:
За один миг полной отдачи себя созерцательному успокоению получаешь больше пользы, чем за всю человеческую жизнь, оставаясь в трёх планах существования.
Более того, сообщается, что медитация успокоения вызывает резкое отвращение к чувственным удовольствиям, устраняет все сомнения и пробуждает совершенное познание, созерцательное успокоение и великое сострадание; она приводит к восприятию истинной природы реальности и позволяет направить учеников на путь к просветлению и обретению других добродетелей. Праджняпарамита-самучаягатха говорит:
Медитативное успокоение устраняет тягу к запретным чувственным удовольствиям и позволяет достичь высшей добродетели, совершенного познания и ментального успокоения.
Дашачакра-кситигарбха-сутра добавляет:
Сомнения могут быть убраны посредством медитации успокоения. Ничто друге этого не может сделать, но одно лишь понимание его [успокоения]. Следовательно, медитировать на успокоении – лучшее, что может быть. О мудрые, стремитесь к нему!
Дхармасамгити-сутра говорит:
Приводя ум к спокойному равновесию, добиваются присущей ему чистоты. В результате совершенного восприятии свойственной реальности чистоты, бодхисаттва, в великом сострадании, практикует ради всех чувствующих существ.
Сутраламкара сообщает:
Просто созерцая, все чувствующие существа обретут три вида просветления.22

КНИГА ПЕРВАЯ:

Краткое объяснение общей системы спокойного равновесия.

Очерк спокойного равновесия в общем и устранение сомнений.
Медитация успокоения и постижения.

Некоторые тексты описывают методы достижения спокойного равновесия как согласно традиции Махаяны, так и согласно традиции Хинаяны. В сутрах содержится описание созерцательного погружения в том виде, как его знают и в наши дни. Особенно известны за свою ясность Самадхинирмочана и другие сутры Будды, учения Майтреи, трактаты о бхуми (Садэ), Абхидхармасамуччая Асанги23, Праджняпарамитопадеша Шантипы, суммирующая эти тексты, а также три трактата Бхванакрама Камалашилы и другие. Основываясь на данных текстах, я буду рассматривать общее значение спокойного равновесия.
Самадхинириочана-сутра даёт сжатое объяснение созерцательного погружения:
Следует понимать, что, описанные мной стороны созерцательного погружения шраваков, бодхисаттв и татхагат24, целиком содержатся в медитации успокоения и постижения.
Во втором трактате Бхаванакрама говорится:
Все мистики [йогины] постоянно и уверено должны пребывать в успокоении и постижении, потому что все формы медитационного успокоения соединяются в них двух.
Успокоение и постижение являются базисом всех медитационных видов погружения обеих традиций – Хинаяны и Махаяны. Они как корни, на которых держатся ствол, ветви и листья дерева. Каким образом успокоение и постижение включают в себя различные типы медитаций, такие как визуализацию и не визуализацию согласно медитационным видам погружения Махаяны и Хинаяны, такие разные медитации Мантраяны как с формами и без форм, и многочисленные виды погружения, происходящие из блаженства, ясности и отсутствия концепций в медитации махамудры? Безотносительно будет ли медитация концептуальной или же не концептуальной, с визуализацией или без, та медитация, при коей ум был фиксирован единственно на священном объекте, – согласуется с успокоением. Мудрость, будучи добродетелью по своей природе, различает истинный смысл [ума], так что она сочетается с постижением. Аналогично, в соответствии с махамудрой, успокоение – это ум (или высокий или низкий), не отвлекающийся от объекта концентрации. Анализ и всесторонний охват ума приводят к постижению. Таким образом, кульминация всех медитаций достигается в успокоении и постижении.
Махаянапрасадапрабхавана-сутра сообщает:
Пойми, о благородный сын, что верные бодхисаттвы имеют учения Махаяны, и что бы они не обрели с их помощью, всё возникает из сущности абсолютно не рассеянного ума и созерцания истинной природы реальности.
Не рассеянный ум – это ум, который сосредоточенно сфокусировался на ментальном образе25 [объекта]. Созерцание истинной природы реальности – это деятельность распознающего интеллекта. Следовательно, качеств Махаяны и Хинаяны надлежит достигать путём совместного объединённого применения сосредоточенного ума и распознающей мудрости. Третий трактат Бхаванакрамы резюмирует это так:
Лучезарный Победитель показал различные неизмеримые и невыразимые виды погружения бодхисаттв. Так как успокоение и постижение охватывают собой все виды погружения, следует описать путь их объединённого использования.

ГЛАВА ПЕРВАЯ:
Обыкновенная медитация успокоения и постижения.

В данном разделе семь пунктов:
1 Причина успокоения и постижения.
2 Устранение преград, препятствующих успокоению и постижению.
3 Идентификация истиной природы успокоения и постижения.
4 Отличительные особенности успокоения и постижения.
5 Рассмотрение стадий успокоения и постижения.
6 Медитация соединения успокоения и постижения.
7 Результат успокоения и постижения.

Причина успокоения и постижения.

Самадхинирмочана-сутра сообщает:
Сияющий Победитель, что является причиной успокоения и постижения?
Будда: Майтрея, успокоение происходит вследствие чистоты нравственного поведения, постижение благодаря слушанию и изучению.
Уважаемый Гампопа говорил об этом похожим образом. Успокоение, как сказано, возникает в результате духовного благословения гуру, взаимодействия благоприятных причины и условия, всевозрастающей добродетели и очищения. То же применимо и к постижению. Вторая часть Бхаванакрамы перечисляет шесть причин успокоения, происходящего благодаря:
Гармоничному окружению, обузданию желаний, ощущению удовольствия, ограничению активности, поддержанию моральной дисциплины, и устранению беспорядочных мыслей.
Постижение происходит благодаря таким трём факторам: общению со святым человеком, приобретению знания, и в результате соответствующего размышления.
"Жить в гармоничном окружении" значит жить в месте, где средства к существованию можно получить без особого труда, и где враги и дикие животные не причиняют вреда.
"Хорошее место" – это место, где нет болезней, где в течение дня не много людей и спокойно ночью, где можно найти хороших друзей, следующих тому же пути подготовки и разделяющих аналогичные взгляды на реальность. Сутраламкара сообщает:
Окружение, в котором мудрый человек стремится к реализации – это окружение, где имеется надлежащая пища, где убежище безопасно, земля благоприятна, где друзья добры, и где йогин находит предпочтительные для себя условия.
"Обуздывать желания" значит не питать ни какой чувственной привязанности к еде или одежде – за их качество и количество. "Быть довольным" – быть удовлетворённым умеренной едой и одеждой. "Ограничивать действия" – воздерживаться от пагубных дел таких как торговля или ремесло, тесный контакт с мирянами или монахами, практика медицины, астрологии и т.д. "Сохранять моральную дисциплину" - соблюдать заповеди, изложенные в каноне индивидуального освобождения (Пратимокша-сутра), заповеди бодхисаттвы и т.д., и с покаянием применять духовные средства, если, не контролируя себя, нарушил эти правила. "Избавиться от желания и других беспорядочных мыслей" значит осознавать их плохие следствия для настоящей жизни и для следующих. Имеется в виду – устранить желание через медитацию на непостоянстве, красивых ли уродливых ли, вещей, кои проходят не задерживаясь. "Общаться со святыми людьми" – следовать духовному руководству того, кто наверняка знает важность слушания, размышления и медитации, и кто сам реализовал успокоение и постижение. "Стремиться к знанию слушая" имеется ввиду – слушать рассуждения о писаниях, предельное или окончательное значение коих не имеет недостатков, и развивать различающий интеллект. Этого не достичь слушая учения с условным или вымышленным смыслами. "Подобающим образом размышлять" значит обдумывать предельный смысл рассуждений и применять выводы с тем, чтобы интеллектуально осознать совершенный взгляд на реальность.

Устранение преград, препятствующих успокоению и постижению.

Для устранения препятствий к успокоению и постижению требуется:
1 Узнать препятствия.
2 Наставления о необходимых средствах избавления от препятствий.

Узнавание препятствий.

Относительно успокоения, Самадхинирмочана-сутра сообщает:
Майтрея: Просветлённый Победитель, из пяти препятствий сколько препятствий, мешающих успокоению, сколько – постижению и сколько, мешающих им обоим?

Будда: Майтрея, успокоению препятствует чувственное возбуждение и негодование, постижению – вялость, сонливость и сомнение; им обоим мешают страсть и злобность.
Абхидхармасамуччая говорит:
Что такое чувственное побуждение26? Это ум, который испытывает страстное влечение к красивым формам. Его функция заключается в том, чтобы возмущать состояние успокоения. Такая блуждающая мысль, сфокусировавшись на прекрасном объекте, не даёт непрерывно поддерживать устойчивость ума.
Этот же текст объясняет негодование:
Негодование27 формируется сознательными или несознательными поступками положительными или отрицательными. В нём таится чувство обиды по поводу всевозможных поступков – хороших, плохих или нейтральных, достойных или недостойных, своевременных или несвоевременных, тем самым оно расстраивает стабильность ума. Следовательно, негодование относится к категории заблуждения (неведения).
Такое томительное раздумье о том, что правильно, что неверно, возникающее по поводу положительного или отрицательного действия, легко нарушает устойчивость ума.
Относительно вялости сказано:
Что такое вялость28? Это то, что лишает ум активности и способствует искажениям и вторичным искажениям. Следовательно, она относится к категории заблуждения.
Комментарий к Абхидхармакоше говорит:
Что такое тупость? (в тексте "Что такое вялость?"). Это тяжесть тела и ума.
Она притупляет [ум] делая и тело и ум неуправляемыми. Так как вялость и тупость считаются сродни друг другу, то не было дано какого-либо отдельного комментария о тупости. Второй трактат Бхаванакрамы поясняет:
Тупость возникает, когда ум не способен ясно визуализировать, как слепой, как человек в темноте или тот, у кого глаза закрыты. Когда ясность ментального образа теряет свою остроту за счёт физической и умственной апатии – это вовсе не то же самое что вялость.
Второй трактат Бхаванакрамы объясняет сонливость:
Что значит сонливость? Из-за сонливости пропадают мысли – хорошие, плохие или нейтральные, своевременные или несвоевременные, достойные или недостойные. Эффект сонливости заключается в прекращении активности; следовательно, она относится к категории заблуждения. Другими словами, сонливость вызывает утрату чувственных функций, приводя к тому, что медитатор теряет ментальный фокус.
Относительно сомнения тот же текст говорит:
Что такое сомнение? Оно, имеющее два мнения обо всех сторонах истины, надёжно удерживает от следования пути добродетели.
Здесь имеется ввиду сомнение в относительной и абсолютной истинах, и четырёх благородных истинах. Оно создаёт путаницу в уме медитатора, заставляя его сомневаться в целях медитации, её успехе или несостоятельности. Таким образом оно истощает его сильное желание практиковать.
Страстное желание – это жажда любого рода чувственных удовольствий, к коим цепляется ум.
Злобность – это злое намерение причинять вред другим из зависти или ненависти. Об остальных помехах, препятствующих успокоению и постижению в Самадхенирмочане-сутре сказано:
Майтрея: О Сияющий Победитель, каковы виды рассеянности, что заставляют отвлекаться ум бодхисаттвы, пребывающего в успокоении и постижении?
Будда: Всего их пять: отвлечение ума на ментальную деятельность, далее – внешнее, внутреннее отвлечения, и отвлечения на восприятия и эмоции.
Чтобы распознать их, та же сутра сообщает:
Будда: Майтрея, отклонение ума в сторону ментальной деятельности случается, когда активность бодхисаттвы вырождается в ментальную активность "Слушателей" и "Отдельных Будд", после прекращения применения ментальных практик Буддизма Махаяны. Внешнее отклонение случается, когда ум отвлекается на пять чувств, тяготеет к собранию людей, дуальности, дискурсивным мыслям, вторичным осквернениям и внешним образам. Внутреннее отклонение ума появляется, когда чувствуют или апатию, сонливость, или когда потворствуют экстазу транса или любому тонкому искажению медитативного погружения. Отвлечение на восприятие возникает, когда ум визуализирует

образ внешней формы в сфере чистого созерцания. Эмотивное отклонение появляется, когда ум со своими врождёнными стремлениями приписывает сознание "я" ощущениям, происходящим вследствие его внутренней активности.
Мадхьянтавибхага сообщает:
Лень, забывание наставлений, тупость и чувственное побуждение, расслабленность ума и перенапряжение – пять недостатков, прерывающих успокоение.
Эти пять недостатков становятся шестью, если тупость и побуждение чувствами перечислять раздельно. Те же дефекты мешают и постижению. "Лень" является результатом либо неблагоприятного либо безразличного отношения к любым усилиям и отсутствию бдительности, так что привычная праздность лишает созерцание всякой силы мотивации. "Забывчивость" означает неспособность вспомнить предмет медитации, что вызывает рассеяние. "Тупость" и "чувственное побуждение" описывались раньше. "Расслабленность" – это отсутствие всякого стремления устранить тупость и чувственное побуждение и дозволение уму лениться. "Перенапряжение" – это чрезмерное приложение усилия к объекту ума, даже после укрощения тупости и чувственного побуждения. Излишнее напряжение не даёт уму находиться в его естественном состоянии.

Наставления о средствах, необходимых чтобы устранить препятствия.

Здесь два раздела:
1. Общее разъяснение о применяемых лекарствах от препятствий.
2. Особые средства для удаления тупости и чувственного возбуждения.

Общее описание средств избавления от препятствий.

Текст упомянутый выше не дал точного пояснения относительно средств избавления от препятствий. Большинство помех принадлежат к сфере тупости и чувственного побуждения. Узнав как устранить их, автоматически узнаем каковы лекарства против остальных препятствий.
Лекарством от чувственного побуждения является успокоение ума через медитацию на непостоянстве. Что касается негодования, лекарством будет избегать думать об объекте обиды. Чтобы противостоять вялости, размышляют о радостных вещах. Тупость устраняют стимулируя дух. Сонливость преодолевается визуализацией света. Решимость – средство от сомнения. Рассмотрение существа наслаждений и вредных последствий чувственных удовольствий становится лекарством от страстного желания. Злонамеренность можно устранить воспитывая любовь и доброе отношение к другим. Все эти средства очень важны. Точно так же, эти же средства следует применять и против пяти видов рассеяния ума. Мадхьянтавибхага говорит о:
Восьми лекарствах от пяти нарушений.
Существует восемь лекарств для избавления от пяти нарушений успокоения и постижения: от лени – (1) вера, (2) убеждённость или серьёзность, (3) старание и (4) совершенная лёгкость. От забывчивости освобождаются благодаря (5) внимательности. Лечение от тупости и чувственного побуждения – это (6) бдительность; от расслабленности – (7) ментальное усилие. От перенапряжения – (8) невозмутимость, коя позволяет уму покоиться в истинном состоянии. Вера, убеждённость и старание – их просто понять. Что касается совершенной лёгкости, Абхидхармасамуччая сообщает:
Что такое состояние совершенной лёгкости29? Это – гибкость, податливость тела и ума, коя усмиряет пагубные тенденции и препятствия.
Вредоносные тенденции тела и ума делают их не контролируемыми. Совершенная лёгкость своей силой избавляет тело от тяжести и других недостатков, кои препятствуют практике добродетели. Благодаря ощущению блаженства совершенная лёгкость делает тело необременительным и контролируемым. Так можно управлять телом. Совершенная лёгкость уничтожает страдание, перемещением фокуса на ментальный объект, вызывающий радость, блаженство и т.д. Так можно контролировать ум. Мастер Стхирамати30 говорит, что овладение телом делает физическую активность лёгкой, а тело – необременительным. Послушный ум – гибок и безмятежен при созерцании. Обладание таким умом позволит избавиться от помех, препятствующих созерцанию. Совершенной лёгкости нельзя добиться на начальной стадии медитации; требуется непрерывное

усилие. Сначала достигается лишь небольшая лёгкость. Шравакабхуми сообщает, что достижение совершенной лёгкости ума, сначала, вызывает циркуляцию и распространение жизненного воздуха в теле. Раз это имеет место, медитаторы достигают совершенной лёгкости тела. О природе памяти Абхидхармасамуччая говорит:
Что такое память31? Помнить значит не забывать вещи, с коими ознакомился; её функция – дать осуществиться не рассеиваемой концентрации.
Под памятью подразумевается способность не отвлекаться от знакомого ментального образа. Ум удерживает этот образ ярко, без искажений. Например, часто думая об определённом образе, не забываешь его. Так надо практиковать вначале. Относительно бдительности комментарий на Мадхьянтавибхагу говорит:
Бдительности32 [в ходе медитации] добиваются стараясь не забывать объект концентрации, и в то же время оставаясь полностью внимательным к любым появлениям рассеянности, таким как тупость, чувственное побуждение, или размышление.
С таким потоком осознавания остаются настороже, всё время наблюдая и замечая всякое отвлечение внимания, стоит тому появиться. Это описано в Бодхичарьяватаре:
Когда, постоянно наблюдая, остаются в дверях осознавания, возникает бдительность.
Тот же текст продолжает:
Такое изучение физического и ментального состояний означает именно наблюдение с бдительностью.
Относительно ментального напряжения [мысленного образования33] Абхидхармасамуччая говорит:
Что такое ментальное напряжение? Это ментальная активность, распределённая по всем каналам – хорошим, плохим или нейтральным.
Напряжение, будучи ментальной функцией, активизируется или направляется к трём видам мыслей – хорошим, плохим или нейтральным. В данном случае, это – размышление, пытающееся устранить тупость и чувственное побуждение, коль скоро бдительность обнаружила их. О невозмутимости34, коя устанавливает ум в естественное состояние, Шравакабхуми говорит:
Безмятежность – это такое состояние, в коем ментальный фокус медитации успокоения или постижения естественен и устойчив, причём ум находится в совершенном состоянии, пребывая в своём внутреннем мире, испытывая умиротворение. В таких условиях ум послушен, и им можно управлять не прилагая усилий.
Когда тупость и чувственное побуждение удалены, а постижение и успокоение согласованы, эту гармонию делают устойчивой, высвобождая гнёт напряжения и сохраняя ум послушным. Тот же текст поясняет далее:
Что является признаком невозмутимости? Это – гладкий, ровный уровень воспринимаемого ума, получаемый за счёт ментального сосредоточения или же за счёт поддержания его в отсутствии чрезмерного напряжения. Когда следует способствовать достижению такого равновесия? Когда успокоение и постижение свободны от тупости или чувственного побуждения, тогда достигается невозмутимость.

Особые средства устранения тупости и чувственного побуждения.

Существует два способа удаления тупости и чувственного побуждения, для этого надо:
1 Удерживаться от причин тупости и чувственного побуждения.
2 Удалить тупость и чувственное побуждение.

Причина тупости и чувственного побуждения.

Главные завесы, мешающие созерцательному погружению, в общем можно свести к двум – тупости и чувственному побуждению. Они являются результатом вредоносных действий тела, речи и ума. Са'ингоши говорит:
Каковы признаки тупости? Тупость происходит из-за неспособности контролировать чувства, из-за обжорства, нежелания медитировать на рассвете и в сумерках, когда живут без бдительности или в ментальном оцепенении, и из-за чрезмерного сна или неумелой медитации. Нерадение, подтачивающее рвение, усердие, созерцание, или же

исследование – другая причина тупости. Фрагментарная медитация успокоения, в отсутствии овладения медитацией в целом, коя оставляет ум в темноте и не доставляет ни какого удовольствия от сосредоточения на воспринимаемом образе – вот действия, способствующие развитию тупости.
Каковы признаки чувственного побуждения? Сюда входят четыре признака, упомянутых ранее: неконтролируемые чувства, обжорство, нежелание медитировать и отсутствие бдительности. Далее, поощрение чувственности, агрессивность и равнодушие к сансарическим условиям – другие признаки чувственного побуждения. Чувственное побуждение принимает и иные формы, такие как привязанность к желанию медитировать, неспособность быть трудолюбивым и отсутствие совершенного овладения силой концентрации. Частичная медитация и привязанность к семье и друзьям так же составляют чувственное побуждение. В данном контексте, слово "признак" тупости и чувственного побуждения можно читать в смысле – причина.
Под термином "нерадение" подразумевается отсутствие упорства, созерцания и исследования. "Достижение овладения мастерством успокоения" означает получение чётких ощущений и восприятий успокоения. "Привязанность" относится к желанию медитировать, упорно добиваться своего, созерцать и исследовать. Таковы причины тупости и чувственного побуждения, их следует сторониться.

Устранение тупости и чувственного побуждения.

Сказано, что от давящей тупости можно избавляться многими способами, такими, например, как при помощи созерцания ментального образа света и атрибутов Будды, рассмотрения тупости путём различения, посредством визуализации протяжённого ментального образа, и поднимая дух через медитацию радости. Первый трактат Бхаванкрамы сообщает:
Когда сосредоточение на воспринимаемом образе ослабевает и ум становится вялым из-за апатии или сонливости, его проясняют медитируя на ментальном образе света либо на высших атрибутах Будды, кои создают ощущение радости. Коль скоро воспринимаемое представление восстановлено, его необходимо удерживать.
Праджняпарамита-самучаягатха говорит:
Если одолевает подавленное состояние, следует поднимать дух, упорно добиваясь постижения.
Мадхьямакахридая так же говорит:
Депрессию надо убирать медитируя на воспринимаемом образе огромного размера.
Шравакабхуми заключает:
Лови образ света, исходящего от светильника или большого пламени, или от диска солнца.
То есть, надлежит останавливать ум на всём, что горит и сверкает таким светом. Что касается деятельности ума вне медитации, текст говорит, что следует непрерывно поддерживать приподнятое настроение, воспринимая ясность и используя шестикратное вспоминание. Тупость надо устранять созерцая её причины: вялость и сонливость. Её можно прояснить прогуливаясь, наблюдая Луну и звёзды, или же просто ополоснув лицо водой. Чтобы удалить сильное чувственное побуждение, когда бы оно ни возникло, надлежит возбуждать в себе сильное отвращение к [кругу рождения и смерти] созерцая непостоянство35 или же рассматривая последствия рассеяния. Приведение ума в состояние успокоения так же противодействует чувственному побуждению. Первый трактат Бхаванакрамы поясняет:
Когда воспоминания о прошлых удовольствиях от чувственного возбуждения или потворства своим желаниям отвлекают ум, их следует усмирять созерцая непостоянство и другие факты вызывающие их резкое неприятие. Затем надо постараться снова без всяких мыслительных образований направить ум на воспринимаемый образ.
Мадхьямакахридая говорит:
Что касается рассеяния и его причин: их считают пагубными, и борются с ними.
Праджняпарамита-самучаягатха заключает:
Когда ум становится рассеянным из-за чувственного побуждения, его следует устранять через успокоение.

Рецепт поведения при таких отвлечениях ума состоит в том, чтобы контролировать чувства, причём воздерживаться от жёстких действий (как в случае болезни), избегать объектов, пробуждающих страсть, и делать как можно больше простираний. Относительно едва ощутимой тупости: когда ум подавлен, его надлежит прояснять за счёт созерцательного усилия. Когда ум возбуждён, его следует успокаивать и расслаблять, или же применять какие-будь другие хорошо известные методы.

Идентификация истинной природы успокоения и постижения.

Определяя истинную природу успокоения и постижения36, (Самадхинирмочана-сутра) сообщает:
Тот, кто живёт в уединении, ведя ум ко внутренней чистоте, медитирует на ранее проанализированных аспектах реальности. Такое чувствующее существо сознательно устремляет свой ум вглубь, добиваясь состояния успокоения и способности достигать этого состояния так часто как возможно, и тем самым приобретает совершенную лёгкость тела и ума. Сказано, что это состояние есть "пребывание в спокойствии."
Тот же текст говорит:
Получив такого рода лёгкость надлежит оставаться в этом состоянии, отказываясь от всех мыслительных форм, а потом переходить к анализу средоточия созерцательного погружения. "Постижение" – это процесс исследования целиком всего созерцательного погружения, с намерением правильно и в совершенстве разглядеть действительность знания. Оно достигается при помощи упражнений на различение, наблюдение, размышление, благодаря выносливости и стремлению.
Ратнамегха говорит:
Успокоение – это однонаправленная концентрация. Постижение – это аналитический всесторонний охват.
Сутраламкара говорит:
Знайте следующее: сущность дхармы покоится на путях успокоения и постижения. Исследование этих путей порождает постижение.
Этот же текст добавляет:
Ум, покоящийся в своей чистоте, находится в состоянии успокоения. Анализ сего состояния есть постижение.
Мастер Васубандху говорит в комментарии к этому тексту:
Ум, отдыхающий в гармонии во время медитационного погружения, находится в покое. Анализ данного состояния приводит к постижению. Без медитационного погружения не может быть успокоения и постижения. Таково описание этих двух состояний.
В общем, успокоение достигается путём фиксации ума на каком-либо объекте, с тем чтобы удерживать его без рассеяния. Постижение характеризуется как мудрость, анализирующая действительность знания. Успокоение достигается сосредоточением ума на объекте и поддержанием его в этом состоянии до тех пор, пока, в конечном счёте, он не направится в единый поток внимательности и равновесия. Постижение возникает благодаря общему и детальному рассмотрению реальности и систематическому применению интеллектуального различения. Бодхисаттвабхуми сообщает:
Фокусируя ум на его невыразимой сущности и на образах реальности, поддерживают осознавание, свободным от суждений и рассеяния. Наслаждаясь любыми ментальными образами, фокусируют ум на отметине внутреннего погружения, поддерживают его и устремляют в поток внимательности и спокойствия. Благодаря этим методам добиваются состояния успокоения, свободного от суждений и рассеяния. Когда распознают все образы медитации, начиная с фиксации ума на знаках внутреннего медитационного транса и поддержания погружения, и кончая интенсивным сведением его в единый поток и достижением медитационного транса, такое состояние называется успокоением.
Тот же текст продолжает:
Что такое постижение? Постижение достигается, когда медитатор, добившийся успокоения, теперь созерцает различные стороны ума и правильно и в совершенстве анализирует его обусловленную и не обусловленную реальности. Он таким образом обретает умение применять мудрость и исследовать.

Что касается ментальных образов успокоения и постижения, успокоение – вне концепций37. Оно просто фокусируется на каком-либо данном объекте в отсутствии двойственности. Постижение есть возвышенное восприятие, исследующее природу ума.
Самадхинирмочана-сутра сообщает:
Майтрея: О Просветлённый Победитель38, как много существует форм успокоения?
Будда: Есть только одна, и она – вне концепций.
Майтрея: Сколько существует восприятий постижения?
Будда: Только одно, и оно – понятийное восприятие.
Майтрея: Как много восприятий и успокоения и постижения?
Будда: Есть восприятие пространства феноменального мира [успокоение] и есть достижение медитационной цели [постижение].
Праджняпарамитападеша комментирует:
Успокоение – это не понятийное восприятие феноменов, кое не рассматривает ни их пространства ни их точной природы. Постижение – это понятийное восприятие феноменов, рассматривающее их пространство и точную природу.
Второй трактат Бхаванакрамы добавляет:
Успокоение так называется потому, что, усмирив рассеянность, всегда с радостью, естественно и без нарушений фокусируются на внутреннем образе, и вместе с тем сохраняют совершенную лёгкость ума. Постижение изучает природу такого состояния успокоения, пока оно продолжается.
Если это так, то что следует называть успокоением и постижением, когда они не сопровождаются совершенной лёгкостью? Тогда их определяют, как имеющие вид успокоения и постижения. Самадхинирмочана-сутра сообщает:
Майтрея: О Просветлённый Победитель, как мы можем назвать ментальное упражнение бодхисаттвы, который внутренне фокусируется на уме, ещё до того как достиг совершенной лёгкости?
Будда: Майтрея, это не идеальное успокоение, но имеющее вид успокоения, созданное сильным стремлением к успокоению.
Майтрея: Просветлённый Победитель, прежде чем бодхисаттва обрёл совершенную лёгкость, как можно назвать его созерцание восприятий ума, кои он постоянно рассматривает, до тех пор пока не достигнет совершенной лёгкости?
Будда: Майтрея, это постижение не настоящее, но имеющее вид постижения, созданное сильным стремлением.
Подобным же образом, Праджняпарамитаподеша сообщает:
Бадхисаттва, живущий в уединении и созерцании, отказывается от концепций и беспрестанно медитирует на восприятиях ума. Такая медитация имеет вид успокоения. Настоящее успокоение получается только, когда бодхисаттва достигает состояния совершенной лёгкости тела и ума.
Праджняпарамитаподеша продолжает:
Достигнув совершенной лёгкости, бодхисаттва поддерживает это состояние и с сильным стремлением анализирует свои восприятия существа реальности, кою он рассмотрел. Пока нет переживания совершенной лёгкости, такая медитация остаётся только поверхностной; но стоит ему достичь этой лёгкости, возникает постижение.
Как достичь совершенного пути успокоения и постижения? Сказано, что успокоение достигается, когда удалены вялость и сонливость, между тем как постижение достигается, когда удалены чувственное побуждение и негодование. Самадхинирмочана-сутра говорит:
Майтрея: О Просветлённый Победитель, когда достигается совершенный путь успокоения?
Будда: Майтрея, тогда, когда полностью устраняют вялость и сонливость.
Майтрея: О Просветлённый Победитель, когда достигается совершенное постижение?
Будда: Майтрея, тогда, когда полностью устраняют чувственное побуждение и негодование.

Отличительные черты успокоения и постижения.

Успокоение делят по трём категориям: первая описывает его природу, как являющуюся либо временной либо трансцендентальной; следующая описывает три категории

успокоения и упоминает блаженное успокоение, как одну из них; последняя даёт классификацию девяти методов достижения успокоения. Сутраламкара сообщает:
Фиксируя внимание ума на воспринимаемом образе, не следует рассеивать поток внимания.
Мастер Васубандху говорит в комментарии:
Эта строфа показывает девять ступеней стабилизации ума39 в успокоении:
1 Сделать ум устойчивым.
2 Окончательно установить его.
3 Жёстко установить его.
4 Интенсивно установить его.
5 Очистить от помех.
6 Усмирить ум.
7 Совершенно усмирить его.
8 Направить ум в один поток.
9 Установить ум в равновесие.
Абхидхармасамуччая говорит:
Что значит успокоить ум? Это значит привести ум к успокоению, последовательно, со вниманием, с усилием; прояснить ум; усмирить ум совершенно; привести ум в сосредоточение и установить равновесие.
Это девять ступеней успокоения. Они будут разъясняться далее в разделе об успокоении. Относительно постижения, Самадхинирмочана-сутра говорит:
Майтрея: О Сияющий Победитель, сколько существует аспектов постижения?
Будда: Майтрея, существует три аспекта, а именно:
1 Постижение, кое проистекает из рассуждения в понятиях.
2 Кое возникает за счёт совершенного расследования.
3 Кое достигается с помощью аналитического рассмотрения.
Та же сутра далее поясняет:
Каково то, кое происходит благодаря рассуждению в понятиях? Это – постижение, кое проистекает из анализа воспринимаемого образа в созерцательном погружении.
Каково то, кое происходит в результате совершенного расследования? Это – постижение, кое возникает в ходе интеллектуального исследования неизвестных аспектов ума.
Каково то, кое возникает из аналитического рассмотрения? Это постижение происходит в ходе совершенного анализа ментальных аспектов реальности, кою интеллект уже разобрал во всех её тонкостях.
Абхидхармасамуччая сообщает:
Что есть постижение? Постижение есть то, что систематически и полностью дифференцирует все вещи [относительно их видимой и истинной природы]. Оно вместе с тем полностью и в совершенстве рассматривает двойственность и не двойственность. Такое исследование является лекарством от вредоносных дуалистических тенденций. Постижение не только в самом деле избавляет практикующего от неверного направления исследования, но кроме того ещё и руководит умом фокусируя его на правильном пути.
Постижение, как сказано, имеет четыре стадии:
1 Когда дифференцируют всевозможные аспекты реальности.
2 Когда отличают абсолютную реальность.
3 Стадия рассмотрения концепции двойственности.
4 Понимание этой двойственности.
Шравакабхуми разъясняет:
Будда: Каковы четыре вида постижения, добродетельные монахи? Они следующие:
1 Дифференциация всевозможных реальностей.
2 Совершенная дифференциация всевозможных реальностей.
3 Рассмотрение концепции двойственности.
4 Совершенное рассмотрение этой двойственности.
В ходе всего этого ум должен пребывать в успокоении.
Будда: Как дифференцировать реальность всех феноменов? Дифференцируют её при помощи:
1 Кристально-ясного анализа, острого интеллектуального восприятия, или очищающего ментального образа, устраняющего искажения.
2 Дифференциации природы реальности, как она есть.

3 Полного интеллектуального рассмотрения, кое должно возникать, когда ум цепляется к дуальности.
4 Совершенного рассмотрения, кое получается, когда воспринимают в совершенстве реальность.
Шравакабхуми далее сообщает:
Существует трое ворот и шесть методов определения постижения. Вкратце, они содержат все типы постижения. Постижение может быть определено с помощью шести методов изучения природы ума через исследование:
1 Реальности.
2 Субстанции.
3 Характеристик.
4 Пространственных измерений.
5 Времени.
6 Диалектического процесса.

Рассмотрение стадий успокоения и постижения.

Большая часть доктринальных трактатов, основанных на сутрах, говорят, что сперва следует добиваться успокоения, а после – постижения; как сказано в Сутраламкаре:
Овладение предыдущими принципами приводит к реализации последующих принципов. Первые – низшие и грубые, Последние – высшие и тонкие.
Вышеприведённая цитата имеет ввиду шесть принципов выхода-за-пределы40. Сказано, что каждый принцип может быть реализован через предыдущий, причём каждый предыдущий принцип – низший и грубый, тогда как последующий – высший и тонкий. Сукхриллекха комментирует:
Мудрость не возникает без концентрации.
Бодхичарьяватара сообщает:
Зная, что постижение происходит из успокоения и вычищает загрязнения ума, сперва надо обрести успокоение.
Подобного рода комментарии даны в Шравакабхуми, Бхаванакраме и Праджняпарамитоподеше. Те, кто руководствуется данным подходом, говоря о стадиях медитации, указывают на необходимость достижения успокоения как априори к получению постижения. Они обосновывают это тем, что нельзя достичь успокоения без совершенной лёгкости. Без достижения успокоения и совершенной лёгкости нельзя реализовать постижение и сопровождающую его совершенную лёгкость. Такой подход неверен, потому что можно испытывать как успокоение так и постижение не достигнув совершенной лёгкости. Почему это так? Бодхисаттвабхуми, Абхидхармасамуччая и Праджняпарамитоподеша сообщают, что девять стадий достижения успокоения, начиная со смягчения (quietening) ума, составляют стадию успокоения, тогда как четыре постижения, достигаемые в результате изучения аспектов реальности, составляют стадию постижения. Тяжело, начинающему на ранней стадии успокоения и постижения достичь совершенной лёгкости. Более того, они полагают, что возможен лишь высший, предельный вид успокоения и постижения, и совершенная лёгкость должна сопутствовать им обоим. Продолжением этой позиции явился бы вывод о существовании только одного высшего, предельного пути. Самадхинирмочана-сутра и Праджняпарамитоподеша сообщают:
Пусть так, но разве может быть, что медитации, не сопровождающиеся совершенной лёгкостью, не являются медитациями успокоения и постижения?
Предыдущее предназначалось быть критерием меры реализации предельного успокоения и постижения. Будь это не так, с точки зрения логики и слов Будды возникло бы множество внутренних противоречий и заблуждений. Утверждение о том, что следует медитировать над постижением основываясь на успокоении, предназначалось практикующим последовательного пути. В виду того, что есть такие, кои реализуют постижение ещё прежде того, как достигают успокоения, Абхидхармасамуччая говорит:
Некоторые добиваются постижения раньше успокоения, и благодаря постижению они обретают успокоение.
Са'ингоши говорит:

Некоторые практикующие в совершенстве понимают доктрину, рассматривающую страдания существования, и это, в конечном счёте, приводит на путь. Они не достигали ни стадий погружения и не определяли аспекты реальности с успокоенным умом, и всё же, у них проявляется высший ум благодаря трансцендентальной мудрости.
Это заявление бесспорно. Даже тантры и комментарии по трансформации и совершенствованию41 настаивают на том, чтобы визуализировать объект в течение первой части медитации и медитировать на бесформенности во время последней. Эти же медитации не похожи на те, в коих стремятся к постижению, сначала достигнув успокоения. Многие великие мастера побуждают медитировать раньше на постижении, добиваясь при этом успокоения отдельно.

Медитация на соединение успокоения и постижения.

Здесь два раздела:

1 Оправдание необходимости как успокоения, так и постижения.
2 Метод их объединения.

Оправдание необходимости как успокоения так и постижения.

Для объединения успокоения и постижения есть основание. Без успокоения ум и волнуется, как вода, и не может находиться в спокойном погружении. Такой ум не получает истинного понимания присущей ему чистоты. Постижение, лишённое успокоения, – неустойчиво, как пламя светильника на ветру, и, по существу, не может дать ясного восприятия первоначального осознавания. Отсюда необходимость объединить постижение с успокоением. Первый трактат Бхаванакрамы сообщает:
Потому что ум беспокоен как вода, его нельзя установить без наличия фундамента успокоения. Ум, который не установлен в спокойное погружение, не может воспринимать присущую ему чистоту. Просветлённый Победитель говорил, что установив [ум] в спокойное погружение, узнаешь его внутреннюю чистоту.
Второй трактат Бхаванакрамы говорит:
Без успокоения, постижение отвлекает ум медитатора на разные предметы, делая ум неустойчивым, как пламя масляной лампы на ветру, и препятствуя достижению им ясного восприятия первоначального осознавания. Посему, надлежит двигаться, добиваясь равновесия успокоения и постижения.
Однако, как бы много мы ни медитировать на успокоении, без постижения мы лишь на время нейтрализуем искажения ума, но не сумеем устранить их. Кроме того, такая медитация не может искоренить скрытые психические загрязнения, и, тем более, не может освободить от зла, происходящего в круге рождения, распада, болезни и смерти. Второй трактат Бхаванакрамы сообщает:
Йогины42, медитирующие только на успокоении, не удаляют загрязнение ума. Оно [успокоение] просто сдерживает искажение ума, но не может пробудить мудрость с её видением. Следовательно, такая медитация не способна уничтожить сгусток искажений.
Самадхинирмочана-сутра утверждает:
Концентрация просто подавляет искажение ума; мудрость уничтожает скрытые корни искажения.
Вышеприведённый текст цитирует Бодхисаттвапитаку следующим образом:
Люди, считающие медитационное погружение достаточным, ни разу не слышали ни собраний учений о бодхисаттве, ни морального канона архатов43. Они наверняка станут жертвой своей гордости. Они не получат освобождения от рождения, распада, болезни, смерти, печали, страдания, боли и беспокойства ума, и не достигнут избавления от шести сфер чувствующих существ44 и свободы от психофизических агрегатов45. Принимая это во внимание, Просветлённый Победитель провозгласил, что тот, кто осознал то, что находится в совершенной гармонии со всеми остальными феноменами, достигнет освобождения от распада и смерти.

Успокоение вызывает концентрацию, не отвлекаемую от ментального образа, в то время как постижение приводит к осознанию таковости [tathata], делая ум незыблемым, подобно горе, противостоящим любым ложными взглядам. Отсюда необходимость как успокоения так и постижения. Кандрапрадипа-сутра сообщает:
Успокоение делает ум непоколебимым. Постижение делает его незыблемым, как гора.

Метод объединения успокоения и постижения.

Могут поинтересоваться относительно средств соединения успокоения и постижения. Существуют методы объединения успокоения и постижения на каждой стадии медитации, предшествующих девятой. Что касается союза окончательного успокоения и постижения на девятой стадии: то, после того как за счёт устранения тупости и чувственного побуждения достигнуто совершенное спокойное погружение, стараются прийти к постижению, дифференцирующему всевозможные аспекты реальности. И тогда естественным образом вовлекаются в состояние постижения, где больше нет надобности в напряжении, ибо достигнуто состояние, не требующее усилий, что является признаком девятой стадии. Это чистое и совершенное постижение сливается с успокоенным умом достигая соединения, и тем самым успокоение и постижение становятся нераздельными. В Шравакабхуми спрашивается:
В какой момент успокоение и постижение смешиваются, и по какой причине это называется путём соединения? Когда достигают девятой стадии созерцательного погружения, пройдя девять стадий успокоения, тогда стремятся к запредельной мудрости, коя дифференцирует всевозможные аспекты реальности, тем самым естественно и без напряжения втягиваются на путь различения аспектов реальности. Как и успокоение, на этом уровне постижение не требует усилий. Оно – совершенно и чисто, похоже на безмолвие и блаженство успокоения. На данной стадии успокоение и постижение смешиваются в созерцательном погружении. Отсюда обозначение "соединение успокоения и постижения."
Третий трактат Бхаванакрамы сообщает:
Когда ум естественно находится в спокойном погружении, свободный от тупости и чувственного побуждения, он ярко воспринимает свою истинную сущность. На этой стадии следует ослабить напряжение, поддерживая ровное состояние, и в этот момент осознаешь, что достиг союза успокоения и постижения.
Праджняпарамитоподеша говорит, что после этого, сосредоточиваются на образе различающей мысли. Когда испытывают [как успокоение так и постижение] в течение длительного созерцания, это называют соединённым путём успокоения и постижения [Тиб.: зунг-дрел]. Слог "зунг" относится как к успокоению так и к постижению, тогда как "дрел" означает их взаимоотношение. "Образ различающей мысли" означает постижение. Обычно считают, что отсутствие концепций – это ментальный образ в медитации успокоения, тогда как понятийность – ментальный образ в медитации постижения. На основании этого некоторые медитаторы даже думают, что в успокоении ничего не созерцают, тогда как в постижении только занимаются мыслями. Данное утверждение неправильно. Будь это так, существование медитации успокоения было бы невозможным ни на каких созданных образах, вроде визуализируемых форм. Почему? Потому что тогда бы пришлось принять то, что когда занимаешься медитацией успокоения с визуализируемой формой Будды, то, не визуализируешь этот образ и не анализируешь его. Потому как они заявляют, что в медитации успокоения ничего не созерцают и не анализируют, то исключается всякая возможность соединения успокоения с постижением, поскольку, как они утверждают, успокоение – вне концепций, а постижение – понятийное. Согласно такой позиции, совместимость между концептуальной и не концептуальной [медитацией] – невозможна. Будь это так, с точки зрения логики это было бы нелепым. Если они говорят, что образ просто видится воспринимающему уму, но не является различающим мышлением, эта видимость оказалась бы бессмысленной, если не была обозначена различающим мышлением. Что бы ни появлялось, так является потому, что каждый ментальный образ, включая визуализацию, как сказано, есть результат такого обозначения. Их утверждение, будто все постижения концептуальны – неверно, ведь Бхаванакрама упоминает постижение без ментальной активности46. А кроме того, не

концептуальное осознавание – это реальность, воспринятая через постижение, являющееся совершенным постижением! К тому же их позиция отрицала бы возможность успокоения, наделённого различающей мудростью, так как они придерживаются мнения, что успокоение, сопровождаемое различающим мышлением, невозможно. Для них успокоение необходимо должно быть абсолютно не концептуальным. Вместе с тем данное утверждение противоречит тому, что в успокоение входят четыре вида ментальной активности. В соответствии с их точкой зрения, невозможно упражнять внимание и бдительность в медитации на успокоение, поскольку ум в успокоении не занимается ментальной деятельностью. Можно было бы спросить, согласно вышесказанному, зачем тогда предписывать ментальные образы успокоению и постижению? До сих пор о них говорились лишь общие слова. Тем не менее, даже в частных случаях, таких как визуализация форм медитационного божества, присутствуют два аспекта:
1 Успокоение, при котором ум ясно визуализирует такой священный образ.
2 Постижение, при котором ум анализирует присущую этому ментальному образу реальность.
Аналогично, успокоение – это состояние ментального сосредоточения на отдельном визуализируемом ментальном образе, без размышления о чём бы то ни было ещё. Постижение изучает природу такого успокоения, причём осознавая с определённостью не имеющую сущности реальность этого состояния и распознающего мышления. В результате, они оба [постижение и успокоение] сливаются нераздельно в одну сущностную реальность, располагающую двумя аспектами. Таково соединение успокоения и постижения!

Результат успокоения и постижения.

Самадхинирмочана-сутра говорит:
Каковы их результаты? Результаты – абсолютная чистота ума и совершенная мудрость.
Говориться, что чистота ума есть результат успокоения, а совершенная мудрость – постижения. Чистота ума означает устранение искаженного мышления, совершенство мудрости – очищение осадка заблуждений. Относительно освобождения от двух зависимостей при помощи успокоения и постижения, тот же текст говорит:
Майтрея: О Сияющий Победитель, какие роли выполняют успокоение и постижение?
Будда: Майтрея, они должны освободить [чувствующих существ] от двух зависимостей: зависимости от концептуального восприятия47 и зависимости от вредоносных психофизических тенденций48 человеческих существ.
Более того, успокоение, как сказано, не даёт прилипнуть к чувственным удовольствиям этой жизни. Благодаря ему расцветает сверх знание и развивается медитационное погружение в разнообразных формах. Оно, вместе с тем, приводит к новому рождению в божественной форме, свободным от желания. Праджняпарамита-самуччаягатха объясняет:
Концентрация помогает отказаться от чувственных удовольствий, от коих предостерегают [святые], и развить высшие внутренние качества – сверх знание и спокойное погружение.
Сукхриллекха сообщает:
Проходя четыре уровня созерцания49, устраняют чувственность, радость, желания и страдания. Достигают благополучия, равного благополучию богов на небесах Брахмы, Абхасвары, Субхакритсны и Брахатпхалы50.
Бодхипатхапрадипа комментирует:
Когда йогин достигает успокоения, он вместе с тем реализует сверх знание.
Сказано, что постижение, будучи осознаванием внутренней природы феноменов, является причиной умиротворённости и счастья в настоящем, и приводит к освобождению от трёх планов существования. Праджняпарамита-самуччаягатха сообщает:
Все переживания счастья, имеющиеся у будд, их сыновей, пробуждённых слушателей и отдельных будд51, а так же у небесных и других чувствующих существ, проистекают из высшей трансцендентальной мудрости.
Тот же текст сообщает:
Благодаря мудрости охватывают присущую феноменам природу и покидают пределы всех трёх планов существования.

Окончательный результат успокоения и постижения – это достижение полного просветления. Бодхисаттвабхуми говорит:
Достигнув запредельного созерцания, бодхисаттва обрёл, обретает и обретёт полное просветление.
Сапташатика-праджняпарамита-сутра поясняет:
Будда: О Манджушри, если великий бодхисаттва практикует запредельную мудрость, он вскорости добивается непревзойденного, полного и совершенного просветления.
Рассматривая успокоение и постижение в целом, уважаемый Гампопа сказал:
Успокоение и постижение – врата ко всем мирам явлений.
В каждой медитации на успокоение и постижение имеется пять условий. Они такие: причина, функция, препятствие, завесы и совершенный путь. Причина успокоения – это чистота дисциплины; причина постижения – мудрость, рождённая путём слушания и изучения [дхармы]. Функция успокоения заключается в том, чтобы освободить [стремящихся] от зависимости от отметины дуализма; функция постижения – освободить их от психофизических тенденций. Препятствие, мешающее успокоению – это беспокойство о своём теле и имуществе. Препятствие, мешающее постижению – это отсутствие понимания слов пробуждённых [архатов]. Находиться в толпе и быть недовольным скудной провизией – препятствия к обоим [успокоению и постижению]. К завесам постижения относятся страсти, негодование и скептицизм; завесы сонливости и апатии притупляют успокоение. Потворство чувствам и злонамеренность затуманивают как успокоение так и постижение. Совершенный путь к успокоению включает в себя полное искоренение апатии и сонливости; совершенный путь к постижению состоит из полного удаления страсти и негодования. Дхармакая52, как плод медитации, может быть достигнута устранением этих двух загрязнений при помощи успокоения и постижения. Общее разъяснение успокоения и постижение таким образом закончено.

ГЛАВА ВТОРАЯ:
Стадии успокоения и постижения.

ЧАСТЬ I: Успокоение.

Успокоение описывается в трёх разделах:

1 Приготовления к достижению успокоения.
2 Разъяснение его ментальных образов.
3 Методы реализации успокоения.

Приготовления к достижению успокоения.

Нам не стоит забывать о вышеизложенных причинах успокоения. Нельзя переставать сдерживать чувственные способности, кои вызывают тупость или чувственное побуждение, и не следует ослаблять контроль за обжорством. Затем надо сесть на удобную подушку в созерцательную позу, имеющую семь аспектов53, и привести в порядок дыхание, регулируя потоки внутрь и наружу, так мягко, чтобы не чувствовалось напряжения, не задыхаться, не дышать шумно или с усилием. Реализации надлежит добиваться при помощи медитации и других средств, например, таких, когда несчастья переносят с радостью, и тому подобное. Бодхипатхапрадипа сообщает:
Если нет хороших условий для успокоения, можно интенсивно медитировать в течение тысячи лет и не достичь спокойного погружения.
Первый трактат Бхаванакрамы поясняет:
Успокоение можно реализовать быстро, если только не беспокоиться о своём продвижении и других подобных желаниях, а в точности придерживаться морального закона, быть способным радостно переносить страдание и тому подобное, и серьёзно заниматься.

Разъяснение его ментальных образов.

Сюда включены следующие пункты:

1 Разъяснение общей концентрации.
2 Разные медитации для различных требований.
3 Визуализация на начальных стадиях практики [успокоения].
4 Поддержание визуализируемого образа при помощи внимания и бдительности.

Разъяснение общей концентрации.

Оно имеет четыре раздела:

1 Всесторонне охватывающая визуализация.
2 Аналитическая медитация.
3 Умелое исследование.
4 Медитация на устранении ментальных осквернений54.

Всесторонне охватывающая визуализация.

Всесторонне охватывающая визуализация (1) имеет отношение к способам сосредоточения остальных трёх методов (2, 3 и 4), следующих за ней. Данная визуализация включает четыре аспекта:
1 Сосредоточение ума на воспринимаемом образе с различением, по своей природе, принадлежит к постижению [всесторонне охватывающая визуализация относится к концептуальному образу медитационного постижения]. 2 Сосредоточение ума на воспринимаемом образе без различения означает поддержание результирующего состояния в отсутствие анализа. Термин "воспринимаемый образ" относится к апперцептивному образу, а не объекту восприятия. 3 При визуализации границ феноменов, не должно быть сомнений как относительно их предельной, так и видимой природы. Объект медитации постижения – это предельная природа феноменов. 4 Фокусировка ума на реализации его духовной цели – такая реализация является результатом совершенного овладения мастерством благодаря практике данной медитации, цель коей – удалить неконтролируемые тенденции тела и ума.

Аналитическая медитация.

Аналитическая медитация по устранению характерных ментальных загрязнений включает в себя использование ментальных образов для очищения от желания и накопленных загрязнений и для предотвращения их появления вновь. Эта практика состоит из пяти частей:

1 Визуализация неприятных телесных отходов, волос и пор, и отвратительных особенностей гниющего трупа.
2 Визуализация сострадания, возбуждающая стремление помогать, способствовать благополучию чувствующих существ и делать их одинаково счастливыми – будь они любимые, враги или незнакомые.
3 Визуализация взаимозависимости причины и условия посредством созерцания двенадцати звеньев этого закона55.
4 Рассмотрение психофизических элементов, кое включает в себя критический анализ природы шести элементов, таких как земля, вода, огонь, воздух, пространство и сознание.
5 Практика наблюдения, счёта и ритма дыхания, применяемая для того, чтобы избавиться и защититься от рассеяния ума.

Умелое исследование.

Умелое исследование содержит некоторые специальные применения ума, способные устранить [из потока сознания] личностное "я"56, кои не входят в анализ психофизических составляющих или его элементов. Искусное созерцание включает пять частей:

1. Понимание [пяти] психофизических составляющих, кое приводит к постижению не существования "я" и "моего".
2 Понимание восемнадцати психофизических элементов57, кое приводит к постижению взаимоотношения причины и условия каждого из элементов.
3 Умелый анализ чувственных образований, который позволяет понять, что шесть чувственных сознаний возникают благодаря шести способностям чувств, что шесть объектов чувств составляют условия для чувственных восприятий, и что каждая текущая мысль создаёт мгновенное условие для появления следующей мысли. Прекращение одного потока ментального сознания – прямое условие, вызывающее следующий поток сознания.
4 Искусное созерцание закона взаимозависимого происхождения, кое помогает понять его двенадцать звеньев, что они по природе преходящи, являются причиной горя и лишены самостоятельности.
5 Искусное созерцание принципа соответствующих и несоответствующих причины и результата, кое даёт понимание того, как добродетель приводит к хорошим результатам, а не добродетель – к плохим. Этот принцип работает таким же образом как и предшествующий.

Медитация устранения загрязнений ума.

Медитационное противоядие от искажений ума имеет два относительных уровня – грубый и тонкий. Оба фокусируются на мирах желания, форм и бесформенности – последнее включает бессознательное. Они распределяются в порядке убывания грубости – с желанием на грубом конце спектра и бессознательным на тонком конце. Медитацию на четырёх благородных истинах надо расширить, чтобы дополнить её шестнадцатью подразделениями58. Четыре благородные истины – это правда о страдании, его причине, его устранении и пути. Понимание первых двух благородных истин ослабляет корни ментального загрязнения, в то время как понимание последних двух удаляет его. Хотя предшествующие медитативные визуализации являются общими для медитаций успокоения и постижения, большинство [учителей] включают их в главу об успокоении, кое, как они считают, существенно для устойчивости ума. Но как бы то ни было, в медитации успокоения сперва фокусируют ум на [выбранном] объекте, и затем, таким образом сформированный ментальный образ, удерживается без различения и изучения.

Разные медитации для различных требований.

Шравакабхуми, цитируя Намдрю Шюпе До сообщает:
Если монаха-йогина, созерцающего внутреннюю природу, одолевает вожделение, ему надо сфокусировать свой ум на уродстве [тела]. Если его одолевает ненависть, ему следует фиксировать свой ум на сострадании. Если его одолевает запутанность, ему надлежит исследовать закон взаимозависимой активации, как он соотносится с его запутанностью. Если он подвержен тщеславию, ему следует изучить дифференциацию на области элементов [психофизических агрегатов].
[Снова, Шравакабхуми сообщает:]
Если он теряет способность различения, ему, взамен, надо фокусироваться на выдыхании и вдыхании воздуха, и потом концентрироваться на приятном предмете созерцания.
Что касается применения различных искусных визуализаций для разных людей, Нимдрю Шюпе Дхо говорит: Если монах-йогин запутан относительно особенностей всевозможных ментальных событий, относительно себя, чувствующих существ, жизни, рождения, средств к существованию и субстанциональности личности, ему следует сосредоточить

свои исследования на [пяти] психофизических агрегатах. Если запутан относительно их причин, ему надо изучить [взаимодействие восемнадцати] элементов. Если он запутан относительно их условий, ему надо изучить [двенадцать] динамических чувственных образований59. Если запутан относительно непостоянства, страдания и несамостоятельности, ему надо исследовать взаимозависимое происхождение, что оно всегда даёт соответствующие и никогда не несоответствующие результаты.
Касаясь созерцания и устранения ментальных загрязнений применительно к потребностям разных людей, Нимдрю Шюпе Дхо сообщает:
Если монах-медитатор хочет быть свободным от страсти плана желания, ему следует анализировать как грубое созерцание плана желания так и тонкое созерцание плана формы. Если он хочет быть свободным от страсти плана формы, ему следует изучить грубое созерцание плана формы и тонкое созерцание бесформенного плана. Если он желает освободиться от всех субъективных восприятий преходящих психофизических агрегатов, ему надлежит исследовать реальности страдания, их причины, устранение и средства.
Человек, одинаково склонный к [разным] эмоциям, или который не столь уж страстен, может выбрать любую одну из этих медитаций упомянутых ранее; так говорится в Шравакабхуми:
Человек, коего одинаково одолевают [разные] эмоции, должен попытаться стабилизировать свой ум при помощи того, что доставляет ему удовольствие [спокойное созерцание], нежели посредством анализа. Менее страстным людям надо поступать подобным же образом.

Визуализация на начальных стадиях практики [успокоения].

Который – из всех этих упомянутых образов – следует визуализировать сперва? Как бы ни был хорошо знаком человек с визуализацией выбранного им образа, для тех, кто склонен к беспорядочному мышлению, важно медитировать на дыхании. Чтобы стабилизировать ум, за основание сперва надо взять единичный объект. Бодхипатхапрадипа комментирует:
Установи ум подобающим образом на каком-либо одном выбранном объекте визуализации.
Благородный Арьясура60 сообщает:
Стремись добиться устойчивости ума, концентрируясь на одном воспринимаемом ментальном образе, воздерживайся от сосредоточения на разных ментальных образах, дабы они не возмутили ум.
Для начальной медитации на успокоение не рекомендуется никаких особенных объектов [визуализации]. Мастер Бодхибхадра61 говорил:
Существует два вида успокоения: один – достигаемый за счёт концентрации направленной внутрь и другой – наружу. К первому относится визуализация тела и вещей связанных с ним. Эта визуализация включает в себя восприятие тела или в форме медитационного божества или в какой-либо отталкивающей форме, вроде скелета, или же визуализацию его в виде священных предметов, таких как кхатванга62. Существует пять видов визуализаций вещей связанных с телом. Они состоят из методов сосредоточения ума:

1 На дыхании.
2 На крошечном воображаемом символе63.
3 На мысленно спроектированной сфере.
4 На спектре света.
5 На радости и блаженстве.

Что касается внешней визуализации, она бывает обычного и специального типов. В последнем случае – это священный образ или слог.
Существуют возражения против использования концентрации на камне, куске дерева или сфере света. Вместе с тем, в большинстве текстов по медитации рекомендуется устанавливать ум на форме Татхагаты. Такой объект – наилучший, потому что благодаря подобного рода медитации можно достичь великих целей, например, возрастания благополучия, накопления заслуг и удаления осквернений. Самадхираджа-сутра говорит:

Совершенной красоты – Вселенский Защитник [Будда], его священная форма золотая. Бодхисаттва, фокусирующийся на этом образе, как сказано, достигнет спокойного равновесия.
Третий трактат Бхаванакрамы поясняет:
Йогин должен сперва попытаться реализовать успокоение фиксируя свой ум на священной форме Татхагаты, в точности такой, какой он её видел или слышал о ней.
Если достигают внутренней устойчивости и жёсткой концентрации зафиксировав ум на ментальном образе объекта, то можно направить ум на любую из изложенных прежде визуализаций. Первый трактат Бхаванакрамы сообщает:
Когда достигают устойчивости ума, фокусируются всесторонне охватывая на [психофизических] компонентах, составляющих их элементах, и так далее.

Поддержание визуализируемого образа с помощью внимания и бдительности.

Удерживать визуализируемый образ весьма важно для достижения состояния ментального погружения. Здесь следует знать о природе внимания, бдительности, тупости и чувственного побуждения. Медитатор сознательно поддерживает поток внимания, что препятствует отвлечению от визуализируемого образа, и в то же время бдительность регистрирует, уклоняется или не уклоняется ум от этого образа. Комментарий на Сутраламкару объясняет:
Как следует концентрируйтесь на внимании и бдительности, ибо первое предотвращает рассеяние, а последняя чувствует, если ум отвлёкся.
Аналогия иллюстрирует значение этого:
Ум, как не приручeнный слон, его надо привязать верёвкой внимания к колонне визуализируемого образа. Если ум блуждает, то приходится сдерживать его при помощи крюка бдительности.
Мадхьямакахридая говорит:
Когда слон ума блуждает, его следует привязать верёвкой внимания, к прочной колонне ментального образа, и контролировать при помощи крюка мудрости.
Беспокойство ума происходит из-за напряжения, обусловленного чрезмерным усилием, тогда как вялость топит ум в глухоте и ослабляет, вызывая тупость. Безупречного погружения надо добиваться, достигая гармоничного равновесия между усилием и расслаблением, а потом поддерживать такое состояние. Мастер Чандрагомин64 учит:
Излишнее напряжение вызывает появление беспокойных мыслей; Пере расслабление рождает тупость. Равновесного баланса тяжело добиться. Зачем же волновать ум?
Похожее заявление имеется и в Дешанастава Чандрагомина:
Перенапряжение при концентрации вызовет чувственное побуждение. Пере расслабление приводит к подавленности. Тогда как среднего положения так тяжело добиться. Зачем же возбуждаться?

Методы реализации успокоения.

Четыре метода реализации успокоения таковы:

1 Восемь пунктов ментальных процессов стабилизации.
2 Девять стадий успокоения ума.
3 Шесть мощных методов достижения этих стадий.
4 Четыре ментальных применения этих принципов.

Восемь пунктов ментальных процессов для стабилизации.

Касаясь восьми пунктов ментальных процессов, Мадхьянтавибхага говорит:

Все цели можно осуществить
Приводя ум в успокоение,

Делая его гибким
Через отказ от пяти недостатков
И развёртывание восьми ментальных процессов.
Лень, забывчивость,
Тупость, чувственное побуждение,
Отсутствие ментальной бдительности,
Или ненужная бдительность –
Составляют пять недостатков.
Приведение ума в успокоение – причина,
Успокоение – результат.
Сохранение в памяти объекта визуализации,
Обнаружение тупости и чувственного побуждения,
Отказ от недостатков,
Применение лекарств,
Достижение внутреннего успокоения –
Вот восемь ментальных процессов.

Выше была изложена идентификация пяти недостатков и восьми ментальных процессов. Как достигают созерцательного погружения отказываясь от первых [пяти недостатков]? Когда в исходном положении одолевают три формы лени65, и не находят удовольствия в медитации на успокоении, тогда следует стремиться сознавать преимущества успокоения и возбуждать три вида доверия, кои подвигают ум к медитации. Кроме того, надо иметь тягу к ментальному успокоению, и развивать сильное и постоянное стремление идти к нему. Видя вред лени и выгоды успокоения, следует попробовать избавиться от первой и практиковать второе. Поступая таким образом, надо с радостью переносить утомление и напряжение, с тем чтобы постепенно приобрести совершенную лёгкость тела и ума. Когда ум, в медитации, забывает наставления и начинает отвлекаться, следует неустанно усиливать внимательность, вновь и вновь направляя ум к его первоначальной визуализации. В тот момент, когда возникают тупость или беспокойство, или чувствуют возможность их появления, надлежит следить за ней с бдительностью и чётко распознавать. Если не получается усилить концентрацию ума, вследствие ментального рассеяния, вызванного тупостью или беспокойством [чувственным побуждением], то [в случае тупости] надлежит лечить напряжением или [в случае чувственного побуждения] расслаблением. Когда ум становится чрезмерно беспокойным при противодействии нарастанию тупости или чувственного побуждения, его следует привести в равновесие и уверено поддерживать в состоянии погружения. Это метод достижения успокоения описан во многих трактатах по медитации и наставлениях к ним.

Девять стадий успокоения ума.

Разъясняя "успокоение ума" на первой стадии Сутраламкара комментирует:
Надо сконцентрироваться на визуализируемом образе, и не отвлекаться от потока непрерывности.
На этом уровне требуется фокусировать ум на выбранном образе объекта каждый раз возвращая беспокойный ум обратно, уводя от всякой мысли о внешних феноменах. Тот же текст даёт комментарии о поддержании концентрации на второй стадии:
Следует поддерживать это состояние концентрации.
Здесь медитатор, ранее зафиксировав ментальный фокус, должен продолжать концентрироваться на нём, в то же время оберегая от какого бы то ни было рассеяния. Вышеприведённый текст даёт комментарии об оживлении концентрации на третьей стадии:
Тотчас осознавай любые блуждающие мысли, и вновь направляй ум к установленному состоянию.
Медитатор должен оживлять концентрацию, немедленно обнаруживая любое внутреннее рассеяние и отсутствие внимания, и затем вновь направлять ум на объект созерцания. Относительно четвёртой стадии "жёстко установленного ума", Сутраламкара поясняет:
Умелый медитатор направляет ум всё более в глубь и усиливает концентрацию.

Медитатор должен раз за разом отнимать ум от рассеяния, при этом устанавливая его со всё более растущей концентрацией и чуткостью. Пятая стадия касается "овладения концентрацией". Ум тренируется, оценивая добродетели успокоения, через интенсивную медитацию; в том же тексте поясняется:
Осознавая добродетели [успокоения], тренируют ум в успокоении.
Шестая стадия имеет дело с "укрощением." Неохоту добиваться созерцательного погружения укрощают рассматривая вредные последствия ленности; опять же в Сутраламкаре сказано:
Понимая вредоносные результаты ленности, устраняют неохоту добиваться успокоения.
Седьмая стадия относится к "полному укрощению ментальных недостатков." Вожделение, беспокойство, вялость, сонливость и другие возмущения успокоения укрощают применением соответствующих лекарств от каждого. Тот же текст комментирует:
Когда ум возбуждён вожделением, беспокойством и так далее, устраняйте каждое, как только оно появляется.
Восьмая стадия касается "однонаправленной концентрации." Здесь следует поддерживать спокойное погружение для того, чтобы сделать последующее его достижение постоянным и не требующим усилий. Сутраламкара сообщает:
Стоит монаху медитатору увеличить свои созерцательные усилия, он достигнет совершенного, естественного погружения.
Девятая стадия имеет дело с "приведением ума в спокойное равновесие." Овладение восьмой стадией вызывает спонтанное, без усилий и естественное погружение. Тот же текст комментирует:
Овладение спокойным равновесием позволит медитировать без усилия.

Шесть мощных методов достижения этих стадий.

Как сказано в Шравакабхуми, успокоения добиваются используя шесть мощных методов:

1 Силу слушания [рассуждений].
2 Силу созерцания.
3 Силу внимательности.
4 Силу бдительности.
5 Силу старания.
6 Силу практики.

(1) Успокоения ума добиваются силой слушания. Просто слушая наставления о способе успокоения ума посредством визуализации, можно научиться устанавливать ум на любом ментальном образе.
(2) Поддерживаемое успокоение ума достигается путём созерцания. При помощи повторяющегося созерцания образа ранее изученного объекта, появляется возможность устанавливать ум на немного более длительное время.
(3) Благодаря силе внимательности достигают двух стадий: твёрдого успокоения ума и точной фокусировки внимания. Если ум отвлекается от визуализации, его возвращают обратно к образу при помощи внимания. В первую очередь, приложением силы внимательности следует предотвращать рассеяние от визуализируемого образа.
(4) Овладения концентрацией и усмирения неохоты добиваться успокоения достигают за счёт силы бдительности. Бдительный ум обнаруживает появление грубого и тонкого загрязнений66, а сознание их вредоносных результатов не даёт блуждать уму.
(5) Стадии полного усмирения ума и однонаправленной концентрации можно достичь благодаря силе старания. Здесь позади оставляют грубые и тонкие загрязнения и стремятся обрести постоянное, гармоничное погружение непроницаемое для тупости или чувственного побуждения.
(6) Спокойное равновесие может быть достигнуто через силу практики. При помощи непрерывной практики и владения предыдущей стадией добиваются состояния спокойного погружения без усилий и спонтанно.

Четыре ментальных применения этих принципов.

Чтобы достичь упомянутых выше девяти стадий успокоения, следует кроме того использовать четыре ментальных применениями. Они таковы:

1 Применение напряжённой концентрации.
2 Применение с перемежающимися паузами.
3 Применение без пауз.
4 Естественное и спонтанное применение.

Достижение первой и второй стадии требует огромного усилия, отсюда ударение на применение напряжения концентрации. Применение с перемежающимися паузами надлежит использовать тогда, когда стадии успокоения с третьей по седьмую невозможно поддерживать из-за вмешательства тупости или беспокойства. Восьмую стадию успокоения, не возмущаемую тупостью или страстью, можно поддерживать применением без пауз. На девятой стадии добиваются спокойного погружения естественным и спонтанным применением. Шравакабхуми сообщает:
Знайте, что для того, чтобы реализовать девять стадий успокоения, надо использовать четыре ментальных применения. Этими ментальными применениями пользуются, дабы достичь различных стадий успокоения. Применение сконцентрированного усилия выводит на первую и вторую стадии успокоения. Применение с перемежающимися паузами относится к стадиям с третьей по седьмую, таким как (3) фиксированная внимательность через уход внутрь, (4) более интенсивная внимательность, (5) укрощение ума, (6) усмирение ума и (7) полное усмирение ума. Применение без пауз даёт возможность реализовать не прерываемое успокоение восьмой стадии. Применение стадии без усилий приводит к достижению окончательного погружения.
Названия девяти стадий успокоения данные здесь [основанных на Шравакабхуми] отличаются немного от названий сообщённых ранее, но по существу они те же. Опять, ментальное напряжение с перемежающимися паузами применяется к первой и второй стадиям успокоения. Напряжение также применяется к пяти следующим стадиям. В чём разница? Термин "ментальное напряжение" используется для первых двух стадий, потому что ум, большей частью, не пребывает в спокойном погружении; отсюда необходимость напряжения. Термин "ментальное напряжение с перемежающимися паузами" используется потому, что, хотя ум, большей своей частью, и находится в спокойном погружении, однако, напряжение необходимо, когда такое успокоение пропадает. В стремлении к успокоению, если допустить рассеянию вмешаться в медитацию, оно [успокоение] не будет достигнуто даже спустя тысячу лет. С другой стороны, если пытаются обрести все благоприятные условия, какие положено, и работают постоянно без перерывов или отвлечений, сказано, что вскоре достигают успокоения. Бодхипатхапрадипа сообщает:
Когда нарушены условия для успокоения, то не имеет значения, как продолжительна медитация, успокоение не будет достигнуто даже через тысячу лет.
Праджняпарамита-самучаягатха сообщает:
Старайтесь достичь спокойного погружения путём не прерываемого созерцания внутренней чистоты. Глупо пытаться вызвать искры делая долгие паузы между ударами двух кремней друг о друга, так и медитация от случая к случаю не приведёт к успокоению. Не останавливайтесь пока совершенство не достигнуто!
На этом заканчивается разъяснение медитации успокоения.

ГЛАВА ТРЕТЬЯ:
Стадии успокоения и постижения.

ЧАСТЬ II: Постижение.

Медитация постижения делится на две главные категории:

1 Общую медитацию постижения.

2 Методы достижения сущностного видения: перечисление методов используемых буддийскими школами для получения такого видения.

Общая медитация постижения.

Есть три вида постижения:

1 Постижение на мирском уровне.
2 Постижение на сверхмирском уровне.
3 Постижение в традиции Махаяны.

Первое постижение воспринимает внешнюю форму успокоения, второй вид воспринимает постижение, кое, фокусируясь на четырёх благородных истинах, главным образом устраняет я, а последний – это постижение наших медитаций. Самадхинирмочана-сутра упоминает три постижения:

1 Постижение, происходящее из восприятий, относится к постижению, являющемуся результатом проникающего анализа этих восприятий при помощи различных аспектов мудрости.
2 Постижение, возникающее в ходе исчерпывающего исследования, имеет отношение к мудрости, проливающей свет на понимание доктринальной точки зрения, рассматривающей неизвестную внутреннюю реальность.
3 Постижение, происходящее в результате анализа отдельных реальностей означает постижение, кое возникает благодаря сияющей мудрости, в совершенстве изучившей всю реальность. Это относится к практикам медитации, коим следуют уже достигнув вполне определённого видения реальности.

Самадхинирмочана-сутра и Абхидхармасамуччая дают список четырёх постижений, происходящих в результате:

1 Общей дифференциации реальностей при помощи мудрости, изучающей всевозможные обусловленные реальности, включая сюда созерцательные восприятия ментальных осквернений.
2 Совершенной дифференциации при помощи мудрости, коя сама точно настраивается на истинную природу реальностей.
3 Расширенного изучения, имеющего отношение к интеллекту, который в целом отличает относительную природу феноменов и их окончательную природу.
4 Проникающего анализа, имеющего отношение к совершенной мудрости, проводящей тонкое разграничение разных реальностей и их предельной природы.

Шравакабхуми упоминает:
Существует шесть способов того, как обрести постижение, и они включают в себя остальные методы. Шесть методов, посредством коих добиваются постижения суть изучение концептуального значения реальности, её субстанциональности, её характеристик, пространства и времени, и суть логическое исследование.
Этот отрывок показывает средства раскрытия постижения путём исследования [видимой и предельной] реальностей. Сутраламкара сообщает:
Изучай постоянно проявления ума. Дроби на составляющие их аспекты. Выдели единый аромат мыслей и их не определяемую природу67.
Мастер Васубандху даёт подробный комментарий к Сутраламкаре:

Эти четыре строки иллюстрируют одиннадцать назначений интеллекта. Они таковы: (1) исследовать всё, что концептуально, (2) не концептуально, (3) что не является ни концептуальным ни исследуемым, (4) сфокусироваться на успокоении, (5) созерцать постижение, (6) созерцать и успокоение и постижение в объединении, (7) изучать посредством логики ментальные восприятия, (8) созерцать основную причину успокоения,

(9) созерцать рациональность безмятежности, (10) постоянно созерцать действия ума и (11) созерцать объекты благоговения.

Это были одиннадцать путей к постижению. Из них первые несколько суть средства распознания видения [предельной реальности]. Средние суть медитации на полученном видении реальности, а последние несколько методов ведут к усилению видения. Коротко говоря, сутры и трактаты по медитации говорят, что, раскрывая постижение сперва полагаются на мудрость, дабы изучить и распознать видимую и предельную природу психофизических агрегатов и мыслей. Точно так же как огонь возникает в результате трения двух прутьев, так и интеллектуальное изучение [дуалистического восприятия] приводит к зарождению постижения. Раз дерево израсходовано, пламя гаснет. Таким образом, когда постижение рассветает, то и образ изучающего и изучение образа исчезают. Подобные комментарии были сделаны Дипанкарой Атишей. Очень важно достичь такого видения предельной реальности в медитации постижения.

Методы достижения сущностного видения: Перечисление методов используемых буддийскими школами для получения такого видения.

Стремясь к достижению видения предельной реальности, медитатору надлежит рассматривать действительность дуализма на основании двух предпосылок. Первая предпосылка, разработанная Идеалистической Школой [Виджнянавадой], говорит, что реальность феноменов лишена всякой независимой субстанции, поскольку лишь одно сознание проявляется в разных внешних реальностях, и такое сознание со возникает вместе с воспринимаемыми им образами. Это теория Школы Только Сознания была изложена Буддой Майтреей Асанге, который передал учения своему брату Васубандху. Другая посылка, известная как принцип взаимного исключения, придерживается той точки зрения, что, поскольку объективные феномены лишены какой-либо субстанции, воспринимающий их интеллект просто не может иметь какой бы то ни было сущности. Это представление Школы Среднего Пути [Мадхьямака68]. Для обеих данных школ Буддизма Махаяны фундаментальным доктринальным взглядом [на действительность] является не двойственное осознавание. Нагарджуна и его духовный сын Арьядева описали так же то, как Школа Действительных Относительных Феноменов [Сватантрика-Мадхьямака] определяет видение реальности. Данная школа придерживается мнения, что нельзя найти ничего существенного или действительного ни в каких дуалистических реальностях, коль скоро они тщательно исследованы с помощью логического анализа, – это называется не существованием одной или многих [абсолютных сущностей]. Эта школа допускает присутствие переживаемого феномена, описываемого, как не концептуальное осознавание, надёжно установленное в своей сверх воспринимаемой простоте. Отсюда, такое запредельное состояние обозначается как сокровенная распознающая мудрость. Прасангика-Мадхьямака принимает, в качестве своего сущностного видения, запредельное осознавание союза воспринимаемых явлений и неотъемлемой от них пустоты, отвергая при этом две крайние возможности – абсолютную действительность и нигилизм. Медитаторам надлежит стремиться реализовать этот совершенный взгляд на реальность. Используя логические предпосылки, например, взаимную несовместимость одного и многого, им следует обстоятельно проанализировать все субъект-объектные феномены, их сущностную природу, и их причины и следствия особенно по отношению к со возникающему заблуждению, кое цепляется за концепцию "я" и "моё". Это заблуждение есть корень циклического существования. Медитаторам следует определить внутреннюю пустоту феноменов, с тем чтобы удалить концепцию субстанционального дуализма. Используя логику взаимозависимого действия причины и условия, им следует проанализировать все воспринимаемые явления для того, чтобы опровергнуть концепцию нигилизма. Индийскими и тибетскими учителями были предложены другие теории. Одна теория отстаивает позицию, где медитатор осознаёт тот факт, что субъективная и объективная реальности – лишь творения ума. Она предлагает медитатору установить пустотность ума, познавая, что ум не имеет сущности и лишён любых концептуальных идентификаций, таких как вечная реальность или не существование, само возникающее бытие или прекращение бытия. Наконец, медитатору

надо развить совершенный взгляд, заключающийся в осознавании присущей всем феноменам природы, как неопределимого, всеохватывающего мира [высшей] простоты. Отталкиваясь от этого, я теперь начну объяснение методов реализации медитативного постижения, описанных в доктринальных трактатах Махаяны.

Методы достижения сущностного видения: Используемые в данном случае методы, пригодные чтобы добиться этого: Медитация на бессамостности вообще.

Здесь три раздела:

1 Зачем медитировать на бессамостности.
2 Как медитировать на двух видах бессамостности.
3 Возникновение видения в ходе медитации.

Зачем медитировать на бессамостности.

Дабы распознать я и цепляние ума за я, говорится, что, хотя дуальность и лишена сущности, она, из-за врождённого заблуждения, ошибочно мыслится обладающей субстанциональностью. Ум развивает привязанность и прилипает к двум само сущностям субъекта и объекта. Обратно, не существование двух внутренних самостей есть не двойственность. Чандракирти69 в своём комментарии к Чатухшатака говорит:

То, что описывается как я [атман] есть сущность или врождённая суть, существование коей не зависит от внешних условий. Бессамостность [анатман] есть отсутствие такого я. Бессамостность материальных и ментальных феноменов так названа потому, что формально различают на материальные элементы и личность [дхарма и пудгала].

Дхармакирти говорит:

Двойственные реальности, классифицируемые согласно их внутренним характеристикам, обозначаются "дхармами" [элементами материальных феноменов], в то время как о личности говорят, как представляющей собой человеческий поток сознания, который сращивается с физическими составляющими.

До Силбу подводит итог:

Все [реальности] элементов, со свойственными им характеристиками обозначаются "дхармами". Поток сознания обозначается как личность.

Самость личности [пудгала-атман] представляет собой внутреннее сознание, кое приписывает себе, как свою собственную природу, вечную, независимую сущность, и тем самым прилипает к понятиям "я" и "моё". Самость материальных элементов [дхарма-атман] является продуктом ума, принимающего реальности, такие как физические составляющие жизни, за объективные реальности, составленные из внутренней субстанции, и прилипающего к ним как таковым. Эти две самости питают карму70, осквернение, мучение страдания и зло.
Шри Дхармакирти комментирует:

Мысля себя,
Воспринимают существование других.
Различение на себя и других
Является причиной привязанности и ненависти.
Запутавшись в них, страдают.

Ратнавали поясняет:

**До тех пор пока существует прилипание к агрегатам [жизни],
Столь же долго остаётся и цепляние к я.
Когда есть прилипание к себе,
Возникает карма.
Карма влечёт перерождение.**

Дабы устранить поток существования, вызванный цеплянием к я, важно медитировать на смысле бессамостности. Дхармакирти говорит:

**Без подчинения субъективной основы такого [я]
Его нельзя устранить.**

Чатухшатака комментирует:

**Когда воспринимают отсутствие самости воспринимаемой основы,
Семя циклического существования перестанет существовать.**

Мадхьямакаватара говорит:

**Все загрязнения и мучения происходят
Вследствие представления преходящих агрегатов бытия как реальных.
Только так воспринимая и исследуя сферы этого я,
Йогин сможет удалить [я].**

**Только медитируя на истине отсутствия самости
Можно удалить ложное видение
И прилипание к "я" и "моё".
С их устранением прекращается перерождение,
Вызванное цеплянием, чувственностью и тому подобным,
Таким образом, в конце концов, достигают освобождения.**

Муламадхьямака-карика говорит:

**Раз "я" и "моё" устранены,
Цепляние заканчивается.**

Опять, тот же текст сообщает:

**Вместе с устранением "я" и "моё",
Внутренняя и внешняя реальности,
Психофизические агрегаты исчезают.
На этом перерождение, карма и осквернения прекращаются,
И тем самым достигается освобождение.**

Как медитировать на двух видах бессамостности.

Эта медитация выполняется путём:

**1 Сведение на нет "я" личности.
2 Сведение на нет самостоятельной реальности элементов.**

Сведение на нет "я" личности.

Ратнавали формулирует точку зрения Мадхьямики:

Утверждение действительности "я" и "моего" является искажением священной истины.

"Я" личности таким образом объявляется несуществующим. Логика, касательно несуществующего я, констатирует, что, если я существует, оно должно возникать или в себе, или в других, или в том и другом, или появляется в трёх периодах времени. Поскольку такое я не возникло в них, оно – несуществующе. Тот же текст говорит:

Поскольку я не возникло
Ни во мне, ни в других, ни во мне и ни в других,
И не было рождено в трёх периодах времени,
Прилипание к я, следовательно, можно устранить.

Кроме того, если я личности существует, оно с необходимостью должно быть или тождественно психофизическим агрегатам, или отлично от них. Обе эти гипотезы несостоятельны.
Муламадхьямака-карика комментирует:

Когда говорят, что никакого я не существует
Помимо стремящихся-переродиться агрегатов –
Это значит, что такие агрегаты тождественны с я.
Тогда я действительно не существует.

Тот же текст сообщает:

Если агрегаты – это "я",
То оно так же будет подвержено рождению и смерти.

Таким образом опровергается утверждение, что я тождественно с психофизическими агрегатами. Ведь если предположить, что [самостоятельное] я подчинено циклу рождения и смерти, то такое [противоречие в себе] опровергается при помощи следующих заключений. ["Я", утратившее свою длящуюся природу, сделало бы возможность] воспоминания – немыслимой. Память о прошлой жизни была бы невозможна, совершенная карма не порождала бы результатов, и следствия переживались бы без кармических причин.
Раздельные реальности "я" и агрегатов также опровергаются в том же тексте:

Если я – отдельная от психофизических агрегатов сущность,
Характеристики этих агрегатов становятся недействительными.

Текст продолжает:

"Я" – сущность,
Отдельная от стремящихся-переродиться агрегатов –
Это утверждение немыслимо,
Ибо, если бы объективная реальность
Без агрегатов была возможна,
Тогда познание было бы невозможно.

В Мадхьямакаватаре сказано:

Из всего этого следует, что
"Я" не существует
Отдельно от агрегатов;
Вне этих агрегатов
Нет того, кто воспринимает.

Подразумевается, что с устранением я личности, сводятся на нет существования [субстанциональной природы] её частей, таких как глаза, нос и остального.
Муламадхьямака-карика сообщает:

Если "я" не существует,
Как может оставаться "моё"?

Мадхьямакаватара сообщает:

Поскольку нет того, кто действует – нет действия,
Ибо не может быть никакого я личности, коей не существует.
Следовательно, искатель истины, который постигает
Пустоту "я" и "моего",
Добьётся совершенного освобождения.

Следующее – это итог медитации на отсутствии самости личности, изложенный в первом трактате Бхаванакрамы:

Нет личности, воспринимаемой отдельно от агрегатов, элементов и способностей чувств. Самость не есть сущность агрегатов и т.д., потому что те по сути своей преходящие и составные, между тем как личность определялась другими [например, в брахманической традиции] вечной и независимой сущностью. Эта самость или иная не определяемая самость не могут существовать в качестве самостоятельных сущностей, поскольку нет действительной субстанции. Поймите, что всё то, что мыслится как "я" и "моё", является совершенным заблуждением в преходящем мире!

Сведение на нет самостоятельной реальности элементов.
Базисом обозначения личности являются "дхармы", такие как психофизические агрегаты, элементы и способности чувств. Поэтому сведение на нет их внутреннего бытия показано в Муламадхьямака-карике таким образом:

Оно не не возникает из себя
Ни из других,
Ни из себя и не из других,
Ни из беспричинности,
Составные реальности так не появляются.

Возникновение самости тем самым отрицается путём четырёх форм вывода. В первом выводе отрицается существование внешней независимой самости. Тот же текст сообщает:

Если самость есть индивидуальное бытие, просто слияние причины и следствия,
То производитель и производное стали бы одной сущностью.

Второе заключение отрицает самость, как происходящую из-за внешних причин. Согласно Мадхьямакаватаре говорится:

Если бы причинность самости была внешней,
Тогда бы эта причинность и беспричинность оказались бы тождественными.

Затем отрицая последние два предположения, Мадхьямакаватара суммирует:

Самость не появляется ни из себя ни из других,
Равно ни из слияния этих двух факторов.
Нет ничего, что не зависит от причин.
Следовательно, все реальности лишены само-сущности.

Поскольку психофизические агрегаты и прочие реальности обусловлены, в них не может содержаться присущей им само-природы. Муламадхямака-карика утверждает:

Обусловленная внутренняя природа

Подразумевает созданность.
Разве возможно, чтобы внутренняя природа
Была обусловленной?

При исследовании и изучении обнаруживается, что все вещи – субъект и объект – не имеют субстанции. Если бы они были субстанциональны, их субстанциональность должна была бы состоять или из одной или множества сущностей. Однако, ничего этого нет. Дхармакирти объясняет:

Изучая вещи, обнаружишь,
Что нет субстанции в них.
Они лишены единой,
Или множественной внутренней природы.

Бодхичиттавивараna комментирует не существование единой само-природы:

Материальные элементы, частицы и чувственные восприятия
Не рождаются [из внутренней природы],
Ибо она вне воспринимаемых реальностей.
Они возникают из-за взаимодействия причин и условий;
Присутствие [внутренней природы] в них было бы нелогичным.
Даже субатомы различаются
В смысле [трёх] пространственных измерений;
Разве могут существовать [последние] частицы,
Коль скоро они определяются через отношение?

Касаясь не существования множественной сущности, тот же текст сообщает:

Внешний феномен воспринимается
По-разному различными уровнями сознания.
На тело, очаровывающее красотой,
Смотрят по-разному:
Странствующий йогин воспринимает его, как труп;
Чувственный человек воспринимает его, как объект вожделения;
Собака глядит на него, как на еду.
Это три разных восприятия.

Почему появляются такие различные реальности субъект-объекта? Они появляются как внешние манифестации искажённого восприятия из-за скрытых осквернений.
Ланкаватара разъясняет:

Ум, взволнованный скрытым загрязнением,
Вызывает явление внешней реальности.
Но вне ума, реальности не существует.
Восприятие внешних феноменов, как действительности,
И есть искажение.

Видимость внешней реальности сродни созданию волшебника. Самадхираджа иллюстрирует это:

Маги при помощи колдовства вызывают видения лошадей,
Слонов, колесницы и других форм.
Эти явления иллюзорны.
Пойми все вещи, как такие!

Первый трактат Бхаванакрамы комментирует короткую медитацию:

Медитируй на отсутствии самости всех вещей, которые состоят из пяти психофизических агрегатов, двенадцати чувственных образований и восемнадцати областей элементов. В конце концов, иначе, как будучи проявлениями ума, эти агрегаты, чувственные образования и элементы не имеют независимой реальности. Объект привязанности не может существовать, ведь сущности самой действительности не существует. Это видно по их редукции к частицам, а в конечном счёте к исчезающе малым пропорциям. Рассматривая таким образом реальность, следует размышлять, что с безначального времени, из-за крепкого прилипания к видимой реальности феноменов, незрелые чувствующие существа ошибочно принимали манифестации ума за внешнюю реальность точно таким же образом, как спящий человек считает свои сны правдой. В конечном счёте, всё это только проявления ума.

Возникновение видения в этой медитации.
Отрицание двух самостей следует проделать, дабы удалить заблуждение, воспринимающее дуальность за истинную реальность. В действительности, столь же не верно липнуть и к концепции нигилизма и пустоты по отношению к дуальности.
Муламадхьямака-карика сообщает:

Победоносные будды объясняли:
Пустота освобождает
От всех концептуальных взглядов,
Но тот, кто концептуализирует пустоту,
Не сможет реализовать освобождение.

Махаратнакута разъясняет:

Будда: Кашьяпа, видеть своё я столь же высоким как Гора Сумеру менее разрушительно, чем цепляние к точке зрения пустоты. Почему? Если пустота освобождает от всех взглядов, тот, кто держится за пустоту не может достичь освобождения.

Бодхичиттававирана говорит:

Концептуализация пустоты,
Как не возникающей, пустой или лишённой самости –
Это медитация низкого ума.
Это что угодно только не медитация на пустоте!

Атиша проясняет это:

Лишь через овладение искусными средствами71
И созерцанием запредельной мудрости
Можно скоро обрести просветление,
А не через одну медитацию на отсутствии самости.

Как же так? Дуальность появляется в результате взаимозависимой активации причин и условий. В ходе исследования и изучения феноменов обнаруживается, что они не имеют само-природы или сущности. Следовательно, нет такой совершенной реальности или субстанции, кою можно было бы идентифицировать.
Муламадхьямака-карика комментирует:

Ничего не существует,
Что не является взаимозависимым приведением в действие.
Следовательно, ничего не существует,
Что не есть пустота.

[Тот же текст добавляет]:

Не концептуализируй феномены,
Как пустые или не пустые!
Воздерживайся от утверждения и отрицания того и другого;
Описывай только, чтобы обозначать!

Ибо утверждать – считать это вечным;
Отрицать – видеть это как ничто.
Умелые медитаторы не должны ни
Утверждать ни отрицать.

Комментарий на Сатьядваявибхангу объясняет:

По этой причине, нет ни пустоты ни не пустоты,
Ни утверждаемой ни отрицаемой,
Ни возникающей ни не возникающей –
Таково учение Сияющего Победителя.

Человеческий ум, привыкший к разным восприятиям действительности, пугается обнаружив нереальность [пустоту] тех восприятий действительности или объектов воображения, к которым ум обычно липнет. Ум, который находит удовольствие в таких базовых восприятиях, прилипает к концепции этернализма или нигилизма, пустотности или не пустотности. Это причиняет страдания в преходящем мире.
Отсюда, Ратнавали заключает:

Человеческие существа, которые боятся
Нереальности воспринимаемого мира,
Находят удовольствие вымышляя его действительность.
Цепляясь или за концепцию этернализма или нигилизма,
Неразумные люди вызывают своё падение.

Так как все дуалистические реальности не являются ни субстанциональными ни ничем, следует ли тогда считать эти реальности проявлением внутреннего осознавания? Эта манифестация переживается при определённых условиях. Но даже и тогда, такое внутренне осознавание не имеет истинной реальности.
Ланкаватара говорит поддерживая этот взгляд:

Внешняя действительность не субстанциональна ни ничто;
Также и ум – не сущность.
Удаление всех точек зрения – критерий
Невозникновения [пустоты].

Бодхичарья-аватара говорит:

[Автосознание] нельзя воспринять
Ни чувствами,
Ни им самим;
Изучать, является ли автосознание самовозникающим или нет, –
Всё равно, что описывать манеры поведения сына бесплодной женщины –
Это упражнение на бессмысленность.

Тот же текст продолжает:

Когда, в поле видимости ума,
Не наблюдается [никакой сущности у] составных и не составных вещей,
Тогда нет и никакой другой реальности,
И прилипание [к воображаемой сущности] спокойно приводится
В не концептуальное состояние.

Первый трактат Бхаванакрамы резюмирует:

Созерцай, что три плана существования имеют ментальное происхождение, ведь они обозначены умом. Анализируя ум, медитатор изучает сущность всех вещей.

Анализируя суть ума, следует созерцать, что ум сам не может быть совершенной реальностью. Как может этот ум быть таковым, когда он принимает ложные внешние формы за совершенные реальности, пусть даже эти "реальности" – лишь его манифестации? Равно как материя и другие чувственные объекты – нереальны, так и ум. Чувственные объекты составлены из разных явлений; они суть ни единичная сущность и не сложены из многих сущностей. Ум не отличается от таких характеристик, так как он ни единая сущность ни многие сущности. Ум – эфемерен. Эфемерную природу феноменов надо установить тем же самым способом, что и с умом.
Глубокое изучение сущности ума посредством мудрости открывает, что ум в предельном смысле не обладает ни внутренней ни внешней реальностью. Однако без рассмотрения этих двух реальностей, ум нельзя познать. Ум не в прошлом, ни в настоящем и не будущем. Возникающая мысль не имеет наблюдаемой точи входа и окончания после своего прохождения. Ум нельзя ни потрогать ни продемонстрировать; у него нет структуры. если его нельзя поймать или продемонстрировать и у него нет структуры, может возникнуть вопрос относительно сущностной природы ума. Ответ излагается в Ратнакуте:

Будда: Кашьяпа, как ни исследуй ум, его нельзя обнаружить. Эта неузнаваемая природа не может быть познана. То, что не познаётся, не имеет прошлого, будущего ни даже настоящего.

Данный метод медитации слишком высок для тех, кто воспринимает пустоту прибегая к анализу или концептуализации. Сутраламкара заключает:

Знай, что помимо ума ничего не существует,
И что так же сам ум не существует.
Пойми, проницательный медитатор, нереальность того и другого,
И оставайся – вне дуальности – во всеохватывающей пустоте.

Мастер Васубандху, в своём комментарии, соглашается:
Понимая, что помимо ментального образа нет ничего, что можно познать, осознают не существование ума, так как без внешней реальности нет внутренней реальности. Всесторонне охватывая эту недвойственностью остаются в несвойственном протяжении реальности. Таково прямое родство со все-пронизывающим пространством реальности.

Методы достижения сущностного видения: Методы пригодные для этого, используемые здесь: Особые методы медитации на видении предельной реальности.

Эта часть делится на три секции:
1 Идентификация совершенного видения реальности72. 2 Медитация спокойного погружения. 3 Достижение восприятия после погружения.

Идентификация совершенного видения реальности.

Медитировать на истинной природе ума, предполагая, будто он субстанциональный, несуществующий, то и другое сразу, либо ни то и ни другое – значит впадать в крайности монистического этернализма или материалистического отрицания. Вместе с тем, медитировать на концепции пустотности73 как не возникающей74 или не образной значит интеллектуализировать пустоту; следовательно, такое видение внутренней реальности – не истинно. Что тогда является истинным видением? Истинное видение можно определить либо через предписанную доктринальную диалектику либо при помощи созерцания, сообразно ключевым наставлениям, путём удаления всех искажений или

скептических взглядов. Истинное видение заключается в достижении чётко определённого осознавания того, что субъект-объектные феномены суть лишь манифестации ума, и что истинная реальность ума не содержит никакой сущности. Подобно пространству ум не запятнан ни субстанцией ни концептуальной отметиной, и свободен [от возникновения, пребывания и прекращения]. Выходя за границы сферы проникающего интеллекта, он – не прерываемый поток существа.
Для обычного практикующего видение реальности представляет собой восприятие [ума], как иллюзии. Это видение отличается от тонкого осознавания умов на продвинутых ступенях. Истинное видение реальности и внимательность должны достигаться при помощи интеллектуального различения и опытного постижения. Чоньи Мийовай Дхо (Дхарматасвабхава-шуньятачалапратисарвалока-сутра) говорит:
Все вещи, по своей внутренней природе, суть не возникающие, не остающиеся в своей истинной сути, непричастны никакого рода абсолютным функциям и действиям, и находятся вне области концепций и не концепций.
Праджняпарамита-самучаягатха сообщает:
В совершенстве понять, что все феномены лишены присущей реальности, значит проявить трансцендентальную мудрость превосходного пути.
Тот же текст добавляет:
Не концептуализировать [феномены] как [абсолютно] возникающие или не возникающие, или ни то ни другое вместе, значит проявлять трансцендентальную мудрость превосходного пути.
Дхармадхату-пракритьясамбхеданирдеша-сутра поясняет:
Ум не составляет формы: он не может ни конкретизировать ни излучать; его нельзя ни коснуться ни увидеть; он не находится ни внутри ни снаружи ни где-то между. Он совершенно чист, не имея никакой сущности. Для ума нет освобождения75, так как его внутренняя природа – всеохватывающее пространство реальности76.
Умла Тепа говорит:
То, что невыразимо, невообразимо и не определяемо – это трансцендентальная мудрость.
Муламадхьямака-карика определяет:
То, что нельзя ни отбросить ни приобрести, что не разрушается и не существует вечно, что есть ни абсолютное прекращение ни возникновение, – это состояние нирваны.
Атиша подробно разъясняет:
Он – скрытый и не понятийный, ясный и не составной. Изначально чистый, он не возникает ни прекращается. Его природа – нирвана, всеохватывающая реальность (дхармадхату), без центра и горизонта. Наблюдай её с чуткостью, с постижением свободным от концептуализации без чувственного побуждения и тупости.
Атиша даёт комментарии о мудрости:
Все агрегаты, элементы и способности чувств должны пониматься как лишённые абсолютного возникновения, их внутренняя природа – пустота. Такое видение называется мудростью.

Медитация спокойного погружения.

В общем считается, что не рассеиваемое видение реальности есть медитация. Погружение в указанное видение надлежит поддерживать вниманием и бдительностью, воздерживаясь от любого различения и каких бы то ни было представлений. Тем самым ум следует установить в его внутренней естественности "в отсутствии всякого созерцания" и без усилий ни на изменение, ни на увеличение, ни на уменьшение, ни на изучение. Намкха Табю Тингнге-дзингьи До объясняет:
Благодаря амброзии святого гуру понимают, что ум подобен небу. Пребывать единственно осознавая значение ума называется спокойным погружением.
Тингдзин Дампай Дхо говорит:
В присущей реальности природе [дхармата] устанавливают ум – который тождественен ей. Тогда рождается непередаваемый опыт. Это – спокойное погружение.
Сапташатика-праджняпарамита сообщает:

Там, где не отказываются, не принимают и не удерживают никаких из аспектов реальности, присутствует медитация запредельной мудрости. Не созерцание и непредставление – вот эта медитация.
Астасахасрика-праджняпарамита добавляет:
Медитация запредельной мудрости подразумевает не медитировать ни на чём.
Тот же текст так же говорит:
Медитировать на запредельной мудрости значит медитировать на пространстве.
И:
Как пространство не концептуально, так и запредельная мудрость.
Намкха Ринпочай Дхо и Майтрея сообщают:
Нет ничего, что устраняется, ни чего-то, что определяется. Надлежит в совершенстве воспринимать лишь чистую реальность. Благодаря такому восприятию можно достичь освобождения.
Аватамсака сообщает:
Тому, кто стремиться войти в мир действия Победоносного Будды, следует тренировать ум так, чтобы тот был чистым как пространство. Оставляя позади мышление, различение и цепляние к познанию, ты должен попасть в этот мир имея ум подобный пространству.
Сутраламкара продолжает:
Единственно устанавливая ум в пространстве внутренней реальности и стабилизируя внимание чистого осознавания, вскорости пересекут океан достижения.
Бодхичиттавиварана говорит:
Ум, свободный от ментальных образов, обладает внутренней характеристикой пространства, и эта медитация подобная пространству считается медитацией на пустотности.
Атиша разъясняет:
В пространстве внутренней реальности, свободном от всяких концепций, устанавливают ум без различения.
Похожие высказывания великих мастеров будут далее изложены в главе о восприятии после погружения.

Достижение восприятия после погружения.

Когда медитатор воспринимает реальности в состоянии после погружения – фаза отличная от спокойного погружения – ему надо поддерживать ранее приобретённую в состоянии спокойного погружения яркость или силу внимательности. Поддерживая осознавание того, что все явления в действительности лишены врождённой сущности, воспринимающий видит так каждый аспект, стоит тому появиться. Это состояние описывается как восприятие после погружения и аналогично эфемерной иллюзии.
Праджняпарамита-самучаягатха разъясняет:
Понимая, что пять агрегатов подобны волшебной иллюзии, и не сталкивая агрегаты с их иллюзорной природой, освобождаясь от различных дуальностей и устанавливая [ум] в успокоенное состояние, медитатор действительно практикует запредельную мудрость.
Самадхираджа делает похожее замечание:
Подобно миражу, городу-фантому, волшебству и сновидению медитация воспринимаемой реальности лишена истинной сущности. Узнавай все феномены таким же образом.
Относительно аналогии "волшебства", сказано, что медитатор – во время сознавания после погружения – представляет себе все восприятия, как нереальные и иллюзорные. Сосредоточение делается на понимании тождества видимости [реальности] с аналогией "иллюзии". Отсюда обозначение концептуализируемой иллюзии. Хотя иногда и воспринимают иллюзию таким образом, это не совсем точно соответствует термину "медитация по аналогии с волшебством". Каков же тогда иной способ заниматься восприятием после погружения? Необходимо поступать точно так же, как волшебник действует со своим колдовством, воспринимая его как нереальное и вместе с тем оставаясь свободным от прилипания. Хотя зрители и воспринимают видимость волшебной формы такой же, как и он, но в отличии от мага, они считают её чем-то действительным. Подобным образом, тогда как обычных людей одолевает жёсткое прилипание к субъект-объектным феноменам, как будто они – истинная реальность, йогин

пребывает в осознавании, что все видения суть явления, лишённые действительной природы или сущности. Подобно тому, как маг воспринимает вызванные колдовством образы, так и йогин беспрепятственно воспринимает лишь видимость относительных феноменов. Это он делает с осознаванием, что в пределе все реальности лишены истинной природы. Такое видение реальности, как сказано, соответствует смыслу аналогии волшебства. Самадхираджа даёт комментарии о восприятии иллюзии:
Маги вызывают колдовством разные формы лошадей, слонов и колесниц. Хотя те и кажутся как таковые, у них нет реальности. Пойми, что все феномены такие же.
Медитатор, который осознал изначальную чистоту ума, объединяет равновесие погружения, кое неизменно установлено в глубине внутренней реальности, с иллюзорным восприятием после погружения. Он тем самым достигает двукратного просветления – устранения прилипания ко всем дуальностям, и вместе с тем восприятия всех феноменов, как манифестаций внутренней реальности. Праджняпарамита-самучаягатха сообщает:
Он не обдумывает будучи в или вне спокойного погружения, потому что он в совершенстве осознал истинную природу феноменов.
Таким образом, коль скоро медитатор поддерживает реализованное видение высшего понимания, ему надлежит знать, как сохранять его с не отвлекаемым вниманием, оберегать его от тупости или чувственного побуждения с помощью готовности, и усиливать концентрацию беспрепятственного видения реальности. Ему надо также добиться совершенной невозмутимости, коя защищает ум от чувственных отклонений, и следует знать, как эти созерцательные состояния можно достичь при помощи четырёх ментальных сил, таких как внутреннее усилие и т.д. Эти наставления содержатся в Шравакабхуми. Ему полагается знать их применения как для успокоения, так и для постижения. На этом комментарий по медитационной стадии постижения завершается.

ГЛАВА ЧЕТВЁРТАЯ:
Стадии успокоения и постижения.

ЧАСТЬ III: Вычищение сомнений относительно методов поддержания медитативного погружения и видения реальности.

Различие между аналитической медитацией и медитацией концентрации (фиксированного внимания).

Некоторые считают, что медитация учёных наставников – только аналитическая, а медитация нищенствующих последователей – исключительно медитация концентрации. Другие думают, что Буддистские схоласты лишь изучают и исследуют полагаясь на доктринальные тексты, тогда как последователи практикуют спокойное погружение единственно основываясь на практических инструкциях. Это не так. Учёным необходимо фиксированное внимание спокойного погружения, кое концентрируется на предмете медитации, между тем как последователям необходима аналитическая медитация, для того чтобы очистить свой взгляд от искажения и скептицизма. Иначе говоря, видение внутренней реальности достигаемое единственно через аналитическое исследование, сводит такое видение к интеллектуальному упражнению, тогда как видение, полученное только через фиксированное внимание, есть просто переживание ума. Без обоих – фиксированной внимательности и аналитического исследования – будет тяжело осознать суть медитации. Каковы определяющие и различающие факторы фиксированной внимательности и аналитического исследования? Фиксированная внимательность и аналитическое исследование обозначаются согласно их высшей или низшей степени. Аналитическое исследование – это медитационная стадия, коя стремится установить видение внутренней реальности при помощи изучения, построенного на выводах и авторитетных сочинениях. Фиксированная внимательность – это медитационная стадия, когда видение внутренней реальности устанавливается по существу посредством действительного познания, приводящего к медитации спокойного равновесия предельной реальности. Школа аналитического исследования относится к медитационным системам, основанным главным образом на выводном исследовании и авторитетных толкованиях, воплощённых в работах Асанги и Нагарджуны. Медитационная система фиксированной

внимательности добивается совершенного видения сначала путём созерцания действительного познания, а затем в погружении через основную медитацию на предельной природе ума. Система была дана великими мудрецами Сарахой и Шавари. Совершенное видение, обретаемое в этих двух школах необходимо должно быть одним и тем же постольку, поскольку имеется в виду пустота, являющаяся предельной природой. Дже Гецангпа77 комментирует эти системы:

В пределе предмет аналитической школы Буддистских учёных и школы фиксированного внимания нищих йогинов – один и тот же. Причём последняя считается более быстрым путём.

Трудно реализовать совершенное видение полагаясь единственно на авторитетные писания и логический вывод. Как справедливо замечает мастер Чандракирти: "Исследование при помощи авторитетных писаний и выводной логики – это анализ через понятия, который неспособен дать действительное познание." Согласно Буддийской традиции многие из великих Буддийсских учёных, таких как "два великих колесничих", Нагарджуна и Асанга, добивались освобождения благодаря своей верности содержательным наставлениям Буддийского эзотеризма. Другие великие учёные, такие как Наропа и Майтрипа, достигли освобождения следуя содержательным наставлениям предельной истины, хотя и не без попыток сперва добиться его на пути авторитетных писаний и выводной логики. Большинство великих святых Тибета и древней Индии достигали освобождения следуя содержательным наставлениям Буддистского эзотеризма. Встречаются такие, кои полагают, что совершенное видение нельзя реализовать без общего применения авторитетных писаний и выводной логики, и в особенности применения логики, соответствующей Мадхьямаке Нагарджуны и Арьядевы, духовных отца и сына. Пожалуй, эта точка зрения отвечает лишь личным слабостям, но отнюдь не верна. Если бы это утверждение было справедливым, следовало бы, что прежде сочинения текстов по логике Мадхьямаки, Нагарджуна и Арьядева не реализовали совершенное видение. Такая точка зрения далее подразумевала бы, что также Будда, бодхисаттвы и многие великие пробуждённые Тибета не реализовали совершенного взгляда. С этимологической позиции, термины такие, как "исследование" и "внимательность", обозначают анализ и спокойствие ума. Трудности возникли бы, если бы пришлось не согласиться с этими определениями. Аналитическая медитация, в качестве предмета исследования, включает в себя всю доктрину, начиная с редкой возможности получения счастливого человеческого состояния, и кончая непостоянством и определением двух типов бессамостности. Медитация фиксированного внимания содержит все медитации погружения на основе определения, сделанного при предыдущих исследованиях. Такая концентрация поддерживается при помощи внимания и бдительности. Некоторые рассматривают аналитическое исследование и фиксированную внимательность как взаимно исключающие друг друга. Они оспаривают то, что ум можно привести в успокоение одновременно с соперничающим исследованием при помощи проникающего интеллекта. Помимо этого они считают, что анализ невозможен, пока ум остаётся в успокоении, то есть не понятийном состоянии. Первый трактат Гомрим (Бхаванакрама) сообщает:

Пока ум находится в успокоении, его исследуют при помощи интеллектуального распознавания. Интеллект в равновесном погружении должен сам исследовать [природу ума].

Мастер Васубандху, в комментарии на Сутраламкару, ссылается на разнообразные медитации постижения: медитации как с или без общего рассмотрения, так и с или без проникающего анализа, и медитации, занимающиеся только проникающим анализом. Многие из аналитических медитаций надлежит практиковать без возмущения состояния фиксированной внимательности. Использование бдительности в установленном успокоении – это уже форма исследования [просто, чтобы отмечать появление чувственного побуждения или тупости]. Существует много подобных примеров.

Применение анализа и концентрации к успокоению и постижению.

Некоторые люди полагают, что чередуя медитацию фиксированного внимания с исследованием, невозможно реализовать успокоение. Они настаивают на том, что

медитация успокоения неизменно должна быть фиксированным состоянием и считают, что анализ, использующий распознающую мудрость, – в медитации постижения – вызывает прекращение постижения. Эти взгляды неверны. Если бы вышеупомянутая точка зрения на фиксированную внимательность, выражаемая некоторыми людьми, была бы правильной, то такие медитации, как "исчерпывающий анализ78", "внутреннее изучение, имеющее целью устранение загрязнения79", и т.д. нельзя было бы употреблять в качестве объектов медитации успокоения. Отсюда следовало бы, что применение распознающей мудрости и твёрдой бдительности при овладении успокоением было бы столь же ошибочным. Такая точка зрения истолкователя постижения противоречила бы традиционному взгляду о том, что при завершении анализа анализирующий интеллект в конце концов спокойно устанавливается [в состоянии успокоения]. Согласно позиции толкователя, не понятийное и не возмущаемое постижение, упоминаемое в Бхаванакраме, невозможно. Более того, утверждается, будто медитационный анализ и успокоение, постижение и фиксированное внимание взаимно исключают друг друга. Этот взгляд предполагает, что анализ является полностью интеллектуальным различением, а успокоение совершенно не концептуально. Считается, что состояние постижения прекращается, когда прогрессирует медитация фиксированного внимания. Следовательно, постижение непременно должно быть связано с распознающим интеллектом. Справедливость подобных утверждений означалала бы невозможность объединения успокоения и постижения, и отрицала бы сродство между не понятийным восприятием и постижением. Это очень большое заблуждение. Как же тогда следует практиковать? На ступени успокоения медитируют в основном на фиксированной внимательности, согласно методам изложенным в девяти стадиях успокоения ума. Но и тогда необходимо применять анализ, коль скоро установлено спокойное равновесие. Первый трактат Бхаванакрамы сообщает:

Когда в уме преобладает полный покой, используй обстоятельный анализ ко всем психофизическим агрегатам и элементам [потока бытия].

Существует множество рекомендуемых аналитических методов практики на ступени успокоения. Например, созерцание уродства в качестве противоядия от вожделения, созерцание любви против ненависти, и созерцание закона взаимозависимой активации – от неведения. Подобно этому, в медитации постижения преобладают исследования при помощи трёх или четырёх методов. Постижение не пропадает, когда анализирующий интеллект в конце успокаивается; так что не остаётся и следа двойственности. Это успокоение аналитического интеллекта является стадией чистого постижения, на которой необходима медитация фиксированного внимания. Кашьяпапариварта-сутра говорит:

В огне, возникающем при трении двух кусков дерева, затем сгорают оба куска. Подобно этому, распознавание двойственности питает мудрость, коя затем уничтожает оба [дуалистических представления].

Муламадхьямакаватара объясняет:

Люди связаны дуалистическими концепциями. Йогины, кои преодолевают дуализм, достигают освобождения. Плод совершенного анализа есть полная отмена различения. Так говорят мудрые.

Раз объединение успокоения и постижения достигнуто, основное медитационное усилие полагается направлять на фиксированное внимание, и время от времени на аналитическое исследование80. Ниже будут процитированы авторитетные сочинения. Для обычных последователей рекомендуются следующие методы. Если тебя одолевает внутреннее отвлечение81, происходящее из-за чрезмерного анализа, медитируй успокоение; медитируй постижение, если одолевает депрессия, обусловленная чрезмерной медитацией фиксированного внимания и успокоения; медитируй на безмятежности, не требующей усилий, сочетая успокоение и постижение. Первый трактат Бхаванакрамы сообщает:

Тупость, если её не устранить, полностью поглотит ум, направляя его в тёмную сферу лишённую постижения. В тот момент, когда ум впадает в тупость, он должен быть очищен. Случается, что в ходе постигающей медитации интеллект достигает большой чуткости, это приводит к тому, что ум становится беспокойным. Его восприятие истинной реальности становится зыбким, подобно мерцанию масленого светильника на ветру. Этот ум не способен воспринимать внутреннюю реальность. Лекарством в такой ситуации является

медитация успокоения. Как только успокоение стабилизируется, медитация распознающей мудрости должна возобновиться.
Стоит медитатору гармонично сочетать успокоение и постижение, он должен поддерживать это единство без чрезмерного напряжения так долго, пока тело и ум могут выдержать это состояние. Раз успокоение и постижение соединены, то вместо того чтобы перемежать это состояние с исследованием, ум должен покоиться в сконцентрированном равновесии.
Самадхинирмочана-сутра комментирует:
Майтрея: На какой стадии успокоение и постижение смешиваются и имеет место их гармоническое единство?
Будда: Это происходит, когда ум покоится в однонаправленной концентрации.
Майтрея: Что значит однонаправленный ум?
Будда: Это простое осознавание воспринимаемого образа погружения, кое надлежит сохранять.
Мастер Джнянагарбха82, в своём комментарии на Самадхинирмочану, объясняет:
Путь успокоения неотделим от пути постижения, поскольку первый есть концентрация на уме, который потом становится объектом исследования для последнего. Ум является единственным объектом обеих этих визуализационных медитаций. Когда медитация успокоения делает ум устойчивым, постигающая медитация анализирует его. И визуализация и визуализирующий суть лишь тождественные характеристики ума. Следовательно, они суть нераздельные сущности.

Анализ и концентрация на видении реальности.

Некоторые учителя предлагали следующие методы, кои я считаю неверными: Чтобы удержать совершенное видение, медитатор сперва должен исследовать предельную реальность, используя авторитетные доктринальные сочинения и логику. Это должно привести к твёрдому чётко установленному осознаванию не субстанциональности дуализма83. Медитатору на короткое время надо сфокусировать свою концентрацию на этом. Они (учителя) утверждают, что продолжительная концентрация сводит её чётко установленное осознавание до простого успокоения с результирующей потерей постижения. Но медитатору надлежит не только практиковать таким образом, но и необходимо попеременно чередовать медитацию фиксированного внимания с исследованием. Я поясню, почему установленное в ходе рассмотрения осознавание не субстанциональной реальности, полученное таким образом в результате изучения авторитетных доктринальных сочинений и логики, является, не смотря на объяснения, ничем иным, как умом хватающимся за пустотность. Такое видение не наделено совершенным постижением, и оно не может стать совершенным в медитации фиксированного внимания. Данная система не может привести к достижению равновесия погружения, наделённого совершенным видением, поскольку, как они полагают, успокоение недостижимо через перемежающуюся медитацию фиксированного внимания и исследования. Основание для приведения ума в успокоение и в постигающее видение – одно и то же. Приводить ум к фиксированному вниманию после исследования также неправильно, ведь, как они считают, постижение исчезает, коль скоро ум приведён в успокоение. Когда так пропадает постижение, концентрация на совершенном видении [реальности] не может сделать медитацию совершенной. Столь же неправильно говорить, что соединение успокоения и постижения вырождается в простое успокоение без всякой пользы от повторяемых исследований. Когда возникает видение такого союза, концентрация на этом видении объемлет как успокоение, так и постижение. Это действительно союз обоих. Было бы ошибкой повторно пытаться исследовать после того, как ум достиг нужного видения, потому что такое исследование через авторитетные доктрины и логику всё ещё остаётся внутри концептуальной области. Это – вводящее в заблуждение различение, оно должно быть устранено с зарождением не понятийного осознавания84. Ссылка в Кашьяпапариварте и Бхаванакраме на не понятийное осознавание, происходящее из аналитического интеллекта, просто указывает на необходимость того, чтобы мудрость в начале установила совершенное видение. Здесь не говорится о необходимости повторных исследования для поддержания достигнутого

видения. Так как большинство форм установленного в ходе рассмотрения осознавания85 – не более чем выводное заключение86, основанное на рациональном интеллекте, их нельзя принимать в качестве не понятийного осознавания. Вместе с тем неверно полагать, что концентрация на совершенном видении и созерцательное успокоение суть одно и то же. Между ними существует огромная разница. Успокоение просто сохраняет поток не различающего внимания87 на визуализируемом образе88, тогда как ум, сфокусированный на совершенном видении, – это поток не понятийного осознавания, кое сочетается с чёткой уверенностью в пустотной природе [двойственности]. Как тогда следует практиковать аналитическое исследование и фиксированную внимательность, дабы удержать совершенное видение? Во-первых, когда добиваются видения реальности, то развитию доподлинно установленного осознавания способствует отказ от всех сомнений и предположений относительно критерия отдельных признаков реальности и их обобщённых признаков при помощи интеллекта, рождённого в результате полученных знаний. Это подобно подготовке необъезженной лошади. Для реализации совершенного видения существенно необходима распознающая мудрость89, возникающая в ходе медитации. В виду независимости от выводного заключения эта мудрость способна непосредственно установить, что все реальности лишены истинной сущности или врождённой природы. Она приводит медитатора к опыту того, что сам аналитический интеллект не имеет идентифицируемого проявления или сущности. Таков фундаментальный принцип совершенного видения. Наблюдения и исследования надлежит практиковать при помощи созерцательной мудрости с непрестанным вниманием медитации успокоения, нежели посредством понятийного анализа. Первый трактат Бхаванакрамы сообщает:

Когда ментальный фокус на визуализируемом образе успокоения становится неколебимым, то если в этот момент его исследуют при помощи мудрости, возникает сияние чистого осознавания, как будто свет рассеивает темноту. Чистое осознавание появляется, когда достигнуто согласие между ними [успокоением и постижением]. Это сочетание происходит подобно тому, как глаза и свет сочетаются, производя зрительное восприятие, вне противоречивых характеристик света и темноты. Такой транс погружения, по своей природе, свободен от темноты, его сущностная характеристика – целеустремлённость. В таком медитационном равновесии90 предельная реальность воспринимается такой, как она есть. Эта медитация не только совместна с мудростью, но более того она находится в совершенной гармонии с ней. Следовательно, невыразимая природа всех феноменов, установленная при помощи аналитической мудрости, полученной в медитации погружения, есть предельная реальность по ту сторону концепций. Вот критерий высочайшей чистоты [осознавания], кое есть спонтанное исполнение. Вне этого нечего наблюдать.

По мере того как распознающий интеллект в конечном счёте успокаивается, [когда возникает первичное осознавание], все реальности познаются, как не имеющие абсолютной самоприроды. Таков смысл восприятия истинной природы. Первый трактат Бхаванакрамы продолжает:

Что значит воспринимать предельную реальность? Здесь имеется в виду неразличимость [какой бы то ни было абсолютной самоприроды] любых реальностей. Этот термин "неразличимость каких бы то ни было реальностей" не следует толковать как тоже самое, что и тёмная пустота, переживаемая слепым, человеком с закрытыми глазами, или кем-либо неспособным к мыслительной активности.

Как текст сообщает:

...невообразимая природа феноменов, установленная при помощи аналитической мудрости, получаемой в медитации погружения, есть предельная реальность вне концепций91.

Следовательно, медитатор, ищущий совершенного видения, должен сперва установить ум в равновесие погружения и затем вести медитационное исследование с помощью распознающей мудрости. Достигнув такого видения, медитатору надо повторять исследования всякий раз, когда ум одолевают не добродетельные мысли, вызванные привязанностью к дуальности. Раз безошибочное осознавание совершенного взгляда установленно, только одна медитация фиксированного внимания, уже не перемежающаяся с исследованием, должна быть следующей практикой, пока медитатор

не овладеет нужным видением. Позже это будет проиллюстрированно на примере доктринальных сочинений.

Устранение сомнений относительно сущностного видения реальности.

Здесь два раздела:
1. Обзор других Буддийских школ. 2. Определение медитационной системы нашей школы.

Обзор других Буддийских школ.

Часть ранних Тибетских учителей ошибочно полагала, что видение внутренней реальности заключается в отказе не только от привязанности к двойственности, но также и от добродетельных мыслей. Некоторые рассматривали это направление мысли, как тождественное направлению школы Хвашанга92, ведь и там и там отсутствует доподлинно определённое осознавание, всесторонне охватывающее внутреннюю реальность. Считается, что это видение получается либо вследствие запутанности ума, либо безразличия. Другие ранние Тибетские учёные полагали, что "совершенный взгляд" есть поток доподлинно установленного осознавания, возникающий из осознания не существования двойственности, в результате книжного или выводного исследования, основанного на трёх знаках силлогизма93. Это неверно. Мастер Гампопа назвал такую систему отрицающей концепцией не происходящей [пустоты], потому что она даёт интеллектуализированное и поверхностное представление о пустоте, основываясь на выводных заключениях. Праманасамуччая говорит:
Если ведут к истине по пути диалектики94, это понижает ценность учения Будды.
Мастер Атиша говорит:
Пустоту воспринимают посредством двух форм осознавания, первичного познания95 и выводного заключения. Так говорят те люди, кои запутаны двойственностью96.
Некоторые ранние тибетские учителя полагали, что внутренняя реальность есть пустота абсолютного ничто, определяемая с помощью логики Мадхьямаки в ходе изучение "себя" и психофизических агрегатов. И это тоже неверно. Калачакра помещает это предположение ближе к нигилизму. Его, следовательно, нельзя принимать за идентичное пустоте высшей формы97. Некоторые [учителя] предлагают сперва устанавливать жёсткое видение, свободное от всяких крайних теорий, при помощи авторитетных источников, логического вывода, или практического наставления, и тогда приводить ум в не различающее осознавание. Такова природа видения и медитации. И когда ум находится в спокойном равновесии, возникает союз осознования и пустоты, – яркий, прозрачный и безупречный. Это – не понятийное осознавание внутренней реальности. Некоторые другие заявляют, что вышеупомянутые учёные, критиковавшие созерцательный подход Хвашанга, тем не менее сами практикуют подобное созерцание. Однако мне кажется, что их позиция относительно видения реальности и метода достижения успокоения согласуется с трактатами буддийских учёных и святых. И вместе с тем сами эти критики отождествляют блаженное переживание, получаемое через контроль совокупности нейропсихической системы98 и творящих элементов, с не понятийным осознаванием. Не следует его путать с действительным не понятийным осознаванием. И не важно насколько хорошо осознавание, когда оно пропитано влагой чувств и переживаний, оно не более, как видимость, происходящая или из субъективного или объективного измерения. Между тем некоторые крупные учёные – опровергая все остальные видения внутренней реальности – в то же время довольствовались отсутствием какой-либо собственной формулировки. Такая позиция не только лицемерна, но является неприятием классических трактатов Мадхьямаки, коим они якобы следуют. Это – уловка, имеющая целью подменить несомненное осознавание "этовости (thatness)" [предельной реальности]. Некоторые полагают, что пусть даже они и не раскроют видения внутренне присущей реальности посредством изучения доктрины и логики, зато медитация на смысле истинной реальности выполняется, если ум приведён в его первичное состояние, свободное от представления об объективной реальности и от процесса различения. Они утверждают, что, раз пустота истинной реальности лишена каких бы то ни было определений, то таков

должен быть и метод установки ума. Другие опровергают этот подход, отождествляя его с нигилистической системой Хвашанга. Хотя в самой практике и нет ошибок, способ её описания вполне мог быть некомпетентным. Моё собственное наблюдение этой системы показало, что медитатор может использовать её, чтобы раскрыть соответствующее видение, при условии если он осознаёт внутренние ограничения не субстанциональной объективной реальности и сущностное значение пустотной природы истинной реальности, лишённой всяких определений. Даже, оставив в стороне исчерпывающее рассмотрение этих существенных моментов, если начинают устанавливать ум в простое, не понятийное состояние сперва изучая его с помощью мудрости, и затем поддерживая этот покой при помощи бдительности и внимания, то принимают метод, предписываемый начинающим медитаторам для практики успокоения и постижения. Он отчасти близок методу поддержания взгляда на внутреннюю реальность, хотя и не совсем тот же, что применяют те компетентные медитаторы, которые устранили все сомнения и преувеличения. Даже не понятийная медитация, сопровождаемая внимательностью и бдительностью, послужит поддержанию не понятийного успокоения. Несмотря на это, такое спокойное состояние может по-прежнему быть испорчено отсутствием внимательности и бдительности и затуманено глубокой тупостью и вялостью. Такое состояние называется подавленной бездумностью. Представители другой системы, одновременно допуская необходимость совершенного видения через анализ доктрины и логику, утверждают, что раз достигнуто совершенное видение, ум, установленный в окончательно не понятийное состояние, составляет медитацию этого совершенного видения. Оппоненты такой точки зрения придерживаются того мнения, что если бы такая позиция была истинной, тогда все измерения бездумности – такие как глубокий сон или медитация простого успокоения – должны бы были означать медитацию совершенного видения. На вопрос относительно того имеет ли медитация дело с совершенным взглядом можно ответить определив присутствие или отсутствие бдительности и внимательности, усиленных вполне определённым осознаванием этого взгляда, в не понятийном состоянии, о котором идёт речь. Мои предыдущие комментарии о ценности простой не понятийной медитации находят применение в этом примере. Некоторыми утверждалось, что раз достигнуто истинное видение, вся последующая медитация должна начинаться с изучения видения при помощи распознающей мудрости. После чего, ум следует установить в не понятийное состояние. Они считают, что такова медитация истинного видения. Эта точка зрения была отвергнута другими на тех же основаниях, что и в предыдущем случае; доказывается, что простое приведение ума в не понятийное осознавание подобно глубокому сну. Относительно критерия определения является ли медитация медитацией совершенного взгляда, я отсылаю к моему наблюдению выше. Представителями ещё одной точки зрения не принимаются три вышеупомянутые медитационные системы. Для них медитация совершенного взгляда составляет доподлинно установленное осознавание своей пустой природы, после чего внимание жёстко фиксируется на его значении. Они, однако, указывают, что первая система не свободна от некоторого интеллектуального уклонения по направлению к пустоте, а во второй остаётся внимание на совершенном взгляде при установке ума в не понятийное равновесие. Третья система не лишается фиксированного внимания на видении совершенной реальности после начального исследования. Однако, такой подход повлёк за собой критику на основании того, что предписываемая медитация в противовес трём упомянутым состоит исключительно из фиксации ментального сосредоточения на совершенном взгляде за счёт вспоминания предварительного понимания этого взгляда. Такую медитацию критики рассматривают как просто медитацию успокоения на пустоте и, следовательно, как не дающую постижения, кое проистекает из исследования. Священная медитация должна состоять из успокоения и постижения; данная практика не завершена, так как она содержит только успокоение. Такую критику нельзя считать справедливой, если медитация, о которой идёт речь, в основном является концентрацией [как указывает критик] на постижении, ранее полученном при помощи анализа. Следовательно, нет необходимости повторять анализ [в той же практике]. Я нахожу, что этот подход хорошо представлен, хотя и возможен некоторый базис для сомнения относительно существования привязанности к переживанию видения. Один тибетский крупный учёный утверждает, что для того, чтобы установить видение реальности, медитатору следует сперва устранить захваченность ума дуализмом, рождённым неведением и, потом, в

качестве противовеса, вызвать мощное осознавание пустой [природы ума] в ходе медитаций. Просто овладеть концентрацией ума на осознавании этого видения значит лишь поддерживать успокоение. Вместо этого, должно быть повторено изучение и создание мощного осознавания уверенности. Всесторонний охват смысла внутренней реальности не обязательно составляет прилипание к субстанциональному дуализму. Все не понятийные состояния, изолированные от распознающего интеллекта, аналогичны медитационной системе Хвашанга. Последователи этого учёного считают, что в пустотности истинности дуализма, установленной при помощи логического исследования Срединного Пути [Мадхьямаки], лежит смысл несамостоятельности. Мощная уверенность в бессамостности или пустотности истинной реальности, вызванная интеллектом склонным к такой точке зрения, является несомненным осознаванием совершенного видения. Когда это осознавание уверенности сидит на коне успокоения и тем самым устанавливает его в равновесие погружения, такое состояние рассматривается, как истинное видение в медитации. Остальное всё так же, как я говорил до этого99. Теперь я буду исследовать предыдущее утверждение о том, что создание мощного осознавания пустотности внутренней природы включает в себя концептуализацию не существования само-природы или не субстанциональности; как бы то ни было здесь подразумевается прилипание к этой пустоте. Это утверждение подобно другим точкам зрения, следующим ему, согласно которым интеллектуальное схватывание несамостоятельности феноменов и пустотности истинной реальности является ничем иным, как ментальной привязанностью. Чем сильнее схватывание, тем сильнее прилипание. Хотя и отрицается существование я, интеллектуальное схватывание несамостоятельности всё ещё сохраняется; хотя прилипание к субстанциональной реальности и отрицается, привязанность к этой реальности по-прежнему сохраняется. Такие представления признаются большими ошибками. Бхаванакрама объясняет:

Созерцай все вещи как лишённые самоприроды используя запредельную мудрость, оставь даже идею о не существовании самоприроды.

Муламадхьямака-карика сообщает:

Тот, кто видит свою природу и природу других, как субстанциональную или как ничто, не воспринимает истинную природу, соответствующую доктрине Будды.

И тот же текст добавляет:

Утвердить реальность значит допустить этернализм, полностью отрицать реальность – принять нигилизм.

Бодхичиттавивара поясняет:

Это – не происхождение или пустотность, это – бессамостность. Такова медитация поверхностного ума. Это – не медитация на пустоте.

Эти описания противоречат позиции учёных упомянутых ранее. Муламадхьямака-карика сообщает:

Из-за своего ошибочного восприятия пустоты менее понятливые терпят неудачу.

Ума Тшиксал (Муламадхьямака-вритти Прасаннапада) объясняет:

В тот момент, когда все феномены постигаются как ничто, возникает искажённое видение. Существует возможность такого риска. Тем не менее, следует ли сохранить такое цепляние, или выбрать позитивный взгляд на реальность, которое из двух зол лучше. Муламадхьямака-карика заявляет:

Тот, кто утверждает, попадёт в сферу покоя. Тот, кто всё отрицает, попадёт в мир страдания100.

Неправильно рассматривать, как простое успокоение, состояние, при котором ум сфокусирован на воспоминании совершенного видения. Ум, приведённый в успокоенное состояние содержит постижение, таким образом существует союз обоих. О видении, лишённом их двух, нельзя говорить как о совершенном видении. Обозначать всякое постижение, как концептуальное, и каждое успокоение, как не понятийное, значит отрицать сочетание между ними. Такое обозначение не предусматривает возможности синтеза успокоения и постижения. В свете этого подхода, следующее положение также неправильно. Касаясь единства успокоения и постижения, мастер Унанагарбха в своём комментарии на Самадхинирмочану-сутру пишет:

Так как путь успокоения концентрируется главным образом на уме, который вместе с тем является и объектом постижения, то восприятие и воспринимающий суть не отдельные сущности, но полное состояние ума. Относительно схватывания умом пустотности или

ничто, ни один истолкователь предельной доктрины, тибетский или индийский, не допускал справедливость этого.
Такой подход противоречит многим авторитетным точкам зрения. Например, Дхармадхату-сутра101 сообщает:
Оставь различение и концептуализацию всех феноменов, которые спроектированы умом, медитируй на внутреннем пространстве реальности, ибо в действительности они лишены внутренней сущности.
Великий Сараха разъясняет:
Истинная природа реальности незапятнанна крайними понятиями и примесями [предрассудков]. Чистая, с самого начала, она вне определений, различать значит тревожить ядовитую змею.
Поскольку понятийное различение или исследование – это ничто иное, как применение обусловленного и заблуждающегося ума, концептуальное различение предельной реальности отвергается. Нагарджуна говорит:
Предельная реальность – вне Мира различения ума, ибо ум осознаётся как обусловленный.
Неверно предполагать, что схватывание истинной природы реальности не представляет собой прилипания к понятийной реальности. Праджняпарамита-самучаягатха подробно описывает:
Если бодхисаттва считает, что психофизические агрегаты "пусты", он схватывает понятийную реальность102, таким образом выказывая мало почтения тому, что "нерождено".
Праджняпарамита разъясняет, что рассматривать двойственными все феномены, начиная с психофизических агрегатов и кончая совершенным знанием, полагая их вечными или непостоянными, пустыми или не пустыми, обладающими я или без я, значит потакать понятийной двойственности. Сараха говорит:
Когда ум очарован [чувствами] и предаётся им со страстным сердцем, тогда даже боль такая маленькая, как шелуха зёрнышка сезама, наверняка будет причинять постоянное страдание.
И он заключает:
Оставь привязанность к объектам, каковы бы они ни были.
Было много замечаний того же свойства. Недостаточно слишком смело говорить, что все не понятийные состояния, свободные от аналитического анализа, тождественны медитационной системе Хвашанга. Бодхичиттавиварана утверждает:
Неразличение – это пустота. Как же тогда пустота присутствует там, где существует различение?
Мадхьямакаватара объясняет:
Ошибочные концепции являются результатами различения – так провозглашает Мудрый.
Атиша, разъясняя метод установки ума согласно специальному наставлению Мадхьямаки, говорит:
В середине медитации не различают и ни за что не цепляются.
Все такого рода заявления, которые настаивают на приведении ума в не понятийное состояние, вполне могли бы быть медитационной системой Хвашанга [в соответствии с критикой не понятийной медитации]. Учения Майтреи103 говорят о мудрости, коя хватается за пустоту реальности, как концепции этернализма. Поскольку от этой концепции надлежит отказаться с помощью не понятийного осознавания, она не может быть совершенным видением. Даже если, как заявляют, она посажена на коня успокоения, это представление не будет совершенным видением в медитации. Согласно его системе, успокоение непременно должно быть не понятийным, тогда как успокоенный ум, не занятый различением, является причиной потери постижения. Аналогия лошади и наездника несостоятельна. Утверждалось, что аналитическое исследование само должно в конце концов прекратиться [в погружении]. Когда это происходит, [если критик прав,] постижение пропадает и медитация становится похожей на медитацию, предлагаемую школой Хвашанга. Можно использовать буддистскую логику и доктрину, чтобы рассмотреть эту позицию, однако, я не стану здесь разъяснять это из опасения слишком переутомить работой.

Определение медитационной системы нашей школы.

Многое можно понять из предыдущего объяснения постижения, распознавания видения реальности и способов его поддержания, а также из комментариев по доктрине и логике. Сказано, что реализация видения пустоты происходит при достижении стадии просветления (illumination). Здесь я займусь единственно тем видением, что соответствует интеллектуальному уровню простых человеческих существ. Особенно важно установить видение пустоты, или через аналитическую медитацию или в медитации концентрации. Сутры сообщают, что нереализованные видение и медитация не могут уничтожить корни существования [сансары]. Бодхичиттавивараna замечает:

Те, кто находятся в неведении относительно пустоты, не могут достичь освобождения. Эти запутанные умы блуждают в тюрьме шести миров.

Бесполезно практиковать, когда нет раскрытия безошибочного видения реальности. Наропа, в труде Дристисамксепта, поясняет:

За счёт безошибочного видения, медитация и действие вполне согласуются, достигается просветление, подобно тренированной лошади, умело двигающейся в нужном направлении. Если видение – не в истинном согласии [с внутренней реальностью], медитация и действие возьмут неправильное направление, и ничего ценного не будет достигнуто. Это подобно слепому человеку, идущему на ощупь без проводника.

Достижение осознавания путём медитации существенно для успешного определения истинного видения. Простого интеллектуального понимания, возникающего из слушания и изучения, не достаточно. Все сутры, тантры и просветлённые наставления согласны, что предельная медитация есть медитация, которая концентрируется на уме и доходит до высшей точки в реализации. Гухьясамаджа-тантра сообщает:

Если ум до конца изучить, оказывается, что он является источником всех реальностей. Этот феномен есть пространство неразрушимости, в коем двойственность феноменов и присущей им природы отсутствует.

Ваджрапанджара далее устанавливают:

Драгоценный ум – это динамическая сила. Ум, настроенный в медитации, достигает просветления.

Ланкаватара-сутра разъясняет:

Не познавай внешнюю реальность просто полагаясь на ум. Выйди за ограничения ума, фокусируясь на таковости [пустоты]. Установи ум на нереальности феноменальной видимости. Йогин, который осознал нереальность видимости, правильно поймёт Великую Колесницу.

Сутраламкара заключает:

Знай, что ничего не существует кроме ума. Осознай сам ум, как лишённый истинной реальности.

Сараха говорит:

Ум скован, если порабощён привязанностью. Если привязанность разорвана, источник заблуждения устраняется.

Основанная на Ланкаватаре-сутре, система Двух Великих Колесничих104, "стадии медитации" и "наставления по запредельной мудрости" предписывают практики для достижения не понятийного состояния при помощи сосредоточения (1) на уме, (2) на осознавании таковости [пустоты], или (3) на восприятии нереальности феноменов. Когда устанавливают видение реальности через медитацию в соответствии с сутрами или тантрами с разъясняющими наставлениями, обязательно применение распознающей мудрости. Об этом сказано в третьем трактате Бхаванакрамы:

Все реальности в сущности суть пустота, кою нельзя понять не прибегая к аналитическому интеллекту.

Однако сам этот интеллект в конце концов должен быть успокоен, предвещая появление не понятийного состояния. Кашьяпапариварта сообщает:

Будда: Кашьяпа, когда под ударами ветра два дерева трутся друг о друга, вспыхивает пламя. В огне затем сгорают деревья. Подобно этому, Кашьяпа, из совершенного аналитического интеллекта рождается мудрость пробуждённого, в языках пламени которой потом сгорает интеллект.

Второй трактат Бхаванакрамы объясняет:

Огонь истинного понимания предельной реальности возникает из пламени сжигаемых деревьев. Таковыми были слова Лучезарного Победителя.

Анализ [постижения] – а не понятийных взглядов – должен происходить во время пребывания в медитативном погружении. Сутра подтверждает такой подход:
Понимания чистой истины можно добиться только в медитации погружения.
Бхаванакрама соглашается:
Совершенное осознавание рассветает только тогда, когда ум – жёстко установленный в успокоении – применяет мудрость и исследует его.
На этом уровне, истинное видение внутренней реальности – это рассвет не понятийного осознавания, лишённого всякой сущности. Он происходит, когда успокаиваются различающие способности. Сутра говорит подтверждая:
Совершенное постижение – это невосприятие феноменов.
Бхаванакрама добавляет:
Что такое постижение истинной реальности? Это невосприятие феноменов.
На данной стадии следует успокоить ум, приведя в не понятийное, не воспринимающее состояние, свободное от какого бы то ни было дуалистического мышления или сознания, не возмущаемое пеленой тупости или чувственного побуждения. Сутра заявляет:
На внутренней реальности, как таковой, фокусируется ум с аналогичной природой. Непередаваемый опыт засияет в одном. Такое состояние характеризуется как равновесное погружение.
Атиша говорит:
Установи ум без различения в не понятийном протяжении реальности.
И далее добавляет:
Бесконечность реальности не имеет центра и горизонта. Наблюдай её глубоким не понятийным умом, не затуманенным и тенью тупости или чувственного побуждения.
Мадхьямакопадеша Атишы заключает:
Таким образом, прошлые мысли прекратились, будущие пока не появились, а настоящему трудно проникнуть. Будучи не субстанциональным и подобным пространству, ум не имеет цвета и формы. Он ни одна ни много сущностей. Его природа – не рождённая [пустота] и ясное осознавание. Вооружённый логикой изучая ум, всесторонне охватываешь его нереальность.
Ни две стороны ума [осознавание и пустая природа ума] ни распознающий интеллект не составляют никакой сущности. Например, огонь, возникающий в результате трения двух кусков дерева, уничтожает дерево, которое-то и родило его; когда дерево сгорит, огонь потухнет. В тот момент, когда мудрость устанавливает нереальность всего воспринимаемого и понятийного дуализма, медитатор осознаёт, что сама мудрость – это ясность и пустота, не затуманенная восприятием двойственности и не отвлекаемая тупостью и чувственным побуждением. Ум должен избавиться от таких недостатков, как тупость, чувственное побуждение, цепляние, вспоминание и другие ментальные действия. Медитатор должен сохранять не понятийное состояние, до тех пор пока оно не будет украдкой прервано вороватым восприятием или различением. Это можно объяснить проще. Когда, сначала, медитатор добивается совершенного видения, он устанавливает, что ум является источником всех дуальностей. Затем открывается, что ум не имеет сущности. Эти исследования проводятся по следующему логическому рецепту, известному как: три входа времени, взаимное исключение одного и многих, не существование абсолютных происхождения, прекращения и течения, и ясная, пустая природа ума. Устанавливают, при помощи [вышеупомянутого] логического исследования, что ум лишён всякой субстанциональности. Так же [устанавливается, что] аналитический интеллект нереален. Аналитический интеллект в конце растворяется в не двойственном, лучезарном состоянии, подобно тому, как дерево сгорает в огне. Так достигается совершенное видение. Раз оно возникло, ум должен всецело концентрироваться на реализованном взгляде, если оно не прерывается восприятиями или различением. В период погружения ум должен быть очищен от любых поползновений тупости или чувственного побуждения. Не следует позволять появляться различению, привязанности, сознанию двойственности, или другим ментальным действиям. Бхаванакрама советует:
Созерцай не субстанциональность всех феноменов. Устрани даже это самое представление о не субстанциональности при помощи не понятийной мудрости. Медитируй на таком не понятийном состоянии, которое выходит за рамки дуализма, как существования так и не существования.

Есть такие, которые стремятся поддерживать видение реальности через медитацию и которые тем самым хотят согласовать успокоенное состояние с аналитическим постижением пустой природы феноменов, не существования сущности, или не существования я. Они получат несомненное понимание, созерцая смысл этих цитат. Многие рассуждения говорят о необходимости не понятийной медитации, коль скоро совершенный путь был установлен. Самадхираджа сообщает:
Мудрое понимание обусловленной и не обусловленной реальности, уничтожение воспринимаемой двойственности, и успокоение ума в несвойственном состоянии приведут к постижению пустой природы всех феноменов.
Бхаванакрама цитирует Арья Ратнамегху:
Тщательное изучение и понимание ума приводят к осознанию его пустотности. С этим знанием, медитатор должен уйти обратно в чистое состояние не двойственности. Понимание не существования сущности ума посредством аналитического постижения – это погружение в состояние не двойственности.
Второй трактат Бхаванакрамы продолжает:
Когда искатель истины до конца при помощи мудрости изучит [ум] и откажется от цепляния к присущей ему природе, как предельную сущности, он тогда достигнет не понятийного погружения.
Камалашила в комментарии на Авикальпаправеша-дхарани объясняет:
В заключение изучения ум должен быть успокоен в не понятийном состоянии.
Бодхипатхапрадипа подтверждает это:
При помощи доктрины и логики сперва установи, что у феноменов нет самоприроды и абсолютного состояния. Потом медитируй на совершенной непонятийности.
На этом завершается общее разъяснение об устранении сомнений, касающихся видения и медитации. Оно было написано как общее толкование, дабы послужить руководством ко многим методам реализации состояния погружения в соответствии с сутрами, тантрами и просветлёнными наставлениями.

КНИГА ВТОРАЯ.
Подробное разъяснение Махамудры, необщая медитация.

ЧАСТЬ I: Предварительное изложение.

В этой части разъяснение включает в себя:
1 Описание того, как пробудить доверие. 2 Подготовительные практики.

ГЛАВА ПЕРВАЯ:
Описание того, как пробудить доверие.

Глава состоит из пяти разделов:
1 Внутренний смысл учения: Определение Чакгья Ченпо [махамудры]. 2 Источник махамудры согласно сутрам. 3 Источник махамудры согласно тантрам, в особенности Непревзойдённому Соединению (ануттара тантре). 4 Как махамудра воплощает в себе глубокий смысл всех сутр и тантр. 5 Замечательные способности практикующих махамудру.

Внутренний смысл учения: Определение Чакгья Ченпо [махамудры].

В этом разделе даются объяснения по трём пунктам:
1 Различные значения [тибетского] названия. 2 Содержание и отличительная особенность ему присущего смысла. 3 Блага, получаемые из знания его, и зло, происходящее из-за неведения относительно его.

Различные значения [тибетского] названия.

Что касается названия Чакгья Ченпо, то: Чакгья обозначает одновременно печать [мудра], символ [нимитта], и знак [лакшкна]. Точно так же как печать оставляет след на других предметах, так и чакгья ченпо (махамудра), предельная реальность, оставляет отпечаток на всех [дуальных] реальностях сансары и [недуальной] нирване. Точно так же как вооружение и военная форма указывают личность того, кто это носит, так и чакгья, в качестве доктрины, определяет внутренний характер или неизменную реальность всех вещей. Слово Чакгья подразумевает непререкаемый авторитет, подобный бесспорному авторитету господина над своими подданными. Оно также означает предельную природу, которая придаёт всем реальностям их священные качества. Гаганаганджапарипричча-сутра даёт дальнейшие этимологические толкования чакгья:

Реальности отмеченны печатью Татхагаты. Это печать таковости [пустоты], которая неотделима от реальностей, и остаётся непроницаемой для различения, проникновения или привязанности. Она – ни то, что движется, и не движение; следовательно её не могут подвинуть существа вселенной, небесные, полубоги и люди. Эта печать Татхагаты – природы будды – не рождена [не обусловленна]. Она – печать совершенной пустоты, полной единственности, полного отсутствия стремлений, полной составленности и отсутствия желаний. Как таковость [пустоты], она – печать чистоты и печать внутреннего пространства.

Термин ченпо [маха] означает высочайшее божество. Гухьясиддхи сообщает:

Она берёт начало в высшей тантре – четвёртом разделе [системы ваджраяны]. Она приносит совершенное просветление. Она – это медитация махамудры, которую ничто не в состоянии превзойти.

Махамудратилака комментирует:

Относительно чакгья ченпо, Чак символизирует осознавание пустоты [шуньяты], Гья означает присущее ей качество, выводящее по ту сторону двойственности существования, Ченпо обозначает их соединение.

Панчакрама о термине чак:

Чак означает обретение постижения сокровенного осознавания;

И о термине гья добавляет:

Гья символизирует пустоту осознавания, коя выходит за границы сансары оставив свой знак на всех вещях.

Гухьясамаджа далее устанавливает природу предельной реальности [махамудры]:

Она лишена всякой субстанции, лишена субъект-объектной двойственности, источниками которой являются психофизические агрегаты, элементы и способности чувств. Это бессамостность реальности, в которой [сансара и нирвана] равны.

Ченпо означает соединение искусности и мудрости, и т.д., и является, следовательно, высшей из всех медитаций. Декхонаньи Чупа (Дашататтва) описывает:

Истинный искатель объединяет искусность и мудрость в высочайшей медитации. Он становится единым с махамудрой.

Название этой доктрины объясняется в Падмани, комментарии на Калачакру-тантру:

Чакгья ченпо символизирует запредельную мудрость, которая произвела Татхагат в прошлом, делает то же в настоящем, и будет делать так же в будущем. Чакгья означает не пребывающую (nonabiding) нирвану или неизменное блаженство. Следовательно, она превосходит печать мистического действа [кармамудра], и печать запредельного осознавания [джнянамудра]. Ченпо имеет такое обозначение, потому что она [запредельная мудрость] незапятнанна психическими осадками сансары.

Дже Гампопа говорит, что Чак показывает осознание того, что все явления и факты, сансара и нирвана – неотделимы от их не рождённой пустой природы. Гья показывает изначальную чистоту, охватывающую все вещи – восприятия и возможности. Ченпо показывает осознание того, что свобода внутренне присуща истинной природе реальности [дхармата]. Тхектрон Ламы Сердингпы заявляет:

Относительно определения чакгья ченпо: Чак означает самопроизвольное исчезновение грязных мыслей и поступков, и соединение ума с предельным состоянием простоты [дхармакая]. Гья означает мощь этого состояния, неподвластное влиянию восприятия признака двойственности. Ченпо означает высший уровень этой системы, превосходящий все остальные средства [передачи учений], будь то колесница метафизической

диалектики105, эзотерические колесницы внешнего действа, или физического и ментального действа106.
Синонимами к словосочетанию чакгья ченпо будут – внутренняя природа, высшее осознавание, универсальное превосходство, великая печать и предельная реальность всех феноменов. Джнянасиддхи-садхана Индраободхи сообщает:
Эта предельная реальность также называется высшим неразрушимым осознаванием и универсальным превосходством. Она также известна как великий символ. Понимай это как дхармакаю.
Йогасапта так же объясняет название этой доктрины:
Несуществующая самоприрода, таковость [пустоты], внутренняя реальность, равностность феноменов и предельный мир – синонимы. Они не подразумевают ничего другого кроме того, что лишено самоприроды.

Содержание и отличительные черты присущего ему смысла.

Сущностные черты махамудры описываются аналогичными всеохватывающему пространству, она нигде не находится и не связана никакими концепциями. Индраободхи определяет её таким образом:
Как не пребывающее (nondwelling) пространство охватывает всё и не поддаётся определению, так и с предельной реальностью.
Майтрипа подробно объясняет:
Махамудра – это не двойственное осознавание, выходящее за рамки интеллекта; она – непонятийна, сияюща, подобно всеобъемлющему пространству. Хотя и проявляет безграничное сострадание, она лишена самоприроды. Она как отсвет луны на поверхности озера. Она ясная и не определяемая, без центра и окружности, не запятнана, не загрязнена, и свободна от страха и желания. Подобно сну немого, она невыразима.
Великую печать интерпретируют сообразно трём уровням, рассматривая: фундамент, путь и завершение. Как фундамент, она, в общем, – это внутренняя реальность всех феноменов, которые изначально свободны от концепций. С присущей ей пустой и ясной природой, такая реальность охватывает сансару и нирвану, и тем не менее не поддаётся описанию. Это основание, применяемое в частности к уму, является истиной и первичной природой великой печати. Ясная, сияющая, и не имеющая идентифицируемой сути, она превосходит мысль и определение. Великая печать, как путь, состоит из понимания того, что лежит в основании всех феноменов, понимания сансары и нирваны, восприятий и возможностей. Он – это неделимая ясность и пустота, лишён [самоприроды], и т.д., абсолютного возникновения, пребывания и угасания107. Его можно реализовать при помощи доктринальных практик слушания, изучения и медитации108, но особенно через достижение совершенного видения и созерцание. Великая печать, как завершение – это полное осознавание, наделённое двойной чистотой109. Его можно реализовать совершенствуя постижение фундамента махамудры при помощи законченного опыта великой печати, как пути. Практика требует очищения от всех дуалистических восприятий во всех их бесконечно малых неуловимых проявлениях, чтобы добиться ясности подобной ясности безоблачного неба. Существуют дальнейшие разграничения внутри трёх принципов [основания, пути и завершения]. Уттаратантра описывает фундамент махамудры:
Нечистый, чистый, и высшей чистоты110 относятся к трём ментальным состояниям чувствующих существ, бодхисаттв и Татхагат соответственно.
Таким образом фундамент махамудры, распознаваемый через таковость [пустоты], свойственен всем трём уровням внутреннего потока [ума]. Касаясь аспектов махамудры, как процесса самопробуждения [путь], Дечок Джунгва (Самвародая-тантра) говорит:
Дифференцируемая пустота становится созерцательным погружением и мудростью.
Джнянагарбха-тантра суммирует:
Путь махамудры делиться на четыре части111: супруги, как возвышения чувственности (кармамудра), духовного обязательства (самаямудра), внутренней супруги проявленного осознавания (джнянамудра), и всех феноменов (дхармамудра).
Касаясь махамудры, как завершения, Индраободхи в Джнянасиддхи-садхана, сообщает:

Так же как зеркало отражает форму, так и предельная реальность [дхармакая] отражает осознавание. Таково осознавание подобное зеркалу.
Пять осознаваний [панча-джняна] и три совершенных аспекта [трикая] надо понимать как дифференциацию махамудры завершения [просветление].

Блага получаемые благодаря знанию махамудры и зло происходящее вследствие неведения относительно неё.

Отсутствие понимания постоянной реальности махамудры сделает невозможным достижение освобождения, даже если медитатор знает сто тысяч других способов погружения в чистое состояние. Только через понимание этой постоянной реальности он исчерпает все остальные реальности и достигнет просветления Неразрушимого Духа [Ваджрасаттвы]. Махамудратилака говорит:
Кто не понимает махамудры, тот не реализован, как бы он ни был свят (illuminated). Он не добьётся высшего исполнения без совершенного понимания сущности махамудры, даже если он будет знать сто тысяч тантр всевозможных йогатантр и йогинитантр. Кто имеет совершенное знание всех дхарм [феноменов] – тот действительно будда. Кто имеет совершенное понимание махамудры, тот реализует неразрушимый дух [будда-ум]. Внутреннее осознавание этого духа – характеристика махамудры.
Внутренняя пустотность феноменов – это то же, что и махамудра, согласно Бодхичиттавиваране:
Тем, кто не понимают пустоты, не удастся реализовать освобождение. Так, запутанные существа, блуждающие в круге существования, – это заключённые в шести экзистенциальных сферах.
Майтрипа говорит:
Осознав присущую "я" природу, осознают, что космические явления и факты суть махамудра – великая, предельная и всеобъемлющая реальность.
И также он говорит:
Тот, кто не достиг внутренней реальности, ничего не добьётся кроме временной свободы. А раз он осознал эту внутреннюю реальность, что может тогда связывать его?

Источник махамудры согласно сутрам.

Сутры определяют значение махамудры по аналогии с различными эпитетами того же термина [мудра]. Сагараматипарипричча-сутра описывает:
Будда: О Сагарамати, все реальности отмечены печатью [мудрой] внутренней свободы, которая совершенно чиста и недвойственна. Подобно протяжению пространства, реальности не отличаются, потому что все они отмечены печатью равностности.
Та же сутра упоминает двадцать видов печатей, одна из которых – безупречная печать – это ум, который очистился от прилипания к "себе". Сутра описывает:
Такая дхарма чиста, превосходна и сияет. Ёе состояние равностности подобно пространству, будучи с самого начала нерождённой [пустотой], она лишена абсолютного происхождения, источника, пребывания, или прекращения. Это печать победоносного Будды.
В Майтреяпрастхана-сутре, Будда говорит о пятнадцати печатях:
О сын благородного духа, все вещи несут печать пустотности.
О десяти печатях сообщается в Гаганаганджапарипричча-сутре. Бумо Ринченгьи Чжупай упоминает следующие печати:
Свойства феноменов подобны свойствам пространства. Всё, что несёт знак такой печати не регрессирует и не ухудшается.
Бхадракальпика упоминает такие обозначения, как печать осознавания, печать реальностей и т.п. Вармавьюханирдеша-сутра также упоминает термин печать реальностей. Манджушри-мулатантра в собрании текстов основной тантры говорит об определённых положениях руки, как о великой печати. Вайрочанабхисамбодхи отождествляет принадлежности медитационных божеств с великой печатью. Йогатантра классифицирует положения руки по четырём печатям. Похожие перечни существуют и

относительно термина махамудра. Словом, махамудра основания показывается в тантрах и сутрах, как квинтэссенция Татхагаты [будда-природы], которая изначально пропитывает поток индивидуального сознания. Эта внутренне присущая уму природа описывается, как ясность [пустота]. Махамудра пути показана как созидательные методы пробуждения сокровенных возможностей [будда-природа лежит в дремлющем состоянии в каждом потоке-существа] и объединения [такого осознавания] с предельной простотой непонятийности, внутренней пустотой, нереальностью феноменов и равностностью. Махамудра завершения, показанная в учениях достижения всеведущего просветления, состоит из четырёх совершенных аспектов (чатуркая) и пяти осознаваний (панчаджняна).

Источник махамудры согласно тантрам, в частности непревзойдённой связи (Аннутара Тантре).

Этот раздел охватывает три темы:
1 Изложение системы трёх и четырёх мудр. 2 Изложение необычной махамудры. 3 Виды запутанности других школ.

Изложение системы трёх и четырёх мудр.

Калачакра-тантра сообщает:
Побуждаемые критической решимостью, расторгают связь с супругой (кармамудра) и воздерживаются от внутренней супруги проявленного осознавания (джнянамудра). Концентрируясь на высшем и неизменном, медитируют на махамудре.
И продолжает:
По мере того как тесный союз с супругой и восхитительное применение внутренней супруги проявленного осознавания объединяются с печатью великой матери112 в одно состояние, всё больше будет возникать неизменное блаженство.
Падмаваджра в Гухьясиддхи советует:
Супруга преобразования беспорядочна и неискренна. Такова и внутренняя супруга проявленного осознавания. Оставь их, что переполнены различением, и медитируй на махамудре.
Манджушри, в своём Таве Допа Дортенпа, говорит:
Сумасшедшая и злая – это супруга; внутренняя супруга проявленного осознавания – то же самое. Оставь их в двойственном мире и практикуй махамудру.
Три формы великой печати таковы: супруга, внутренняя супруга проявленного осознавания и махамудра, что находится в соответствии с некоторыми высказываниями великих мудрецов. Три печати также упоминаются в четвёртой главе Прадиподдьотаны:
Три печати суть феномены, знак восприятия и великая печать (махамудра).
Четыре печати упоминаются в экзегетической тантре, Ваджрамале:
Так говорил неразрушимый Просветлённый Победитель: Бывают разные мудры, – мудра феноменов, мудра внутренней супруги проявленного осознавания113, мудра духовного обязательства, и великая печать. Запомните их в соответствующем порядке.
Чандрагухьятилака утверждает:
Первая – печать феноменов, вторая – печать духовного обязательства, третья – великая печать, и четвёртая – печать внутренней супруги проявленного осознавания.
Джнянагарбха-тантра ссылается на четыре деления великой печати: супруги, печати духовного обязательства, внутренней супруги проявленного осознавания и печать феноменов. В комментариях Гарап Дордже на Сангье Ньямджор (Буддасамайога) даны те же четыре: великая печать, печать духовного обязательства, печать феноменов и печать супруги. Мастер Абхаякара, в своём комментарии на Буддхакапалу, перечисляет следующие мудры: мудра визуализируемого преобразования, внутреннего совершенствования и конечного достижения114. Каждая из них далее делится на четыре: печать супруги, печать феноменов, великую печать и печать духовного обязательства. Все четыре печати упоминаются Наропой в его комментарии на Хеваджра-тантру: они суть супруга, внутренняя супруга проявленного осознавания, великая печать и духовное обязательство. Каждая из них необходима: первая, как условие для восприятия сияющего

осознавания [потока-существа], вторая как созерцание, третья, как внутренняя реализация, и четвёртая, как укрепление неослабной реализации. Майтрипа в Чатурмудранишчае также упоминает четыре мудры. Их перечисление в различных порядках и их идентификации содержатся в трактатах великих мудрецов. Относительно этого один [учитель]115 утверждает:

Какими бы ни были великие печати Наропы и Майтрипы, они суть печать супруги, печать феноменов, печать духовного обязательства и великая печать. Таковыми они были изложены в тантрах, с которыми они [мудрецы] были согласны.

Это утверждение основано на слишком простом допущении, ведь четыре печати, на которые ссылаются два великих святых в эзотерических текстах, содержат и иные порядки и идентификации. Он в этом не удостоверился. Очевидно он не видел других текстов двух святых о предельном смысле великой печати [нитартха махамудра]. Их разъяснение четырёх печатей содержит другой порядок и идентификацию. Цитата критика не согласуется с ними. Его заявление, если в него в думаться, в неявном виде предполагает, что эти два святых не составляли иных отдельных текстов по нитартхе махамудре помимо разъяснения четырёх печатей в соответствии с тантрическими трактатами. Такое утверждение совершенно неприемлемо. Не смотря на свои интеллектуальные достижения, которые охватывали океан сутр и тантр, Наропа был неудовлетворён достигнутым. Он присоединился к Тилопе. В течении того периода, когда учитель подверг его двенадцати смертельным испытаниям, Наропа реализовал секретные устные поучения о квинтэссенции великой печати. Сказано, что это привело его к освобождению, не зависимо от эзотерического пути тантры. Если бы Наропа и Майтрипа разъяснили только четыре вида мудры воплощённые в тантрических трактатах, как указывается этим критиком, Наропа не был бы автором трактатов по махамудре, таких как Чакчен Тсикдю, Еше Селдже, и Дристисамксепта. Кроме того, есть мистические песни Тилопы [доха] и его тексты по махамудре, например, Махамудраподеша найденная в Ганге. Подобно этому, Майтрипа не был бы автором мистических песен и таких текстов по махамудре, как Чакчен Тсикдю, а также других. Кроме того, тексты по квинтэссенции великой печати он расширил включив мистические песни великого Сарахи и меньшего Сарахи116. Майтрипа также не был удовлетворён искусными знаниями сутр и тантр, он последовал за [учителем мистики] Шаварishварой и получил просветляющие наставления по квинтэссенции великой печати, которые не были основаны на тантричеких учениях. Майтрипа затем достиг духовного освобождения. Если этот критик допускает, что Наропа и Майтрипа являются авторами указанных текстов по махамудре, он противоречит себе, поскольку заявляет, что махамудра принимаемая Наропой и Майтрипой [состоит из четырёх печатей]. [Это неявно исключает их авторство остальных текстов по махамудре.]

Описание необычной махамудры.

Некоторые из вышеупомянутых текстов, которые ссылаются на три или четыре мудры, к тому же дают изложение необычной махамудры. Ссылка в Калачакре на махамудру, очевидно, является ссылкой на эту необычную махамудру. В словах: "Такое неизменное блаженство есть махамудра", – утверждается полная трансформация пустотности высшей формы и неизменного блаженства в единое, характеризуемое как "один аромат". Калачакра делает ясным, что неизменное блаженство – это самопроизвольно возникающее блаженство, нежели мысленно представляемое осознавание, получаемое использованием для внутренней трансформации действительной или высшей психической супруги. Ваджрамала в сорок шестой главе говорит о махамудре основания:

Чтобы разъяснить среди прочего смысл махамудры, особенности, и результирующий покой великого йога, суммируется значение великого осознавания, чем предоставляется замечательная возможность для возникновения великого блаженства, обладающему одним великим ароматом. Это громадная иллюзия с тонкостью, бескрайнее пространство – больше, чем величайшее. Эта мудра – осознавание татхагаты. Войди в такое состояние без различения. Это сфера неделимого ума117, полная блаженства, свободная от дуалистических волнений. Она как безоблачное пространство.

Тот же текст даёт комментарии по махамудре, как пути:

Всякий процесс настройки на первоначальную чистоту [потока-бытия] приводит пробуждающееся осознавание к его не определяемым характеристикам не двойственности и отсутствия самости, к его внутренней природе и неотъемлемому базису. [Намереваясь осуществить такое осознавание] отказываются от различения, источником которого являются агрегаты потока-бытия, их элементы и чувственные образования. Отказываются от дуальности медитатора и медитативного погружения, и также двух стадий эзотерической медитации118. Избегают создания двойственности сознания и осознавания, одновременно воздерживаясь от чар священных слогов и превращения с помощью медитационного божества.

Ваджрамала, наконец, описывает махамудру завершения:

Пойми, что только благодаря полному пониманию можно добиться великой реализации открытого осознавания, которое находится вне всех сфер знания, ибо оно – превосходящая всё махамудра.

Эти стихи объясняются в комментарии мастера Аламкакалаши. Махамудратилака даёт похожее описание махамудры основания:

"О Просветлённый Победитель, все до конца пробуждённые дакини показывали, что мистический путь подобен солнцу, которое рассеивает тьму неведения, однако ни одна из них не разъяснила махамудру. Всё победивший, можешь ли ты описать её."

Просветлённый Победитель отвечал: "Слушай, деви119, высшее состояние блаженства – вот махамудра. Эта высочайшая тайна Невыразима, неисчерпаема и не рождена. Хотя и бесформенна, она – тело всех реальностей. Хотя и бесформенна, она властвует над формами безгранично. Присущая ей природа неустановима, не поддаётся определению в понятиях формальных качеств, таких как пропорции или размер. Это состояние незапятнанной ясности не имеет специфических ограничений. Ни мгновенно возникающая ни исчезающая – она остаётся постоянным сиянием высочайшего протяжения. Свободная от пространственно-временного измерения, она, таким образом, не подвержена рождению и смерти."

Помимо разъяснения истинной природы фундамента существования, эти [стихи] показывают методы её реализации, и благо и зло, происходящие из понимания или не понимания её. Мастер Забпай Дордже (Гамбхираваджра) объясняет эти стихи в своём комментарии. Джнянатилака сообщает:

Будучи в десять миллионов раз выше высочайшего неба [брахмалока], ты [великая печать] оставила свой не стираемый след на бесчисленном количестве вещей. Поэтому ты зовёшься великой печатью.

Комментарий на неё, Гухьятаттва, подробно описывает:

[Великое блаженство] происходит в результате или благодаря основанию ясного осознавания, которое, в свою очередь, в соответствии с концептуальной махамудрой, может быть осуществленно при помощи внутреннего пламени [чандалии120]. Таким образом достигают непонятийного блаженства, истинной природы махамудры, переживая различные уровни естественного блаженства.

Снова тот же текст комментирует:

Все чувствующие существа имеют будда-природу, тождественную сияющей матери, махамудре. Таким образом, они соотносятся между собой как причина и следствие.

Великая печать так называется потому, что она оставляет свой след на всех вещах. Тот же текст идентифицирует махамудру с непонятийным осознаванием, естественным блаженством и природой фундамента существования. Комментарий Сарахи на Буддхакапалу поясняет фразу "та, которая имеет интеллект махамудры" следующим образом:

Так как внутренняя природа великой пустоты наложила свой отпечаток на всех татхагат, она – великая печать.

Тем самымм, великая пустота высшей формы отождествляется с великой печатью. Падмани, комментарий на Калачакра-тантру121 объясняет:

То, что обозначается, как великая печать, есть запредельная мудрость, которая рождала татхагат в прошлом, рождает в настоящем и будет делать так в будущем.

Доктринальная точка зрения на запредельную мудрость, таким образом, идентична махамудре. Комментарий Рамалапы на Секанирдешу подробно описывает:

Поскольку она оставила свой отпечаток на трёх уровнях [основания, пути и результата] мудры, она в самом деле – печать, и посему – великая печать. Так как её сущность –

непостоянная [пустотность], её [т.е., махамудру основания] нельзя описать с помощью анализа. Актуализируя осознавание пути [махамудра пути] в непрестанной дисциплине и благоговении, можно реализовать махамудру [завершения – великого объединения великого блаженства и его пустой природы]. Это истинное осознавание – лишённое реальности и интеллектуальной запутанности – остаётся вечным источником всех видов превосходства. По присущей им природе сансара и нирвана тождественны. Она возвращается обратно в великом непостижимом сострадании, ибо она – великое блаженство.

Таковы определения и идентификации махамудры как экзистенциальных основания, пути и завершения. Схожие описания находятся в таких тантрах, как Буддхасамайога, Самвародая, Ваджрапанджара, втором разделе Хеваджра-тантры, Сампута, и других, а также в доктринальных текстах великих мудрецов, вроде текстов, озаглавленных: Семь Разделов Завершения (Труппа Дедюн). Однако, нет необходимости в дальнейшем подробном изложении. Подводя итог, следует понимать, что о махамудре во всех тантрах и доктринальных текстах говорится в таких терминах, как присущая экзистенциальному основанию природа [всех вещей], неотъемлемая пустотность, самопроизвольное совозникновение, равностность, а также неизменное блаженство, великое блаженство, непроисхождение, несуществование и непрекращение, глубина, успокоение и непонятийность. И даже тогда, один учитель122 критиковал эту систему говоря: "Мы не принимаем махамудру, которая не разъясняется в тантрах". Это высказывание показывает, что он не правильно изучил или исследовал назначение и смысл сутр и тантр.

Прояснение путаницы других школ.

Критик сообщает:

Теперешняя махамудра [Кагью] не отличается от Китайской Махасандхи (mahāsandhi) [тиб. Дзокчен], т.е., системы созерцания Чань. Единственное, что было сделано, это изменено123 её первоначальное обозначения с "пикирующего пути" на "путь мгновенной реализации", и изменено её обозначение в Индийском Буддизме с "пути набора высоты" на "путь последовательной реализации".

Такое заявление было по всей видимости сделано вследствие явного желания покритиковать. Махасандхи относится к Атийоге и сама по себе рассматривается, как высшая секретная доктрина, в то же время, как было установлено, медитационная система китайского учителя Хвашанга основывалась на восьмидесяти сутрах. Следовательно, эти учения рознятся не только по своим системам медитации, но также и по своим источникам. Ни один авторитет, никогда не описывал китайскую систему, как махасандхи. Обозначать её, как медитацию Хвашанга, равносильно сведению религии на нерелигиозный уровень. Этому критику, по-видимому, не хватает понимания смысла махамудры, согласующегося с духом таких текстов, как Триада Мистических Песен [Доха Корзум], Дочунг Дзогье, Трупньинг, Аманаси и других. Вместе с тем, этот критик сделал комментарий исторического сообщения, со слов "касательно появления религиозных систем таких как эти..." Это чистая фантазия, которая противоречит подлинному отчёту данному последователями Камалашилы, содержащемуся в предисловии к его Бхаванакраме. Снова [критик говорит]: "Несмотря на то, что она основывалась на писаниях китайского аббата, обозначение сменилось на махамудру. Махамудра на сегодняшний день – фактически система Китайского Буддизма." Такое заявление совершенно ошибочно, ибо оно отражает личное ощущение критика, а не истину. Нет ни оснований ни логики в утверждении, будто несмотря на то, что система основывалась на текстах китайского аббата [Хвашанга], название было изменено на махамудру. Это название было уже известно в тантрах и экзегетических трактатах, и Буддистским схоластам и мудрецам. Он произвольно приравнял эту систему – ошибочной, в то же время утаив своё собственное недостаточное знание тантрических трактатов, относящихся к махамудре. Делать такой комментарий без обстоятельного понимания – это не беспристрастный метод учёного. Некоторые утверждают, что китайский аббат не принимал теорию взаимозависимого происхождения124 в отношении к психофизическому поведению человека. Он отрицал любые мысли – позитивные и негативные – по отношению к доктринальному видению и медитации, даже если они основывались на

восьмидесяти сутрах. На уровне достижения он не принимал иного просветление, чем реализация ума. Таким образом, критики утверждают, что современные медитаторы махамудры, вероятнее всего, следуют китайской системе. Недавно некоторые самонадеянные схоласты повторили такие комментарии не изучив факты. Все эти безответственные высказывания суть ничто иное, как клевета, показывающая совершенное отсутствие у этих критиков постижения жизненно важных сторон видения и медитации, также как и доктринальных принципов, отстаиваемых представителями точки зрения махамудры. Некоторые, опровергая китайскую систему, цитируют третью Бхаванакраму, которая так высказывается по данному предмету:

Есть такие, кто думают и говорят, что все чувствующие существа, скитающиеся в разных сферах, переживают различные уровни существования, обусловленные силой их действий – или добродетельных или недобродетельных – которые происходят из дуалистического ума. Те, кто избегают любых мыслей и действий, достигнут освобождения. По этой причине не следует ни питать каких-либо мыслей ни практиковать такие добродетели, как щедрость. Подобные практики предписываются во благо невежественным людям.

Те, кто думает и говорит таким образом, покинули Великую Колесницу [Махаяну] окончательно. Оставив эту колесницу, оставляют все остальные колесницы, ибо Великая Колесница – корень их всех. Таким образом, побуждать медитаторов не различать в медитации, значит отказываться от распознающей мудрости, ибо совершенное различение – корень высшего осознавания. Если отказываются от него – отказываются от запредельной мудрости. Кроме того, заклинать [искателей] не практиковать щедрость и другие добродетели, значит отвергать все практические средства [просветления].

Такова цитата из [Бхаванакрамы Камалашилы], которая опровергает позицию Хвашанга. Не смотря на то, что, по-видимому, китайская система и отбросила не только различающую мудрость на пути видения и медитации, но даже и добродетели, такие как щедрость и другие, говорить, как критик, что та система [махамудра] не принимала кармический закон причины и следствия, значит выказывать своё полное непонимание. Бхаванакрама, рассматривая заново китайскую систему, в конце упоминает её позицию, касающуюся отношения причины и следствия к добродетели и пороку. Китайский мастер конечно знал о карме из восьмидесяти сутр, ведь они являются источником его учений. Пэтому на трактат критика о подробном изложении диспута между Хвашангом и Камалашилой нельзя полагаться, так как он не соответствует действительности, лжив и противоречив. Опровержение [Камалашилой] позиции Хвашанга процитировано неуместно. Аналогично, этот критик утверждает, что медитация на махамудре внутренней реальности сродни медитации китайской системы. Это явное недоразумение, но я не желаю затягивать опровержение из опасности чересчур увеличить объём. И всё же, для того чтобы прояснить неправильное представление дела, можно кратко рассмотреть здесь различие между махамудрой и системой Хвашанга. Относительно практических средств, Хвашанг считает, что занятия добродетелью и очищение [от внутреннего осквернения] придуманы для невежественных людей, которым не хватает понимания таковости, и которые поэтому игнорируют духовное совершенствование. Махамудра же разъясняет то, как воспринимать, что внутреннее действие причины и следствия пусто по своей природе, то есть искателю существенно важно полностью посвятить себя рассмотрению принципа закона причинности даже после того, как осознана пустота реальности. Так же, существует много тоних различий [между двумя системами], касающихся того, воспринимают или не воспринимают один аромат [т.е. внутреннее единство] через расходящуюся относительность, овладевают ли обусловленным [ментальным феноменом], и знают ли как создать причину для достижения высочайшей манифестации125. Рассматривая медитацию, система Хвашанга отстаивает полное отрицание мысли и ментальной активности, тогда как махамудра требует от медитатора, с самых первых попыток успокоения ума, поддерживать концентрацию, не отвлекаемую от образа объекта, и сохранять бдительность, которая способна обнаружить любое влияние тупости и чувственного побуждения. Хвашанг, под медитационным погружением подразумевает непонятийное спокойствие, не распознающее ни благо ни зло, между тем как махамудра считает непонятийное спокойствие само по себе недостаточным, поскольку оно – несознающая инертность. Хвашанг не применяет никаких средств исследования или анализа в медитации. В этой системе [махамудре] требуются исследование или анализ,

рассматривающие смысл медитации во всех отношениях. Посредством распознающей мудрости Хвашанг сохраняет состояние непонятийного спокойствия126, тогда как эта система [махамудра] требует избегать рассеяния внимания и осознавания. Хвашанг выступает с полным отрицанием мышления, между тем как эта система считает, что такой подход является отклонением и отступлением от истины, и требует твёрдо держаться её заповедей. Что касается доктринального видения, то Хвашанг не приемлет мудрости, возникающей из изучения и медитации соответственно, тогда как эта система считает необходимым стремиться к видению внутренней реальности с помощью мудрости, получаемой в результате интеллектуального анализа и медитации, соответственно, и после этого достигать его реализации. Система Хвашанга лишена видения, которое всесторонне охватывает этовость [пустоты], в то время как наша школа отсекает корни всякой двойственности и поддерживает осознавание внутренней реальности. Относительно завершающего достижения, Хвашанг утверждает, что освобождение заключается просто в овладения потоком несознающего состояния. Наша система считает существенно необходимым [для медитатора, однажды добившегося постижения этовости (пустоты), работать в направлении осуществления, без какого-либа рассеяния, так чтобы] раз уж состоялось пробуждение к этовости [предельной реальности], очистить дуальности, как бы ни были они неуловимы, путём дальнейшего расширения осознавания. А посему неправильно критиковать, из зависти, смысл предельной чистоты. Это ввело бы в заблуждение тех, кто верит в неправомерность дхармы. [Тот же] критик обосновывает свою систему следующим образом:

Что касается нашей системы махамудры, то это – осознавание, [сперва] вызываемое с помощью мистическо посвящения и выношенное затем в медитационном погружении, что называется два созерцательных уровня. Таким образом, оно – нерождённое осознавание.

Изучив такую точку зрения, я не сомневаюсь в указанной возможности восприятия четырёх мудр в целом и внутренней реальности махамудры в частности. Но в высшей степени неверно объявлять в качестве состояния махамудры переживание блаженства, пронизывающее тело и ум, которое превращается с [осознаванием] пустоты, словно в процессе нанесения отпечатка, что происходит вследствие возникновения ощущения блаженства за счёт циклического потока сексуального флюида, вызванного посредством третьего посвящения127. Индрабодхи подкрепляет мою точку зрения:

Безнравственное человеческое существо заявляет, "Блаженство [временное], происходящее в результате сексуального объединения, позволяет воспринять этовость [таттва] – внутреннюю реальность". Всё Победивший не говорил, что это – великое блаженство. Так как первое [преходящее блаженство] возникло из сексуального взаимодействия, оно не могло бы содержать в себе осознавание этовости. Ибо такое блаженство не может сохраняться всё время, как сущностное состояние. [Обратно,] осознавание всех Татхагат128 познаёт присущую ему природу и становится высшим средь всех состояний блаженства. Отсюда его обозначение – великое блаженство. Это великое блаженство – не преходящий феномен, но постоянное великое блаженство.

Во многих другиз произведениях делались замечания против [позиции упомянутого автора]. Поскольку оно [чувственное исполнение] происходит в результате циклического течения сексуального флюида и является преходящим по своей природе, оно не соотносится с неизменным блаженством, которое Калачакра отождествляет с махамудрой. Ёще более неверно говорить, что такое [исполнение] должно быть объединено с лишённой-печати пустотой, осознавание которой происходит в результате интеллектуального изучения. Калачакра опровергает это утверждение следующим образом:

Пустота воспринимаемая путём анализа агрегатов потока-существа не имеет содержания, подобно бамбуковому дереву. Но пустота высшая во всех формах – совсем не такая.

Раздел Калачакры об осознавании (джняна), рассматривающий реализацию высшего, неизменного осознавания советует:

...будь совершенно свободен от пустоты полного отрицания, в том виде как она предстаёт в результате анализа феномена составленного из атомных частиц.

Таким образом, говорится, что пустота определённая посредством анализа психофизических агрегатов представляет собой пустоту тотального отрицания. Кроме того, система критика в высшей степени некорректна, ведь она отождествляет имеющее отношение к форме осознавание [пейи еше] с временным блаженством, которое

появляется в результате циклического течения семенной жидкости, как оно возникает в ходе третьего посвящения. Так же неправильно отождествлять предельное осознавание в четвёртом посвящении с пустотой тотального отрицания, которое обозначается как непонятийное состояние. В этом случае, он [критик] принял бы позицию противоположную изложенной в Калачакре и в Джнянасиддхи. Хотя эти два уровня осознавания – касающийся формы и предельный – необходимо должны быть подобными и взамосвязанными, как причина и следствие, критик, однако, как кажется, описывает их несвязанными и противоречащими друг другу. И снова, он неправильно заключает, как например в Тхупгонге, что махамудра [как самопроизвольный союз блаженства и пустоты] непременно должна происходить из процесса инициации. Если бы это было так, ему необходимо бы было сказать, что махамудра фундамента существования – изначальная природа всех вещей – также происходит из процесса инициации. Если такая махамудра фундамента существования не приемлима, то необходимо бы было отвергнуть махамудру пути и завершения, потому что завершение необходимо достигать получая совершенный опыт на пути по отношению к тому, что скрыто в фундаменте существования. Это так же означало бы святотатство, поскольку пришлось бы отказаться от многих трактатов по махамудре, данных старшим и младшим Сарахами, Тилопой, Наропой, Майтрипой и т.д., также как и от текстов типа Труппа Дедюн. Более того, это также значило бы, что великие мудрецы, которые были авторами этих трактатов, оказались бы опровергнутыми на основании его искажённого видения.

Как махамудра воплощает в себе глубокий смысл всех сутр и тантр.
Здесь два раздела:
1 Идентификация сущности пути. 2 Сжатое выражение глубокого смысла сутр и тантр.

Определение сути пути.

Говоря об опознании сущности пути, некоторые из мистических песен и передача символической махамудры определяют данную систему, как относящуюся к тантрической традиции (как противоположной традиции сутр) и особенно к третьему подразделению тантры – пути непосредственного восприятия реальности. Другие два – это путь духовного благословения и путь внутреннего утешения. Сказано, что [чтобы облегчить практику этой системы] требуется получить или краткое или детальное посвящение, как средство проращивания [скрытых семян просветления]. Далее сказано, что – так как пути предшествующие эзотерической мантре рассматриваются как способствующие улучшению состояния – следует медитировать на любых аспектах этих путей и не отказываться от них. Согласно традиции тайной мистической практики, поскольку существует три уровня духовных практикующих – начинающих, средних и продвинутых, – путь разделён на три средства, а именно: безусловную колесницу дефиниций запредельной мудрости, колесницу сокровенной мистической формулы и колесницу непревзойдённой сущности. Считается, что махамудра принадлежит третьему уровню. Было сказано, что махамудра не согласуется прямо с первым, она не протворечит второму, и хотя соответствует третьему, она всё равно превосходит все три уровня. Сказано, что тот, [кто желает практиковать махамудру], должен получить краткое или подробное благословение и посвящение, и должен также на соответствующей стадии медитировать на медитативном божестве [йидаме]. В этом случае, махамудру следует включить в колесницу сокровенной мистической формулы. Тем не менее, если изучить трактаты Сарахи, [обнаружится, что] он обозначал махамудру как "сущностный путь" и рассматривал её промежуточным путём [сенг лам]. Он сообщал следующее в своей мистической песне:
Этот высший, сущностный путь Великой Колесницы позволяет прийти к осуществлению завершения. [Это возможно] потому, что завершение было внутренне присущим [как семя] с изначальных времён.
Он продолжает:
Он свободен от всякого мистического цикла [запредельного осознавания]. Не имеет последователей, что пылко делают подношения. Ему не нужны мистические формулы,

жесты и посвящения, его нельзя реализовать путём тантр, сутр и шастр129. Это неразрушимое осознавание – совершенной красоты в своём естественном мире.
Он далее сообщает:
Не нужны ни тантра нии мантра, ни изучение и не созерцание, ибо все они создают причину заблуждения ума.
Снова он говорит:
Зачем тебе нужны масляные лампы или хлебные лепёшки? Что с ними сделаешь и зачем применять сокровенную мистическую фрмулу?
Высказывания такие как эти описывают путь махамудры в его сути и показывают, что он не основан на тантрическом мистицизме. Считается, что махамудра не связана тремя тонкими познаниями130, и в то же время запредельна четырём видам радости131 и даже превышает внутреннюю прозрачность ума. Тем не менее, её можно трактовать, как относящуюся к тантре, ввиду того что Доха Царицы упоминает [три фактора]: связь с супругой, развитие супруги для того чтобы дать возможность прорасти зерну просветления в ней, а также тайное введения в действие процесса самореализации132.
Несравненный Такпопа говорит:
В целом, существует три духовных пути:
1. Относительно применения логического вывода на пути, сперва убеждаются в отсутствии внутренней природы у всех вещей при помощи изучения посредством дедуктивной формулы, которая отрицает одну или многие индивидуальные самосущности133. И затем, медитируют с уверенностью, что [внутренняя реальность] есть ничто иное как пустота самоприроды.
2. Что касается применение духовного благословения на пути, то здесь стремятся получить контроль над нервной системой и внутренними энергиями при помощи медитационных визуализаций формы йидама.
3. Путь прямого пробуждения посредством открытой реальности – это махамудра сокровенной чистоты.
Гампопа упоминает другие три вида путей:
1. "Путь устранения корня существования" – это колесница запердельной мудрости. На этом пути получают возможность различать между контрмерами и неприемлемыми способами поведения, и тем самым устраняют их.
2. "Путь внутреннего преобразования корня существования" принадлежит к тантрическому мистицизму. Согласно этому пути, трансформация внешних феноменов относится к медитативной трансформации своего тела в форму йидама, и также мужского и женского полового органа – в священный скипетр [ваджра] и лотос [падма] соответственно. Преобразование реальности означает трансформацию ментального осквернения в духовное переживание. Превращают каждую дуалистическую мысль в [недвойственное] осознавание. Таким образом, как было объявлено, загрязнение очищает загрязнение, двойственность удаляет двойственнось.
3. "Путь познания корня существования" – это махамудра. На этом пути нет ни неприемлимых принципов, от которых надо отказываться, ни противоядий против них; нет здесь ни трансформации ни того, кто трансформирует, ибо все реальности – лишь проявления ума. Только через понимание того, что смысл изначально непроисходящей [пустой природы] ума есть присущая дхармакая, и через совершенствование такого осознавания, достигают просветления.
Есть, однако, ещё одна категория трёх путей. Человек низшего умственного развития принимает путь духовных заслуг – колесницу запредельной мудрости. Человек среднего умственного развития, который обладает различающей способностью и страстью, следует пути искусности – колеснице мистицизма. Человек высшего умственного развития вступает на путь внутренней реальности – махамудры.
Таким образом, он [Гампопа] считает махамудру отдельным путём и независимым от сутр и тантр. Несколько раз махамудра называлась путём духовного благословения. Этим хотят сказать, что необходим пробуждённый гуру для руководства предуготовленным последователем – который отрёкся от мирской жизни – до освобождения посредством махамудры – единственного пути мгновенного просветления, который не зависит от путей сутр и тантр. В последнее время медитаторы махамудры старались приспособить её как к сутрам так и к тантрам. Они включили [в традицию махамудры] многие практики, которые требуют приготовлений, например, мистической инициации, которая сеет семена

духовного расцвета, посвящённости в предварительные упражнения и методы усиления опытов. Именно поэтому нет противоречия в том, чтобы рассматривать махамудру как тождественную общему и глубокому пути сутр и тантр, ввиду того, что как высокие, так и низкие умы могут получить от неё пользу.

Сжатое изложение глубинного смысла сутр и тантр.

Было сказано, что все учения сутр и тантр, изложенные победоносным Буддой, являются средством осознания этовости134 [присущей всем вещам реальности]. Смысл всех этих [учений] сконцентрирован в этовости, на которой держится предельное значение практики. Она также – это направление, к которому бескрайние и глубокие учения неизбежно должны привести искателя. Сутра определяет данную точку зрения:
Все учения Татхагаты сконцентрированы в этовости; они покоятся на ней и ведут к ней.
Второй трактат Бхаванакрамы сообщает:
Учения Просветлённого Победителя были в совершенстве изложены с целью непосредственно или косвенно объяснить этовость, и все они сфокусированы на этом.
Дипанкара Атиша говорит:
Все восемьдесят четыре тысячи форм дхармы135, изложенные Буддой, сводятся к этовости. Ни какие другие сутры и тантры, не относящиеся к методам осознания пустой природы реальности, не излагались.
Панчакрама утверждает:
Концепция этовости, изложенная во многих сутрах и тантрах, знаменует собой ничто иное, как внутреннюю пустоту.
В похвале Просветлённому Победителю в Ниваранавискамбхи подтверждается:
Ты изложил дхарму о том, что изначально спкойно и не происходит. Ты привёл в движение колесо учения, имеющего дело с тем, что вне всех несчастий [сансары].
Таким образом были изложены два пути, как средства осознания пустоты. Глубинный смысл пути сутр обычно включает в себя три причины, а именно, слушание, изучение и медитацию, и в частности практику шести принципов запредельной мудрости. Все они сосредоточены в медитации на постоянной реальности. Ваджрасамадхи-сутра сообщает:
Когда не удаляются от осознавания пустоты, тогда осуществляют все шесть принципов совершенства.
Кхьепар Семкьи Чжюрай Дхо определяет:
Недвойственность значит щедрость; Неисключение – нравственность; Неразличение – терпение; Неприятие и отказ – старание; Непривязанность – спокойное погружение; Непонятийность – мудрость.
Сараха заключает:
Это непонятийное осознавание читает, всесторонне охватывает и медитирует, а также лелеет дхарму.
Рапту Минепе Гую сообщает:
Питаясь пищей, которая натуральна и неизменена136, можно удовлетворить все школы и учения, ибо всё появляется в свете ментальных характеристик. Лишь невежественный, неразвитый ум полагается на общепринятые слова.
К тому же объяснения созидательных применений на двух медитационных стадиях, составляющих сокровенную глубину эзотерического пути, давались, для того, чтобы реализовать непонятийное осознавание, ведь высшая цель [Будды] – это обретение такой предельной простоты. Дордже Кхандо (Ваджрадакини-тантра) поясняет:
Для того чтобы осознать вид внутренней чистоты, медитатор применяет созидательный процесс, такой как медитация и повторение священных слогов. Однажды осознав вид внутренней чистоты, практикующему внешне созидающих процессов не следует далее применять их. Точно так же как некто пересекая реку на лодке, оставляет лодку, достигнув другого берега, так и медитатору следует прекратить созидательные процессы.
Комментарий Хеваджра-пиндартха на Ваджрахридаю сообщает:
Тот, кто связан дуалистическими мыслями и скрытыми впечатлениями, должен вначале использовать ритуалы дуалистического измерения. По достижении осознания сокровенной природы дуализма, ему следует подниматься к непонятийному состоянию.

По этой причине говорится, что смысл мистических практик по актуализации сокровенной чистоты неотъемлем от этовости [пустой природы] непонятийного осознавания. Такньи (Хеваджра-тантра) снова повторяет:
На присущей непонятийному состоянию природе покоится значение святых слогов и высших иллюзорных форм.
Тот же текст добавляет:
Оно [непонятийное осознавание] олицетворяет [суть] повторения священных слогов, аскетизма, сжигаемых жертв, и собрания высших форм и дворцов. Короче говоря, ум воплощает единство всех форм.
Амритагухья-тантрараджа говорит:
Для того, кто раскрыл присущую уму природу, в этом [состоянии] воплощены все различные действия и ритуалы, такие как поклоны, подношение хлебов [торма], и т.п.
Было сказано, что для реализации чистого осознавания, существенны ключевые наставления по махамудре. Без них тяжело достичь реализации махамудры, как ясного осознавания истинной реальности, следуя по пути сутр и тантр. Сараха сообщает:
Отказавшихся, таким образом, от мира, этих преданных давших обет безбрачия людей, называют оперившимися монахами, старшими и младшими. Некоторые учат сутры, некоторые ловят один аромат природы ума, в то время как другие используют учения Махаяны как причину [освобождения]. Эти учения проистекают из классических трактатов по концептуальным признакам [реальностей]. Ещё одни медитируют на высшем космическом измерении и собрании божеств [мандала]. Некоторые рассматривают значение четвёртого посвящения. Другие созерцают элемент пространства, ещё одни видят пустоту. Большинство пустились на путь разногласий [ведущий в неблагоприятном направлении]. Кто бы ни созерцал природу нирваны не имея самопроизвольного осознавания, не реализует окончательного.
Тилопа поддерживает данную позицию:
Объясняя ли тантрический мистицизм, запредельную мудрость, священный канон и краткие высказывания, или следуя различным классическим трактатам и концептуально определённым доктринам, нельзя реализовать махамудру, как ясное осознавание.
Сказано, что истинную реальность можно легко осознать, если следовать ключевым наставлениям по махамудре, предельной реальности. Абхидхарма-тантра настаивает:
Тот, кто посвящает себя медитации махамудры, добъётся непосредственного медитативного пробуждения, а также достигнет совершенного освобождения и просветления137.
Сурьячандра-садхана комментирует:
Искатели с высоким интеллектом должны следовать махамудре истинной реальности. Овладевая невозмущаемой концентрацией, им упорно надо медитировать в течение трёх лет и трёх месяцев138 на недвойственном состоянии блаженства и пустоты. Они добьются высшей реализации; так об этом сказано.

Замечательные качества практикующих махамудру.

Эти учителя описываются в двух разделах:
1 Линия реализовавших учение в Индии. 2 Линия медитативной системы в Тибете.

Линия реаливавшихся учителей в Индии.

Будда Ваджрадхара объяснил неограниченные, не могущие быть превзодёнными тантры, в особенности Махамудрутилаку, Шри-анавила-тантру, Рапту Миньепе Гью и другие, являющиеся квинтэссенцией тантры. Их хранение было возложено на Гухьяпати, который потом передал их пробуждённым женщинам [дакиням] в Уддияне [Сват]. Воплощённый царь Вишукальпа совершил путешествие в Уддияну, где получил ключевые наставления и пояснения от дакиней. Он принёс в Индию подробные учения тантрического мистицизма. Изучив возможности всех вероятных последователей, он обнаружил, что Сараха – это бескрайний высший ум – совершенный человеческий приверженец учения – которому было предназначено достичь мгновенного освобождения. После того как ему были даны

ключевые наставления, Сараха достиг освобождения. Он [Сараха] затем в песнях выразил сущностные наставления и счастливо привёл к освобождению многих людей. Таким образом, линия сокровенной реализации начала существовать, событие хорошо известное в данной традиции. Согласно сообщениям, содержащимся в Дохах, Датсе, Гьягар Сангче, и т.п., совершенно просветлённый Будда увидел, что настало благоприятное время для передачи чудесной квинтэссенции дхармы. Это произошло в то время, когда он созерцал нирвану и уже показывал знаки своего ухода после того, как отвечая на нужды чувствующих существ трёх уровней привёл в движение колесо дхармы в три стадии. По желанию Манджугхоши и Авалокитешвары он предпринял путешествие на Юг и передал эту являющуюся квинтессенцией дхарму собранию бесчисленных бодхисаттв, сошедшихся вместе в городе Вибарбхе139. Тогда Будда предсказал, что в определённый момент в будущем появятся последователи этой сущностной дхармы. То были два бодхисаттвы [Манджугхоша и Авалокитешвара], Сараха, Нагарджуна, Шавари и другие. Некоторое время спустя бодхисаттвы Манджугхоша и Авалокитешвара – перевоплотившись в Девапутру Ратнамати и Девапутру Сукханатху – передали это учение Сарахе. Сказано, что тот достиг освобождение мгновенно.

Другая традиция, хотя в основном и сообразуется с данным перечнем, сообщает, что Ратнамати был реинкарнацией самого Будды, а Сукханатха – Гухьяпати [бодхисаттва Ваджрапани]. Эта и другие вариации не противоречат друг другу, потому что в высшем смысле эти пятеро, в совершенстве осуществившихся140, и другие подобные им считаются перевоплощениями Будды. Итак Будда Ваджрадхара передал своё учение перевоплощённым бодхисаттвам, которые, в свою очередь, посвятили в него Сараху, который стал отцом всех великих святых Индии, и который помогал им достичь освобождения. Сараха передал учение Нагарджуне, который известен как второй Будда. Оба они являлись гуру большинства великих индийских святых. Нагарджуна в частности руководил Шри Шаваришварой на его пути к освобождению. Тот принадлежал к касте танцоров и был человеком всецело преданым учению, который был предуготовлен обрести мгновенное освобождение. Согласно некоторым традициям, Шавари позже получил являющуюся квинтэссенцией дхарму от двух бодхисаттв и также от Сарахи. Они к тому времени достигли просветления через иллюзорную форму или подобную пространству мистическую форму141. Сказано, что эти мастера до последнего времени появлялись перед счастливыми приверженцами в горном убежище Шрипарваты142. Пройдя через череду [учителей], являющиеся квинтэссенцией наставления, такие как Друппа Дедюн махамудры, Ньингпо Кордрук, двадцать четыре раздела Аманаси, и обширный и сжатый тексты Доха, стали известны в Индии. В результате всего этого, большинство мудрых схоластов и святых последующих периодов были настолько охвачены чувством удивительного перед таким являющимся квинтессенцией наставлением, что начали разыскивать гуру и просить наставлений данной линии. Подобным же образом, Майтрипа, который слышал о величественности этой являющейся квинтэссенцией дхармы и линии, отправился в Шрипарвату на Юге, испытывая неизмеримые лишения. Когда его поиски Шавари провалились, он предпринял попытку самоубийства, тогда Шавари возник перед ним. Вскоре Майтрипа получил наставления по являющейся квинтэссенцией дхарме. Следствием всего этого [покуда он прибывал в Бодхгае в Магадхе] явилось признание данного выдающегося учителя великим господом Майтрипой, и создание им большого числа комментариев по наставлениям, которые он сам и составил. Являющиеся квинтэссенцией наставления, содержащиеся в Дохах, Датсе, Сангче, и т.д. стали широко известны, особенно когда они перешли к индийскому Ваджрапани [Гьягар Чакна] и от него к другим. Далее, согласно [некоторым источникам] известным в данной медитативной традиции, знаменитый великий святой, обладающий сверхчеловеческими способнастями, Тилопа, был перевоплощением Чакрасамвары, просветлённого победителя, впрочем другие утверждают, что – бодхисаттвы Читтаваджры143. Сказано, что Тилопа в своей тонкой иллюзорной манифестации посетил Аканистху, мир будды, и составил список объяснений доктрины Будды Ваджрадхары во всей её глубине и бескрайности. Вследствие этого, он стал выдающимся мастером тантрического мистицизма, подобно хранителю учения Ваджрапани. Тилопа распределил все формы созидательных визуализаций по четырём и шести разделам, все высшие медитации совершенного исполнения, принадлежащие отцовской тантре, по пяти уровням, между тем как медитации материнской тантры – по четырём мудрам и шести разделам.

Сказано, что Тилопа затем посетил великую страну Захор в Восточной Индии [Бенгалия]. Слушая объяснения учения, собравшиеся люди сотнями и тысячами находили дорогу в мир дакиней144, таким образам город опустел. В этом рассказе говорится об удивительном подчинении Тилопой восьми святых, которые, в свою очередь, освободили бессчётное количество чувствующих существ, и о традиции, будто Тилопа продолжает жить, совершая внутренне чистые действия в своей иллюзорной форме, пока продолжает существовать учение Будды. Утверждение Тилопы, что у него не было человеческих учителей, вызвало скептическое отношение других. Поэтому, дабы удовлетворить критиков, он создал впечатление того, что у него есть мирские гуру, и достиг освобождения. Среди гуру, от которых Тилопа получал четыре мистические передачи145, были Нагарджуна, Кришначарья, махасиддха Лавапа и дакини Субхагини. Посетив других великих мужских и женских гуру таких как Тенгипа и Дарика, которые были учениками Луйипы и его братьев в дхарме Индрабодхи и Ваджрагханты, он проявил путь освобождения. Далее следует великий мастер Наропа, который достиг совершенного владения сутрами, тантрами, науками, и исскуствами, а также реализации мистицизма. Следуя пророческому руководству данному Чакрасамварой и дакиней, Наропа пришёл в Захор разыскивая великого мастера Тилопу. Найдя и понравившись ему своей службой и открытостью, например, пройдя через двенадцать суровых испытаний, Наропа получил все ключевые наставления, восприняв их целиком, словно переливанием всего содержимого одной вазы в другую. По возвращении в Магадху, Наропа привёл к исполнению бесчисленное количество последователей. Среди видных его учеников были семь, которые были сравнимы с ним, например, Майтрипа; сто восемь святых, как Пайндапа; пятьдесят четыре йогинов мужчин, которые достигли чистейшего состояния через трансформацию неблагоприятных условий, и тысяча женщин-мистиков. Кроме того, там были Пхамтхингпа из Непала и великий переводчик Марпа из Тибета. Наропа также обрёл просветление подобного радуге проявления.

Линия медитативной системы в Тибете.

Выдающийся переводчик Марпа посещал Индию три раза. Он обучался долгое время у преподобных мастеров, таких как Наропа, Майтрипа и другие, которые достигли реализации. Сделав практики соответственно большинству глубоких наставлений, он очистился от сомнений и предположений. Преподобный Марпа превосходил всех остальных учёных, владеющих двумя языками, и был широко известен, как достигший реализации мастер. Из всех тибетских переводчиков обучавшихся в Индии, Марпа был известен, как лучше других разбирающийся в жизненно важных наставлениях, бескрайних и глубоких. У него было много реализовавшихся последователей, таких как три ученика – Мей, Нгок и Рам, а так же Тсюртон, Голек и другие, и в особенности Мила Шепе Дордже из Кунгтханга. Миларепа добился благосклонности выдающегося Марпы тем, как терпеливо подвергался многочисленным физическим испытаниям. В результате он получил общие учения и являющиеся квинтэссенцией наставления по махамудре, а также специальные тайные устные наставления. Он поднял победоносное знамя медитации пройдя путь такого большого количества лишений и аскетизма, что слыша о них люди поражаются и проникаются благоговением. В результате чего Миларепа стал наиболее известным мистиком Тибета. Среди огромного количества его пробуждённых последователей, были четыре великих в одежде из хлопка реп146, восемь младших, и шесть мастеров. Учителя этой медитационной линии вплоть до Миларепы медитировали главным образом на ключевых наставлениях мистицизма Мантраяны, хотя в разные моменты и включли важные наставления по махамудре из рассуждений по йогам внутреннего тепла и ясного осознавания147. Тогда как, великий мастер Гампопа, движимый неизмеримым состраданием, объяснял главным образом являющиеся квинтэссенцией наставления по махамудре. В результате этого она стала широко известна как единый путь для всех ищущих освобождения. Тут, как кажется, существует особое причинное звено установленное в прошлом, о котором можно вкратце упомянуть. Преподобный Гампопа первоначально был известен среди последователей Будды, Высочайшего Мудреца и Прсветлённого Победителя, как бодхисаттва Да-о-Чжонну (Чандрапрабха). Однажды, объясняя Самадхираджа-сутру, Высочайший Мастер спросил собравшихся бодхисаттв:

"Кто из вас желает быть одним из распространителей этой сутры и сделать её широко известной в будущем, когда дхарма прийдёт в упадок?" Вслед за тем встал Чандрапрабха и пообещал сделать так. Высший Мастер, положил правйю руку на его голову, призвал великих учеников, таких как Аджита [Майтрея] и небесных существ вселенной, и предсказал: "Когда в будущем дхарма придёт в упадок, Чандрапрабха навсегда сохранит принцип чистоты, сделает священное медитативное погружение известным многим людям и сделает доступной дхарму Сугаты [до конца достигшего Будды]. У него будет учиться не менее пятисот последователей. Он достигнет просветления и станет известен, как победоносный будда Дримай О (Вималапрабха). Будда затем благословил бодхисаттву Чандрапрабху, так чтобы того не могли одолеть препятствия. В этот момент восемь сотен учителей дхармы также встали и поклялись сохранять значение той же сутры. Девы, наги и куберы148, числом восемьсот миллионов, торжественно пообещали защищать этих святых мудрецов. Так говорится в Самадхираджа-сутре. И ещё раз, Высший Мастер, утешая Ананду, предсказывал в Махакарунапундарика-сутре, что после его ухода в нирвану монах по имени Тсходже (Дживака) появится на Севере, и широко распространит учения Будды. Будда восхваляя его, предсказал, что этот монах, сразу после смерти, достигнет просветления и станет татхагатой Вималапрабхой в мире будд называемом Гуналамкара, в Блаженной Чистой Стране [Сукхавати] Будды Амитабхи. Далее было предсказано, что в снежной стране, к северу от Бодхгаи, рядом с рекой Лохита [река Брахмапутра в части течения в Восточном Ассаме], текущей по скалистым и покрытым лесом горам, монах-целитель и мастер дхармы по имени Дживака [Тсходже], вместе с учениками числом не менее пятисот, почувствуют просветлённое осознавание Татхагаты. Хотя существуют и другие такие предсказания, они не упоминаются здесь из опасности слишком увеличить объём. Те, кому хочется получить более пространную информацию, может прочитать соответствующие сутры. Таким образом, согласно пророчествам, уважаемый мастер Гампопа и его последователи числом не менее пятисот, появившись посреди скалистых, покрытых лесом гор славного Такла Гампо, к северу от Бодхгаи, практиковали являющиеся квинтэссенцией наставления по махамудре и затем сделали их доступными повсюду среди последователей. Точно так же, сдерживая свою клятву восемьсот бодхисаттв мастеров дхармы, переродились в Тибете и стали также личными учениками Гампопы или последователями его последователей. Многие из них были великими пробуждёнными мастерами, которые не только впитали в себя учения, но также сохранили и широко распространили их. Снежная страна Тибет огласилась таким великим эхом их славы, что оно могло бы легко сотрясти весь мир. Славный орден Такпо Кагьюпы стал широко известен в других странах, таких как Индия, Непал, Китай и Монголия. Как каждый может ясно увидеть, даже в наши дни века быстого вырождения, существуют ещё человеческие существа, которые полностью отказались от привязанности к материалистической жизни и превосходят других поднимая победоносное знамя медитации, скитаясь по вселяющим ужас кладбищам, передвигаясь по горным убежищам и живя в удалённых пещерах и покинутых районах. На этом я завершаю объяснение о том, как увеличивают доверие.

ГЛАВА ВТОРАЯ:
Подготовительные практики.

Подготовка.

Данные практики обсуждаются в двух разделах:
1 Систематический путь общих поучений. 2 Описание подготовительных упражнений данного медитативного пути.

Систематический путь общих поучений.

Практическая система священной дхрамы перечисляется для людей, которые мучаясь страданиями существования [сансары] и стремясь к освобождению, приняли драгоценные учения Будды. Вначале приверженцам следует найти в полной мере правомочного

духовного руководителя, так как он или она являются основной поддержкой на пути. После того как учителя критически оценили, с ним надо поддерживать связь и практиковать по всем необходимым правилам нравственности, что приведёт в дальнейшем к расцвету добрых качеств. Следует тщательно изучать собрания слов победоносного Будды и, в особенности, уделять время дхарме, как объединённому пути трёх искателей149, который есть путь, вызывающий внутренний отклик к священному учению и защищающий от какого-либо вырождения. Не достаточно схватить только однажды смысл того, что слышал. Следует размышлять над ним снова и снова, для того чтобы взрастить сильную нелюбовь к привязанности к данной жизни, и тем самым возбудить необычайное мощное стремление к достижению постояного мира в будущей жизни. Рассматривая с таким отношением образ действий тех, кто заявляет, что они являются приверженцами дхармы, поймут, что для некоторых из них дхарма – это случайная практика, для других – средства к жизни, предмет для лекций или же форма притворства. Понимание того, что такие практики не только не принесут благо в будущих жизнях, но и принесут вред, придаст чувство радости от правильной медитации и продвижения к реализации правильным способом. Нагарджуна комментирует:
Мудрость возрастёт если слушаешь и созерцаешь [дхарму] и уделяешь время медитации; тогда достигнешь высшей реализации!
Абхидхармакоша подчёркивает:
Тот, кто поддерживает моральную дисциплину и слышал, и изучил [дхарму], должен начать медитационный процесс.
Бхаванакрама объясняет:
Вначале следует стремится развивать мудрость слушая [дхарму], ибо это позволяет уловить смысл авторитетных писаний. Потом, аналитическим интеллектом различают между видимым и предельным смыслами. Понимая, таким образом разделённый смысл, следует медитировать на реальности чистого состояния, а не на его видимом аспекте. Если медитировать неправильно и не очиститься от сомнений, не достигнешь совершенного осознавания. Как результат, медитация становится бесплодной, подобно медитации радикальных догматиков [тиртхика].
В таком разе тем, кто вначале не столь хорошо способен воспринять глубокий смысл, возможно лучше всего идти постепенно "объединённым путём трёх личностей", как бы взбираясь по ступенькам. Чарьясамграха объясняет:
Чтобы дать возможность новым приверженцам найти священную правду, полностью просветлённый Будда изложил методы по стадиям, подобно ступеням лестницы.
Хеваджра-тантра суммирует:
Тем чувствующим существам – окружённым менее благоприятными условиями – трудно развиваться духовно. Какие способы годятся для их подготовки? Просветлённый Победитель отвечал: "Сперва дайте им метод самоочищения, потом десять моральных заповедей. Передайте доктрины Вайбхашики, Саутрантики и Йогачары. После этого вам надо учить их доктрине Мадхьямаки. Когда они изучат тантрическую систему, Вам следует открыть им учение Хеваджры. Если последователи применяют всё это с глубоким благоговением, реализация без всякого сомнения снизойдёт на них."
Таким образом, отмечается, что учения должны передаваться шаг за шагом – сперва путь постепенного совершенствования экзотерической колесницы и затем классы тантры.

Описание подготовительных упражнений данного медитативного пути.

Есть два типа людей, ищущих глубокий смысл пути. Надлежит ясно сознавать необходимость передачи достаточно предуготовленным учёным искателям глубочайшего пути мгновенно, и постепенно – начинающим. Капей Сарньинг (ранний и поздний Ахапраманасамьяк) формулирует:
Сообразно различным уровням интеллекта, есть люди склонные или к последовательному или же к мгновенному пути. Великое лекарство для искателей на постепенном пути становится ядом для искателей – мгновенного. Великое лекарство для мгновенного просветления становится ядом для постепенного просветления. Людям с врождёнными созидательными способностями надо показывать мгновенный путь, между тем как молодые умы следует вести постепенным путём.

Рассматривая способ передачи глубочайшего пути [махамудры], преподобный Гампопа считал, что тот является независимым от тантр путём. Поэтому Гампопа не сделал эзотерическое посвящение обязательным условием получения учений махамудры. Он говорил о том, как вести последователя прямо к присущей уму реальности. Этот [простой] метод состоит из принятия прибежища в гуру и трёх драгоценностях, поднесения им символического космоса [мандалы], отчёта за все губительные поступки, и обращение к ним [гуру и драгоценностям] с сильной преданностью и благоговением. Данные практики включают медитацию на любви, сострадании и просветлённом отношении [бодхичитте]. В этом смысле, тем, кто обладает изумительным интеллектом склонным к мгновенному пути, следует заниматься вначале процессом раскрытия видения внутренне присущей реальности, а затем приведением ума в спокойное погружение, подобно современной подготовке махамудры четырёх слогов. Людям с меньшим интеллектом, предрасположенным к последовательному пути, надлежит пройти через практику успокоения, ведущую к медитации постижения, что подобно современной подготовке посредством "сочетания с совозникающим осознаванием150". Понятно, что оправдание для [двух путей] надлежит искать в его [преподобного Гампопы] письменных комментариях, устном завете, ответах, и его устном завещании, записанном Пал Пхагмо Друпой151 и Дже Дюсум Кхьенпой152 в соответствующих собраниях их трудов. Позже последователи данного медитативного ордена приспособили махамудру к практике тантрического мистицизма. Известная как "махамудра в пяти частях153", она включает в себя, среди всего прочего, развитие просветлённого отношения, возвышение ума до чистейшего состояния через медитацию на медитационном божестве [йидаме], на гуру, а также медитацию махамудры, всякий раз она заканчивается посвещением заслуг для освобождения других. В начале, прежде чем объясненять другие трактаты по махамудре, такие как Лхенчик Кьеджор и Йиге Шипа, в качестве средств актуализации медитации, предписываются четыре вступительных упражнения. К этим упражнениям относятся медитация на непостоянстве, визуализация Ваджрасаттвы, за которой следует повторение мантры, совершение подношений космоса [мандалы], и согласование ума с совершенным осознаванием гуру. Поскольку эти медитации махамудры содержали тантрические элементы, практикующему было необходимо получить подробное либо сокращённое посвящение, как средство активации своего внутреннего потенциала. Махамудратилака поясняет:

Без посвящения через инициацию нельзя добиться самореализации, это было бы всё равно, что давить песок, желая выжать масло.

Буддхакапала сообщает:

Всё равно как нельзя играть на арфе без струн, пусть даже и присутствуют все остальные составные части, так же нельзя реализовать мистическую мантру и медитативное погружение без получения полномочий.

С другой стороны, если следовать системе преподобного Гампопы – разъяснения только махамудры, то практикующим необязательно давать посвящение. Согласно его системе надо твёрдо придерживаться предписанных им подготовительных практик, не включая туда тантрической медитации Ваджрасаттвы, произнесения мантры, преобразования себя в йидама и визуализации гуру в форме Будды Ваджрадхары, источника мистического посвящения. В связи с этим можно спросить, происходит ли упражнение по подсчёту ритма дыхания и поддержания его, которое включено в медитацию успокоения, из тантрического мистицизма. Ответ – нет. Потому что подсчёт и сосредоточение на ритме дыхания и многие подобные упражнения предписываются так же для достижения медитативного успокоения и согласно экзотерической сутре. В теперешнем веке, махамудра и мантраяна [тантрический мистицизм] смешаны и их медитируют вместе, для того чтобы увеличить реализацию. Многие тантрические элементы также введены и в подготовительные практики. Для тех кто желает действовать таким образом, посвящение для актуализации внутренних возможностей, конечно, необходимо. Надо получить или подробное или краткое посвящение, основанное на подлинной тантре, связанной с реализационным божеством, таким как например Чакрасамвара с его супругой. Такая традиция должна сохраняться живущими мастерами духовной линии, ибо они – источник благословения.

Соответствующие подготовительные практики: Разъяснение необщих подготовлений.

Существует пять различных практик:
1 Созерцание непостоянства и прочего с целью преодоления лени. 2 Принятие прибежища в трёх драгоценностях и пробуждение просветлённого отношения для избавления от помех в практике. 3 Подношение космоса [мандалы] для развития личной добродетели. 4 Медитация и повторение мантры для очищения от внутренних загрязнений. 5 Созерцательное согласование с совершенным состоянием гуру для получения духовного благословения.

Созерцание непостоянства и прочего с целью преодоления лени.

Важно, чтобы практикующий всегда пробуждал в себе сильное стремление к освобождению, ведь оно – корень практики дхармы. Это можно делать путём созерцания того, как редко получают человеческое тело, обеспеченное надлежащими качествами и условиями, как благодаря его наличию могут быть реализованы великие цели, как быстро тело поддаётся старению, как сила кармы движит судьбой даже после смерти, как белая [хорошая] и чёрная [плохая] карма работает, каково различие между лёгкой и тяжёлой кармой, как неисчерпаемая карма приводит к результату, и как испытывают действия трёх видов кармы. Созерцание далее фокусируется на страданиях чувствующих существ в шести сферах существования и болезнях, вызываемых видимыми удовольствиями жизни. Отвращение к циклическому существованию называется базисом154 медитации или хозяином медитации. Если удовлетвориться лишь однократным всесторонним рассмотрением этих принципов, или даже начальным опытом медитации, не получится преодолеть не только заблуждение, вожделение и ненависть, но кроме того уступают силе материалистического стремления к благополучию, удовольствию и знатности. В этом состоит причина того, почему так мало искателей достигают реализации. Вот как наставлял Тилопа других йогинов:
О взгляните на реальность материалистического мира. Он временен, как сон или иллюзия. Сон и иллюзия не существуют! Возбудите чувство отвращения, откажитесь от погони за преходящим миром, порвите связь с товарищами и привычками, из-за которых возникает привязанность и ненависть. Медитируйте в лесах или в уединении в горах.

Принятие прибежища в трёх драгоценностях и пробуждение просветлённного отношения, с целью удаления помех практики.

Тем, кто стремиться к освобождению – из-за ужаса перед несчастьями сансары – очень важно находится под покровительством трёх драгоценностей и обращаться к ним за прибежищем, ибо оно составляет фундамент буддийской практики. Сутра сообщает:
Когда обращаются за прибежищем к Будде, Дхарме и сангхе155 и четырём благородным истинам – Истине страдания в сансаре, Истине причины страдания, Истине обретения свободы от страдания, И истине благородного восьмиричного пути пробуждения – реализуют мир в нирване. В мудром восприятии Четырёх благородных истин пробуждения состоит прибежище, первичное и высшее; доверяя ему, достигаешь Освобождения от всех страданий.
Рассматривая пользу от стремления к трём драгоценностям с целью получения прибежища, Праджняпарамита-самучаягатха сообщает:
Если духовные заслуги от принятия прибежища [в трёх драгоценностях] были бы материальными субстанциями, тогда бы три плана [вселенной] были бы слишком малым вместилещем для них. Великий океан – хранилище воды – его не измерить каплями.
Блага невообразимо огромны, в частности имеется восемь благ, а именно: (1) принятие прибежища приводит в общество дхармы, (2) оно составляет основу для получения наставлений всех уровней, (3) оно позволяет истощить прошлую карму и убрать загрязнения ума, (4) оно помогает накопить духовные заслуги, (5) оно предохраняет от падения в нижние миры, (6) оно защищает от вреда, причиняемого человеческими и нечеловеческими существами, (7) оно помогает осуществить духовные пожелания, и (8)

оно позволяет быстро обрести просветление. Кроме того, сказано, что ещё большую пользу можно получить принимая прибежище согласно традиции Махаяны. Приверженцы этой системы будут избавлены от занятий практиками, которые не используют искусных средств156, тех, что содержатся в Первой Колеснице157 [Хинаяне]. Поэтому принимать прибежище следует определённо и верно понимая цель, время, мотивацию, форму и т.п. Сейчас некоторые считают, что этап принятия прибежища предназначен только для начинающих. Игнорируя его на более поздней стадии, полагая неважным, они неправильно применяют предписания прибежища. Такое недостаточно мудрое действие не даёт им возможность попасть в разряд учеников Будды. Пробуждение просветлённого отношения [бодхичитта] обеспечивает вхождение на путь тем, кто желает следовать Великой Колеснице. Как таковое оно – фундамент пути к просветлению. Нагарджуна описывает:

Если ты сам и другие мирские существа пожелают обрести высшее просветление, им следует упрочить своё основание – бодхичитту – до крепости Горы Сумеру, Царя всех гор.

Гандавьюха-сутра сообщает:

О благородный сын, бодхичитта – что семя всех учений Будды.

Такая бодхичитта должна возникнуть через развитие любви и сострадания. Любовь и сострадание происходят из соображения, что все чувствующие существа хотя бы однажды были нашими "матерями" и "отцами" с незапамятных времён и благодаря горячему желанию отблагодорить их. На такой [космической взаимосоотнесённости] медитируют с глубоким пониманием. Духовная польза от медитации на любви, сострадании и просветлённом отношении описана в Ринчен Тренгва (Ратнавали):

Духовная заслуга, заработанная купцом, кормящим триста человек три раза в день, не может даже частично сравниться с заслугой, заработанной тем, кто пробуждает любовь хотя бы на мгновеннье. Тот, кто поступает так, получит любовь и защиту человеческих и небесных существ. Он будет наслаждаться внутренним миром и благополучием и будет жить свободным от страха быть отравленным и раненым оружием. Его желания исполнятся так, что ему придётся стараться. Он достигнет высшего уровня космоса [Брахмалока158]. Если даже он и не обрёл освобождения, он реализует восемь атрибутов любви.

История жизни бодхисаттвы Авалокитешвары содержит такой отрывок:

Применение одной добродетели привлечёт все остальные добродетели просветления, как будто все они на твоей ладони. Что это за одна [добродетель]? Она – великое сострадание.

Чандракирти описывает:

Чтобы вырастить совершенный урожай победоносного просветления сострадание будет зерном и водой, благодаря которой возникает жизнь, растёт и созревает урожай. Да насладятся этим на долгое время. С такого рассмотрения я начинаю похвалу состраданию.

Вирадатта-грахапатипарипричча-сутра говорит:

Если духовная заслуга от просветлённого отношения была бы материальным веществом и должна была бы заполнить пространство, колличетво [заслуги] было бы безмерно больше.

Тот же текст продолжает:

Подчиняясь бодхичитте сложив руки в благоговейной позе, совершают подношение не имеющее ограничений, ибо выше всего делать подношение драгоценных самоцветов всем, кто пришёл в успокоение [буддам], которых так много в будда-полях, что песка в равнине Ганга [северная Индия].

Существуют и многие другие высказывания [касающиеся получаемых благ от просветлённого отношения]. Сюда можно прибавить следующее – это блага, получаемые благодаря сильному стремлению к бодхичитте. Оно приводит на уровень Великой Колесницы, которая составляет основу всех заповедей бодхичитты. Оно искореняет все вредные дела и даёт возможность накопить духовные заслуги, которые угодны всем буддам. Оно позволяет принести духовную пользу чувствующим существам, быстро достичь просветления. Далее, применение бодхичитты позволяет исполнять свои пожелания и различные нужды других. Упоминаются многие другие блага. Поэтому, медитируют настойчиво с точным знанием объекта, такого как любовь, сострадание, просветлённое отношение и присущая им природа. Было сказано, что без просветлённого

отношения, никакое применение основных добродетелей, в целом, ни медитация на пустоте, в частности, не соответствуют ни пути Махаяны и не образуют базис высочайшего просветления.

Совершение подношения космоса [мандалы] для увеличения личной добродетели.

В общем, нельзя добиться ни временного ни постоянного счастья без накопления моральных добродетелей [духовных заслуг]. В частности, [пытаясь реализовать предельную цель,] надо увеличивать действительную добродетель, возникающую из запредельного осознавания. Кроме того, нельзя реализовать видение пустоты не имея духовных заслуг. Поэтому важно работать сперва с ними. Сутра сообщает:
Мира достигают посредством духовных заслуг, так что человеческим существам следует копить духовные заслуги; им надо делать так, как можно чаще, и делать решительно в этот самый день.
Праджняпарамита-самучаягатха подчёркивает:
Пока корень добродетелей остаётся не вполне совершенным, нельзя осознать предельную пустоту.
Рассматривая накопление духовных заслуг или цели, Ачинтьягухая-сутра говорит:
При помощи действительных добродетелей, происходящих из осознавания, полностью очищают все ментальные загрязнения. Посредством духовных заслуг, происходящих из моральных добродетелей, чувствующие существа поддержат своё благополучие. О Прсветлённый Победитель, раз так, бодхисаттва, великий бодхисаттва должен стремиться к накоплению моральных и действительных добродетелей осознавания.
Ратнавали сообщает:
Таким образом, рупакая159 возникает благодаря накоплению верховной моральной добродетели. Дхармакая происходит из накопления верховной добродетели осознавания.
Короче говоря, два уровня духовных заслуг представляют собой все те духовные блага, что выводятся из практики шести принципов потусторонней мудрости. Касаясь метода накопления моральных добродетелей, в общем, практикуют десять добродетелей дхармы160 и четыре способа побеждающих [приверженцев161]. В этой связи было сказано, что накопления заслуг можно добиться путём семикратной преданности, сделав мандалу главным подношением. Поднося мандалу, следующие этому медитативному ордену, должны визуализировать перед собой какие-либо формы прибежища, являющегося источником духовных заслуг. О подношении мандалы говорится, что вся вселенная [мандала] подносится драгоценному прибежищу через визуализацию или ментальное созидание [мириады космосов]. Это надо делать представляя всё своим собственным и отдавать не ожидая ничего взамен. Далее развивают моральные добродетели путём практики семикратной преданности. Из этих семи действий, простирания, поклонения, обращения и молитвы являются средствами приобретения моральных добродетелей. Признание моральных проступков даёт возможность очиститься от ментальных осквернений, восхищение [хорошими делами других] увеличивает добродетель, и разделение духовных заслуг с другими не только сохраняет эти заслуги, которые происходят из накопления, очищения и свершения, от исчезновения, но также и развивает их. Говорится, что путём таких практик получают неизмеримое количество духовных заслуг. Следует попробовать сделать особое усилие.

Медитация и повторение мантры для очищения от внутренних загрязнений.

В поисках понимания пути освобождения и всезнающего состояния будды, и их реализации, приверженцы сталкиваются с мощными внутренними загрязнениями, являющимися результатами плохой кармы, совершённой за все предыдущие жизни с незапамятных времён. Если не очистить эти ментальные загрязнения, будешь продолжать бесцельно скитаться по бесконечному циклу существования, испытывая страдания, всё равно что во вращающемся водяном колесе. Иллюстрируя сказанное, Тсом (Уданаварга) поясняет:

Даже от совершения незначительной отрицательной кармы, результатом в следующей жизни будет огромный страх – подобный страху проглотившего только что яд человека – беда и несчастье.
Опять, тот же текст сообщает:
Всякий, кто совершает злые поступки в дикой страсти добиться личного счастья, будет – крича беспомощно – страдать от последствий.
Относительно методов очищения от плохой кармы, в Чатурьядхарманирдеша-сутре упоминаются четыре принципа:
Будда: О Майтрея, бодхисаттва, великий бодхисаттва, который обладает четырьмя дхармами, пересиливает всю накопленную злую карму. Каковы эти четыре [дхармы]? Они суть (1) сила регулярной практики полного удаления [злой кармы], (2) сила регулярного применения противоядий [от неё], (3) сила воздержания от вредоносных поступков и (4) сила прибежища.
Здесь объясняется, что первая сила заключается в полном раскаяния признании прошлых [совершённых] злых действий; вторая – в заучивании или чтении сутр, радостном созерцании пустоты, повторении [священной мантры], рисовании или ваянии образов и ступ, поклонении и обращении к буддам и бодхисаттвам; третья сила – в [добродетели] воздержания десяти вредных воступков; и четвёртая сила – в принятии прибежища в трёх драгоценностях и пробуждении просветлённого отношения. В данной практике, полное раскаяния признание злой кармы происходит через медитацию и повторение мантры. Однако, искреннее раскаяние и твёрдая решимость контролировать себя воспроизводят применение всех четырёх сил. Рассматривая метод очищение от всех вредоносных поступков путём повторения мантры, Субахупарипричча-сутра поясняет:
Точно так же как в диком лесном пожаре летом без усилий сгорают любые деревья и растения, так и злая карма сгорает в огне повторения мантры, раздуваемом ветром нравственности и поджигаемом силой напряжения. Точно так же как снег таит на салнце, так и снег злой кармы плавится от тепла нравственности и повторения мантры. Точно так же как небольшая масляная лампа освещает мрак, так и лампа повторения мантры проясняет кармический мрак, накопленный за тысячи прошлых жизней.
Следует как можно чаще упрекать себя за злые поступки, потому что вредно накапливать их в моменты нарушения заповедей, нарушений проистекающих из любой из четырёх причин, а именно неведения, запутанной эмоциональности, сладострастия и отсутствия преданности. Уданаварга настаивает:
Не игнорируй вредные поступки даже незначительные, думая что они не приносят вреда. Даже собирая только капли воды, можно постепенно наполнить до верху большой чан.
Лекдруп (Сусиддхи) говорит:
В еженощной медитации следует упрекать себя за каждый неконтролируемый поступок, совершённый в течение дня; каждый день следует попрекать себя за каждый злой поступок, совершённый ночью. Сделав так должным образом, надо снова развеселиться.
Касаясь медитации Ваджрасаттвы повторения "ста слогов", Дордже Ньингпо Гьян (Ваджрахридаяламкара) отстаивает:
Визуализируйте должным образом Ваджрасаттву, сидящим на [диске] луны и белом лотосе, повторите сто слогов двадцать один раз в соответствии с ритуалом. Он [Ваджрасаттва] удалит моральные проступки, как провозглашено реализовавшимися мастерами. Практикуйте мантру между медитациями. Повторив её сто тысяч раз Вы достигните совершенного состояния.

Созерцательное сочетание с совершенным состоянием гуру для вовлечения в духовное благословение.

Сутры и тантры обыкновенно сообщают, что руководство гуру составляет корень пути, по которому идут к освобождению. Кроме того, они описывают характеристики, которые должны быть у него, как к нему следует подходить, а так же цель или извлекаемые из этого духовные блага. Трактаты Мантраяны в особенности поясняют, что эзотерический мастер является источником реализации, и вместе с тем обстоятельно обсуждают то, как надо максимально беречь связь с ним. В частности, данный медитационный орден, обладающий силой передачи духовного благословения, отстаивает два способа (1)

получения нового опыта через медитацию и (2) совершенствования его. Тот и другой зависят от благословения гуру. Следовательно, медитатор должен по возможности максимально пытаться осуществить чистейшее состояние гуру путём интенсивной медитации. Если спросят об обосновании этого, оно дано в Манджушринама-самгити:
Он – объект поклонения, восхваления и простирания. Он – достоин постоянного служения. Он – превосходный, заслуживает уважения. Он – высочайший гуру, заслуживающий почитания.
Другой комментарий о гуру говорит:
Его тело соединяет в себе всех будд; он – истинная суть Ваджрадхары. Он – корень трёх драгоценностей. Он – гуру; я простираюсь перед ним.
Цель [гуру йоги] дать временную, а так же предельную реализацию, вот как это объяснено словами Бхавилхи162:
Причина, сказал Ваджрадхара, состоит в том, что реализация зависит от эзотерического наставника.
Снова говорится:
Следует склониться перед лотосовыми стопами гуру ибо он – источник достижения уровня великолепного Ваджрасаттвы.
Касаясь способа медитации на гуру, Ваджрахридаяламкара учит:
Ученик, который почитает гуру должен смотреть на него таким образом: гуру – равносилен всем буддам, он – Ваджрадхара всех времён.
Ваджрапанджара сообщает:
Тот, кто известен как Ваджрасаттва, принял тело эзотерического наставника. Ради благополучия всех чувствующих существ, он [Ваджрасаттва] проявил себя в обычном теле.
Бхавилха так же говорит:
Не смотрите на вашего гуру и Ваджрадхару, как на две раздельные сущности.
Ваджрадакини описывает способ медитации на гуру, как мастере, который объединяет в себе всех будд:
Его тело, по природе, представляет всех будд; его члены тела представляют бодхисаттв; волосы в его порах представляют архатов; его корона представляет пять классов будд; его сиденье представляет существ преходящего мира; лучи представляют богов изобилия, таких как Ноджин Санг и других. Йогины всегда должны смотреть на его тело как на выражение всех этих атрибутов.
Похожее заявление сделано и в корневом тексте Дордже Данчжи (Чатухпитха) и его комеентарии. Чтобы делать выводы на основании этого, надо узнать по больше. Цель гуру-медитации, согласно мастеру Шантипе, состоит в том, чтобы "внушить себе одинаковое доверие и к Ваджрадхаре и своему гуру, сделать устойчивым своё сокровенное осознавание Ваджрадхары, и полностью и быстро реализовать его путём накопления духовных заслуг с наименьшим приложением усилия". Панчакрама подробно описывает блага, получаемые в результате совершения особых подношений своему гуру, таким образом:
Отказавшись от всех остальных видов подношений, следует делать совершенное подношение своему гуру. Угодив ему таким образом, реализуют высшее осознавание.
Гухьясамаджа сообщает:
Поклонение только одному волосу на теле своего гуру приносит больше заслуги, чем поклонение всем буддам трёх периодов времени.
Сампута предлагает:
Своему гуру подносят всякий прекрасный предмет не ожидая ничего взамен.
Ваджрахридаяламкара сообщает:
С постоянным усилием, поклоняйтесь своему гуру, который являет собой Будду Ваджрадхару. Угождая ему, приходясь ему по сердцу, в действительности угождаешь всем буддам.
Бхавилха говорит:
Тот, кто желает осознать неисчерпаемую этовость, должен поднести гуру особый подарок – такой, который придётся ему по сердцу. Сделавший это, поклонится всем буддам всех времён. Благодаря такому поклонению возникают духовные заслуги, благодаря которым, в свою очередь, возникает высочайшая реализация.

Говоря о том, почему такое поклонение гуру следует делать с сильным доверием и почитанием, Дашадхармака-сутра поясняет:

Иметь веру в духовного руководителя, который выпутывает из внутреннего рабства, соответствует высшей колеснице. По этой причине мудрый человек обращается к нему с доверием. Никакое положительное качество никогда не произрастёт в человеке без веры, ибо никакой зелёный побег не появится из жжёного семени.

Ратнолка-дхарани даёт такой ценный коментарий:

Вера предшествует [каждой практике] или рождает её как мать, она защищает всякое хорошее качество и развивает их, Она устраняет сомнения и переправляет через реку [сансары]; вера символизирует город мира и совершенства, она кристаллизует ум, а не запутывает. Будучи корнем благоговения, она устраняет самомнение. Вера подобна богатству, как сокровище, как замечательные ноги; она подобна руке, которая собирает, и является корнем всего.

Вспоминая духовные блага приносимые гуру, воспитывают такую веру и стремление, что становятся взволнованными до слёз. Гандавьюха-сутра описывает роль духовных руководителей:

Будда: "Чжонну Норзанг (Кумара Судхана), духовные друзья не дают свалиться в нижние миры, помогают осознать равностность всех вещей, показывают способ различения пути счастья и страдания, дают советы по практикам для завершения совершенствования, показывают путь к городу всеведения, переправляют в мир всеведения, берут с собой в океан всеохватывающей реальности, объясняют океаническое знание трёх периодов времени, и посвящают в мандалу собрания пробуждённых. Духовные друзья помогают улучшить практику добродетели. Такая любовь к ним волнует почти до слёз.

Если имеют веру и благоговение, обязательно получают духовные благословения [своих гуру]. С благословениями гуру приходит реализация, как было указано во втором разделе Хеваджра-тантры:

То, что случается спонтанно [т.е. сокровенное осознавание], никак нельзя описать в каких-либо внешних выражениях, нельзя найти нигде. Поймите, что оно происходит внутри благодаря своевременному руководству гуру и искусным методам и также как результат накопления духовных заслуг.

Нагарджуна разъясняет следующим образом:

Раз свалился с вершины Горы Шумеру, продолжаешь падать, несмотря на противоположное желание. Если открыл просветляющий путь благодаря доброте своего гуру, обязан достичь освобождения, даже если мог бы пожелать обратное.

Высокоуважаемый Гампопа суммирует таким образом:

Наше – это линия духовных благословений. Глубокое понимание махамудры невозможно без вливания благословения гуру. Такое вливание благословения может происходить без всяких осложнений. Оно приходит благодаря просьбе исходящей из доверия и благоговения. Приверженец с глубокой верой получает мощное благословение. Со средней верой получает среднее благословение. С малым доверием получает меньшее благословение. Природа вещей такова, что нельзя получить духовное благословение без веры. Для тех практикующих, которые не имеют глубокого понимания, нет другого пути кроме пути поклонения гуру с верой и медитации с просьбой о его благословении. Даже те, кому удалось найти понимание, должны продолжать сохранять доверие к своему гуру в качестве средства усиления и совершенствования своего внутреннего развития.

Способ обращения к гуру должен сообразовываться с практиками данного ордена медитации:

Медитатор обращается, даже когда ходит, когда сидит или пробуждается ото сна.

Методы медитации гуру йоги были установлены мастерами живых наставлений. Для того чтобы вести медитацию попрекания себя, в случае если [приверженец], на пути, ослабил своё священное обязательство, медитацию следует начинать визуализируя гуру как руководителя, или стоящим впереди или сидящим [в позе лотоса] над макушкой головы [приверженца]. В этой [экзотерической медитации] будет не правильно, если приверженец, функционирующий на нормальном, человеческом уровне, визуализирует получение полномочий [от гуру]. [Сперва] он должен медитационно трансформироваться в реализационное божество163, и тогда визуализировать над своей макушкой гуру в форме Будды Ваджрадхары, который соединяет в себе всех будд. Он затем демонстрирует преданность через поклонение гуру с внешними, внутренними, и сокровенными

подношениями164, и обращается к нему с сильной верой. В медитации он визуализирует себя получающим мистическое посвящение. В конце [лучезарный гуру] растворяется в нём. [Он остаётся в состоянии осознавания.] Этот метод замечателен, тем что он, как явствует, представляет собой многие жизненно важные аспекты пути, имеющие целью активизировать внутренний потенциал и достичь освобождения. Касательно центров тела медитатора, в которых надлежит визуализировать гуру, Абхидхана сообщает:
Визуализируя милостивого гуру в центре своего сердца или на макушке, или в ладони руки, медитатор реализует аттрибуты тысячи будд.
Высокопочитаемый Гампопа сказал, что надо визуализировать гуру в пространстве над и перед собой. Преподобный Йангонпа165 сказал:
Когда поклоняются [гуру] с подношениями и ритуальными угощениями, визуализируют [его] в пространстве над и перед собой. Когда обращаются [к нему], визуализируют его на макушке головы; и всегда визуализируют гуру в сердечном центре.
Теперь я опишу знаки, получаемые благодаря настойчивой медитации на доктрине и благодаря практике на подготовительной стадии. Результатом медитации на непостоянстве должно явиться отвращение, как в мыслях, так и в поступках, от материалистических стремлений в этой жизни и от привязанности к чувственным удовольствиям. По мере того, как убеждаются в тщетности таких целей, воспринимают преходящую реальность жизни, усмиряя восемь мирских эмоций166, – одновременно добиваются успокоения ума. В результате медитации прибежища, медитатор достигает внутреннего мира, радости, дружелюбия и безмятежности. Подношение мандалы приводит к тому, что взгляд становится лучистым, и возникает чувство благополучия, так что больше не ощущают голода, даже когда воздерживаются от еды. Кроме того, переживают сияние ума и улучшение умственных способностей. Что касается внутренних переживаний, медитатор будет видеть во сне восход солнца или луны, цветы, или будет подниматься на вершины. Медитация на Ваджрасаттву и декламация мантры приведёт медитатора к достижению легкости тела, уменьшения зависимости от сна, чувству благополучия и сердечной радости. Медитатору могут сниться [как знак очищения] гной и кровь вытикающими из тела, рвота или опорожнение внутренностей, и т.п. Медитация гуру йоги вызывает такое восхищение своим гуру и стремление к нему, что ощущается, как прикосновение его тела или как обращение к нему и днём и ночью. Так же испытают расстворение конкретных восприятий и всёпропитывающее внутреннее свечение. Будут сниться [как хороший знак] встречи с гуру, получение его объяснений, или полномочий. Значение снов рассматривается в работых мастеров данного медитативного ордена. Те, кто считают подготовительные практики просто средством установить начинающих в медитации, но не существенными на более позднем этапе, показывают тем самым своё огромное неведение относительно жизненно необходимых факторов дхармы, потому как такие практики составляют центральную опору пути Махаяны. Эти практики очень важны, как корень дхармы и опора пути. Я не мог дать детального описания, а лишь частичное описание, из опасения чересчур увеличить объём моего изложения. Однако, приверженцам особенно важно сперва усиленно изучать, выслушавая и исследуя учения, объединённые в стадии до просветления, а потом определяя их значения во всей тонкости.

Практика, предшествующая медитационным стадиям.

Здесь два раздела:
1 Для начала, надо понять определённые правила. 2 Как заниматься медитацией.

Для начала, надо понять определённые правила.

Сперва пытаются культивировать то, что Абхидхармасамуччая называет пять принципов, ведущих к освобождению. [Первый принцип], нравственность для отдельных приверженцев, – это ощущение неприязни и отвращения физически и ментально от насилия над другими, и укрепление ненасильственного отношения. Бодхичарьяватара умоляет:

Где бы рыба и кто другой ни нуждались в защите, перенеси их бережно не давая умереть. Развив отношение ненасилия, достигнут вон того берега нравственности.
Приверженцам следует внимательно и бдительно держаться заповедей, полученных в обете [приверженца мирянина] и других посвящениях167, при этом воздерживаясь от любых непростительных обид, контролируя себя. Как описывает Сухриллекха:
Всё равно как земля поддерживает все движущиеся и статичные вещи, так и нравственность – фундамент всех добродетелей.
Шиласамьюкта-сутра заключает:
Точно так же как слепой человек не видит никаких форм, так и безнравственный человек не видит дхармы.
[Второй принцип] касается контроля за чуственными импульсами. Шесть чувственных способностей возбуждаются посредством взаимодействия между шестью объектами и шестью органами чувств, и затем изменяются умственной способностью становясь причиной или привязанности или неприязни ко всякому чувственному объекту. Тем, что не цепляются к познавательному образу или знаку восприятия, не только защищаются от жадности и ненависти, но также приводят ум или в добродетельное или нейтральное состояние. Цитата из сутры повторяет вышеприведённый отрывок:
Даже если глаза и видят формы, они не хватают их, так же и познавательными образами или воспринимаемой реальностью.
[Третий принцип], применять бдительность, означает, что когда бы ни занимались каким-либо действием – физическим или другим – надо действовать тщательно и с бдительностью, сознательно различая, что положительно или отрицательно, что принять или отвергнуть. На это указано в отрывке из Бодхичарьяватары:
Снова и снова наблюдают состояние тела или ума; каждое такое наблюдение подразумевает наблюдение с величайшей бдительностью.
Праджняпарамита-самучаягатха поясняет похожим образом:
Бдительность следует сохранять при каждом движении, когда гуляют, отдыхают или когда сидят.
Суттра говорит:
Сознавай всякое действие, которым занят: сейчас осознаёшь акт стояния, сейчас внимателен когда сидишь.
Ратнакута-сутра описывает назначение бдительности:
Если постоянно применять осознавание и бдительность, то на тебя не смогут воздействовать никакие искажённые мысли.
[Четвёртый принцип] касается регулирования ежедневного питания. Скудная еда делает голодным и слабым. Излишнее количество вызывает тяжесть в теле, увеличение вялости и сонливости. Приём пищи, которая тяжело усваивается или неподходящим образом ухудшает уже существующую болезнь, вызывает новые болезни и делает тело непригодным для практики добродетелей. Пища добытая из жадности или путём насилия – будучи пищей осквернённой злым умом – приводит к невыразимым бедам и делает ум неконтролируемым. Медитаторы должны вместо этого есть пищу в умеренных количествах, но не такого типа как только что упоминалась. Славный Нагарджуна Сухриллекхе сообщает:
Глядя на пищу как на лекарство, едят, нетревожимые жадностью или ненавистью, не для того чтобы утолить голод, ни для удовлетворения чувственности, ни даже для приобретения привлекательной наружности, но просто для того, чтобы поддержать тело.
Регулируют ли еду или нет, зависит от отношения к последствиям жадного стремления наесться. Поэтому размышляют таким образом: "Из-за переедания тут же возникнет отвратительное ощущение, всё равно что увидеть противную рвоту, и может даже появиться болезнь, что увеличит количество грязных отходов, которые придётся убирать. Кроме того, из-за поисков пищи и провизии [часто бедный медитатор] страдает от лишений. Еда бывает причиной вожделения, ненависти и запутанности, заставляет совершать вредные поступки, так что, в конце концов, перерождаются в нижних мирах". На предмет умеренного потребления пищи, пробуждённый мастер Васубандху сказал, что когда едят умеренно, удаётся пробудить доброжелательное отношение к жертвователю. Надо так же поддерживать сострадательную мысль служения чувствующим существам и заботу о кормлении микроскопических организмов в теле.

[Пятый принцип] касается того, как надо прилагать усилия, чтобы заниматься медитацией на рассвете и в сумерках. Приверженец должен стремиться медитировать внимательно и с бдительностью не только в течение большей части дня, но также и в течение двух третей ночи, т.е., на рассвете и в сумерках. Дхо Дхупа (Праджняпарамита-самучаягатха) говорится о стремлении медитировать:
Старание не может вызыватт упадок добродетели; оно позволяет обнаружить сокровище победоносного Будды, Безграничное осознавание.
Сухриллекха поясняет в той же манере:
О мастер мудрости, медитируй на мантрах в течение большей части дня, на рассвете и в сумерках. Не трать ночной покой, ты должен созерцать пока не уснёшь.
Вы спросите, подразумевают ли [предыдущие] высказывания определённый способ еженощного уединения, – их целью было показать четыре его аспекта. (1) Относительно положения тела, – в течение средней из этих трёх четвертей ночи лежат расслабленно как лев, на правой стороне, причём левая нога находится на правой. Сказано, что эта поза, по природе, не вызывает ни физической инертности ни глубокого сна, и вместе с тем помогает поддерживать осознавание даже во время сна, и предохраняет от возмущающих снов и совершения каких либо вредных поступков. (2) "Осознавание" удерживает сознательный образ дневного созерцания пока не заснёшь, что поднимает медитатора на добродетельное состояние даже во время сна. (3) Бдительность позволяет уму мгновенно улавливать нечистые мысли, с тем чтобы удалить их. Это защитит от [неудобства] во сне и заблуждений в сновидениях. (4) Захотев проснуться, медитатор должен решительно встать вовремя на следующее утро и практиковать медитацию. Он идёт спать на некоторое время, для того чтобы улучшить физическое самочувствие, так ка соответствующий отдых питает производящие элементы в теле. Во время сна он должен визуализировать диск света, на котором фокусируется. Это предохраняет от надвигающейся на ум темноты, даёт сну свет, позволяет проснуться вовремя, и делает энергичным для утренней медитации.

Как устраивать занятия медитацией.

Обычно необходимы два или три занятия медитацией в день; большинство предпочитают четыре занятия. Последнее – традиция данного медитационного ордена. Медитаторам рекомендуется делать четыре занятия в день: на рассвете, утром, после обеда и в сумерках. Каждое занятие состоит из трёх частей: а именно, подготовительной, основной части и заключительной части. Что касается подготовительной практики, медитатор сперва может устроить алтарь со священными образами, если у него есть какие-нибудь, и разложить подношения не осквернённые никакой нечистой мотивацией. Сидя на удобной подушке он приводит тело и ум в гармоничное состояние. Ему затем следует оставить все чувственные влечения и дискурсивные мысли. Если этот поток мыслей не будет успокоен, их настойчивое присутствие произведёт обратный эффект на основное созерцание. Медитатору надо начинать с просветлённого отношения, ибо он превращает каждый аспект фактической практики в процесс созидания, ведущий к просветлению. Относительно фактической практики [медитации] – следует регулярно медитировать на непостоянстве и других принципах изложенных ранее. Ознакомившись с системой и порядком медитации, на данной стадии, будь она с формами или абстрактной, затем медитируют с вниманием и бдительностью в установленном порядке. Поступая так, надо решить для себя никогда не путать медитацию с другой визуаилизацией таким образом, что, начав с одной медитационной системы, закончить частью из другой системы. Так же, подставлять на место визуализации, которой хорошо овладел, незнакомую, или другие разновидности, – обязательно повредит практике на весь остаток жизни. Поэтому важно, с самого начала, тренировать ум жёстко фокусируясь на [выбранном] объекте. Если новичок на раннем этапе медитации слишком долго концентрируется [в каждом занятии], то его одолеют тупость или чувственное побуждение. Он сформирует привычку [потворствовать этим ментальным потокам], которую будет трудно изменить. Потому надо медитировать часто и короткими периодами ежедневно. За короткое время медитация не портится. Её частое повторение увеличивает качество, так сказано. Кроме того, останавливая занятие, когда переживаешь ясное видение образа, не почувствуешь

усталости и возникнет желание медитировать. Долгие занятия могут вызвать ментальное раздражение и спад энтузиазма. Только когда достиг постоянной концентрации, надо постепенно увеличивать длительность медитации. Раз овладел концентрацией, должен суметь усилить выносливость, и добиться глубокого погружения. С другой стороны, если сделать короткие медитации постоянной практикой, ум не только не становится привычным к ней, но и никогда не достигнет внутреннего превосходства. Всякий раз, когда заканчивают медитативное занятие, совершают церемонию посвящения, разделяя со всеми живыми существыми духовные заслуги, возникшие в ходе практики. Медитатор торжественно посвящает эти заслуги остальным чувствующим существам во имя их высочайшего просветления и искренне выражает своё желание исполнения этого. Это, как было сказано, не только противодействует влиянию будущей небрежности, но вместе с тем усиливает духовные заслуги. В течение промежутка между занятиями медитатор делает такие подходящие в данном случае практики, как контроль чувственных импульсов, и применение нравственных заповедей, таких как десять действий дхармы. Они включают в себя простирания и обход вокруг [святых храмов], рассматриваемые как средства получения духовных заслуг. От этой практики не будет никакого настоящего успеха, если медитатор позволяет уму уходить в сторону и тем самым не относится к соответствующей визуализации с вниманием и бдительностью. Промежутки так же должны быть использованы для изучения и созерцания надлежащего учения, и для регулярного применения в каждом случае внимания и бдительности. Так же необходимо знать как применять эту процедуру – относящуюся к интервалам между занятиями – и к любой другой медитации, начиная с медитации на непостоянстве, и кончая медитацией махамудры и видения. Сюда, однако, не включаются некоторые специальные методы овладения созерцанием. На этом я завершаю обсуждение подготовительных практик.

ЧАСТЬ II: Основная медитация махамудры.

Она включает два раздела:
1 Дифференциация медитации махамудры. 2 Этапы непосредственно самой медитации.

Дифференциация медитации махамудры.

В данном первом разделе показаны, в общем, два пути. Есть быстрый путь, который предназначен для человека с превосходным интеллектом, вполне расположенным к мгновенному просветлению. В начале этому человек надлежит овладеть доктринальными взглядами на реальность [через аналитическое постижение и] через очищение от сомнений и искажений. И тогда он всецело концентрируется на видении реальности [установленном при помощи мудрости]. Помимо этого, существует последовательный путь – для человека среднего или меньшего интеллекта склонного к последовательному просветлению. Такой человек должен сперва овладеть медитацией внутреннего успокоения, и тогда уже стремиться к обретению аналитического постижения. Учителя, такие как славный Сараха, Шавари, Индраободхи, Тилопа, Майтрипа и другие, излагали учение предназначенное для подобающих людей с превосходным интеллектом. Учения для среднего интеллекта даются в трактатах, таких как учения Майтреи, трактатах о бхуми (Садэ), Бхаванакраме Камалашилы, и в Праджняпарамитоподеше Шантипы. Некоторые старые мастера ордена Кадампа в Тибете сохранили традицию медитации на квинтэссенции реальности168. Эту медитацию они получили от высокоуважаемого Атишы, который, в свою очередь, перенял её у Домбипы169, линия которого восходит к Индраободхи. Данная система, по-видимому, была прередана далее через учеников Атиши, таких как Нелджорпа и Гонпава. Большинство других учений [Атиши], переданных через трёх братьев170 представляют [последовательный путь] главным образом медитационные стадии сутры171, что было воплощено в Чангчуп Ламриме [Объединённом пути к просветлению]. Система разъяснений Гампопы включает в себя вышеупомянутые постепенный и мгновенный пути, а также ключевые наставления по совершенной стадии тантры [сампаннакрама]. Но главная система, будучи медитационной

стадией махамудры, представляет собой методы [достижения совершенного взгляда на реальность] путём вычищения сомнений и искажений, и последующего стремления к погружению через концентрацию. То, что наставления по махамудре, известные в Тибете благодаря последователям Майтрипы, таким как Индийский Ваджрапани благодаря трактатам, вроде Доха, Датса и Сангджор, были идентичны трактатам Гампопы, подтверждало подлинность системы махамудры. Ввиду этого, некоторые [учителя] утверждали, что любая медитация на совершенном смысле должна базироваться исключительно на классических комментариях сутр. Они критиковали ключевые наставления великих святых [линии махамудры], в которых придавалось особое значение первоначальному достижению постижения. Такая критика означала бы их пренебрежительное отношение к представителям тантрических наставлений, в особенности к их источникам, таким как Ньингпо Кордрук и Труппа Дедюн. Сверх того, они определённо не поняли смысл следующего отрывка из ранней и поздней Ахапраманасамьяки:
Великое лекарство для стремящихся к постепенному просветлению становится ядом для искателей мгновенного просветления; великое лекарство для искателей мгновенного просветления становится ядом для искателей постепенного просветления.
Классические трактаты по сутрам считали, что успокоения нельзя добиться без первоначального достижения совершенной лёгкости тела и ума, постижения – без успокоения, и реализации этовости [таттвы] [истинной реальности] – без них обоих [успокоения и постижения]. Те, на кого глубоко подействовало это заявление, заключили не только, что никто в настоящем или в будущем не достигнет медитации, но зашли так далеко, что стали говорить, будто текущий век не предназначен для медитации. С их стороны было совершенно не правильно отворачиваться от медитации и сбивать с толку других. Сверх того, такое утверждение подразумевало бы, что множество различных дхарм, объяснявшихся Буддой сообразно различным уровням искателей, были неверными. Будь это их мнением, они испортили бы себе карму, отказываясь от ключевых наставлений великого эзотерического пути, рождающего великие результаты малым старанием, и множества отдельных путей, берущих начало в просветлённом опыте великих святых. Медитационная система ордена Такпо Кагью состоит из двух систем. Первая система, которая отвечает потребностям искателей предрасположенных к мгновенному просветлению, направляет их, вначале, овладевать видением реальности путём вычищения сомнений и искажений, касающихся естественного основания существования172, после чего ум приводится в [недвойственное] состояние. Вторая система, которая годится для искателей постепенного просветления, направляет их сперва достигать успокоения ума и затем к постепенно продвигаться к постижению. Первый метод более всего подойдёт высоко умственно развитым и страстным людям. Тем не менее, я объясню здесь последний, потому что он широко известен в нашей стране.

Стадии действительной медитации.

Они разъясняются в четырёх разделах: 1 Как вести медитаторов по пути (Главы 3 и 4). 2 Стадии добродетельной практики (Глава 5). 3 Укрепление опыта в медитации (Главы 6, 7 и 8). 4 Результирующее пробуждение реализации (Глава 9).

Как вести медитаторов по пути.

Существуют два способа руководить медитаторами:
1 Вести через успокоение. 2 Вести через постижение.

ГЛАВА ТРЕТЬЯ:
Продвижение медитаторов по пути: Успокоение.

Введение.

Медитация на успокоение содержит семь аспектов:
1 Как овладевать успокоением. 2 Поведение и поза. 3 Метод концентрации на объекте. 4 Ментальные образы пригодные для достижения покоя. 5 Как сохранять спокойное состояние. 6 Этапы реализации успокоенного ума. 7 Цель реализации успокоения.

Как овладевать успокоением.

Приступая, следует знать о необходимых условиях медитации успокоения, в частности, метод обнаружения мешающей тупости или чувственного побуждения и метод их устранения. Эти наставления ранее были даны в общем разъяснении успокоения и постижения. Место медитации должно быть тихим – не посещаемое часто другими – в течение дня и ещё менее шумным ночью, быть там, где имеются подходящие вода, пища и другие необходимые условия. Пока работают решительно над реализацией, находятся в уединении, двигаются медленно и осторожно, словно выздоравливающий. Оставляя все те вещи, которые вызывают физические и ментальные отвлечения внимания, следует контролировать чувства и эмоции, наблюдать за поведением с бдительностью и умеренно питаться. Вести себя по-другому, значило бы превратить реализацию внутреннего успокоения в весьма трудную задачу. Атиша комментирует:
Как бы усердно ни старался медитировать на успокоении, если отсутствуют необходимые условия, спокойного погружения не реализовать, даже за тысячу лет!

Поведение и поза.

Наропа сказал, что в искусном положении тела заключается жизненно важное качество медитации. Данным медитативным орденом рекомендуется [сперва], если желают достичь внутреннего успокоения, овладеть физическим умением. Искусное управление телом поможет, в относительном смысле, пробудить внутреннюю реализацию. Применении, что называется семеричная медитационная поза, медитатор (1) сидит на мягком сидении, ноги в ваджрной позе173, или если он не можт сделать так, в позе бодхисаттвы174; (2) руки в позе созерцания, у живота и примерно около пяти сантиметров ниже пупка, [обратная сторона] правой руки помещается на открытой ладони левой руки, два больших пальца подняты вверх, касаясь друг друга; (3) спина выпрямлена, позвоночник вертикален таким образом, что придаёт жёсткость всему телу; (4) руки и локти выпрямлены от плеч и не сгибаются; (5) подбородок чуть прижат так чтобы слегка изогнуть шею; (6) кончик языка дотрагивается до верхнего нёба, в то время как зубы едва соприкасаются, губы слегка закрыты; и (7) глаза спокойно глядят в пространство чуть-чуть дальше кончика носа, глазные яблоки неподвижны. Эти семь положений называются "семь аспектов Будды Вайрочаны" из-за одинаковой их природы. Некоторые говорят, что губы и зубы должны быть в более естественном положении, но предпочтительнее вышеописанная поза. Кроме этого, восьмым аспектом может быть сделана модуляция дыхания, как на этом настаивает Камалашила в двух своих Бхаванакрамах. При этом вдыхают и выдыхают мягко без усилия, даже не ощущая его. Не следует пыхтеть, не следует дышать тяжело или с напряжением. Ваджрамала советует:
Держи руки ровными, опущенными вниз, язык касается нёба, зубы и губы в расслабленном положении, глаза устремлены в пространство рядом с носом.
Мастер Пагме Дордже также напоминает:
Сидите а ваджрной позе на удобной подушке, две ладони держите в позе созерцания, тело держите прямо, в то время как шею – немного согнутой.
Наропа объясняет:
Теперь надлежит описать жизненно важные аспекты тела. [Спинной позвоночник] должен быть прямым, как бусы нанизанные на тростник; [тело] должно быть выпрямлено вертикально, как дикая лилия; руки вытянуты и параллельны [как бы образуя] квадратный узел; ладони в медитативной позе должны давить [на место ниже пупка]. Ноги должны быть скрещены, как линии на шахматной доске.
Таким образом он определяет позу как выпрямленный спинной позвоночник, подогнутая шея, жёсткое тело, вытянутые руки и поза созерцания для ладоней175, тогда как

[скрещения ног], подобного линиям на шахматной доске, надлежит добиваться некоторым особым упражнением. Что касается цели или пользы от этих жизненно важных положений тела, то получается, что изливающаяся (effusive) энергия контролируется позой со скрещенными ногами, тепловая энергия – давлением на пупок, распространяющаяся энергия – выпрямлением спинного позвоночника и вертикальным положением тела, жизненная энергия – выпрямлением плеч, ладоней и локтей, и восходящая энергия – малым наклоном шеи и касанием нёба языком176. Раз способен контролировать эти фундаментальные энергии в теле, сможешь автоматически получить контроль над всеми вторичными энергиями. Последние особенно хорошо можно контролировать неподвижным пристальным взглядом. Благодаря этим положениям вся нервная система, энергии и "просветляющий дух177" [тоесть, созедательный элемент, семенной поток] могут быть оживлены и стабилизированы в соответствующих им плоскостях. Сказано, что в результате всего этого элементы тела достигнут гармонии, лицо будет излучать свет, и хорошее, спокойное погружение возникнет естественно, поскольку успокаиваются беспорядочные мысли [медитативными позами]. Ум будут меньше одолевать тупость или страсть. С ясностью проявиться осознавание. Противоположные результаты произошли бы в случае неправильных положений тела. Если тело склоняется в право, [ум] притянется к чувственным объектам, не смотря на первоначальное спокойствие. Если тело наклоняется влево, [умом] завладевает беспорядочное мышление, даже если он и был изначально успокоен. Если тело согнуто вперёд, ум возбуждается, даже если и был изначально ясен. Если тело отклонится назад, [умом] овладевает сильное рассеяние, даже если он сперва был ясен и расслаблен. Если фокус глаз смещается, появляется внешнее сознание, вызывающее таким образом скачущие мысли. Эти наставления пришли от мастеров данного медитационного ордена. Шравакабхуми поясняет пользу:
Благодаря этим положениям тела вскорости появятся совершенная лёгкость, они защитят от физического истощения, и придадут больше сил и выносливости. Они отличаются от поз, принятых догматиками или нашими противниками178. Если испытал эти позы, будешь доволен. Это были позы принятые Буддой и его последователями. Медитаторы должны привыкать к ним.

Метод концентрации на объекте.

Медитацию следует начинать наполнив ум радостью, что зависит от оценки пользы от спокойного погружения. Об этой пользе в сутрах говорится следующим образом:
Если не медитировать на этом учении, нельзя воспринять присущую [всем вещам] реальность. Как бы много не слышали о воде или не смотрели на неё, жажда не может быть утолена пока воду не выпьют.
Таков обычный довод, почему существенно необходима медитация на учении. Описывая блага от спокойного погружения. Праджняпарамита-самучая- гатха сообщает:
Жёсткая концентрация усмиряет страстное стремление к предосудительным чувственным удовольствиям; благодаря ей возникает реализация осознавания, сверхобычное познание, и спокойное погружение.
Кроме общих благ, могут быть получены специфические блага путём концентрации, делаемой постоянно с соответствующей оценкой и осознаванием. Особая польза проявляется в том, что в тело проникает блаженство, а в ум – радость, располагающая его к концентрации. Тогда любая недостойная склонность ума будет преодолена; пагубное поведение оставлено, духовная сила такая как сверхнормальное познание179, преображение, и т.п. достигнуты. И самое важное, благодаря успокоению рассветает постижение. А через поддержание и усиление постижения, достигается освобождение от сансары, и реализуются преходящие и последние качества. Мадхьянтавибхага объясняет эту сторону словами:
Существует пребывание (dwelling) и процесс вхождения в него, и [также] причина и следствие.
Термин "пребывание" относится к части старания, что означает сильное желание спокойного погружения. "Процесс входждения" подразумевает "сильное старание", что означает постоянство и регулярность в стремлении. "Причина" подразумевает "причину желания", что означает веру, рождённую из восхищения и признания качеств спокойного

погружения. "Следствие" – это результат старания в медитации, который означает, что тело и ум достигли совершенной лёгкости. Уяснив эти понятия, направляют ментальный фокус на визуализируемый образ.

Ментальные образы действительные для достижения покоя: Визуализация ментального образа, использование образа объекта.

Данная визуализация состоит из:
1 Непосредственно самой медитации. 2 Отождествления со спокойным состоянием ума.

Непосредственно сама медитация.

Человек среднего умственного развития, который стремиться достичь ментального успокоения, может попытаться сохранять фиксированное внимание, используя какие-нибудь методы предложенные Тилопой:
Пристально всматриваясь или посредством других техник для поддержания концентрации, тренируют ум, до тех пор пока он не достигнет успокоения.
Хотя сутры и три Бхаванакрамы Камалашилы и говорят, что следует стремиться к достижению успокоенного ума фокусируясь, в качестве начальной визуализации, на образе фигуры Татхагаты, наша медитационная линия считает слишком сложным для более низкого интеллекта визуализировать образ Татхагаты вначале. Предполагается, что успокоение ума может быть легко достигнуто, если фокусироваться на некотором обыкновенном предмете, таком как галька или кусок дерева. Позже можно будет фокусироваться на священном предмете, таком как образ Татхагата. Фокусировать ум на гальке или деревяшке можно в течение дня. Если это окажется трудным, можно фокусироваться на некотором маленьком предмете в тенистом месте. А ночью сперва визуализируют диск света – большой или маленький, или белый или чёрный, в центре лба, между бровей, или иногда внизу под собой, и тогда концентрируются на нём. Это делается непринуждённым направлением ума к визуализируемому объекту, когда мыслям не позволяется течь и уму отвлекаться. Пока ум фокусируют так жёстко на объекте, избегают анализировать его цвет и форму. В итоге, просто должны добиться успокоения ума, насыщенного энергией и сиянием, не имеющего никаких мыслей. Всякий раз, когда ум достигает мгновенного успокоенного состояния, [медитацию] останавливают. После короткого отдыха, возобновляют практику успокоения ума. Каждый [сеанс] должен быть коротким и повторяться много раз, потому что когда завершают медитацию радостно, будешь счастлив начать её снова. Если чересчур сильно заставлять себя, можно так устать, что чувство удовольствия от возобновления медитации исчезнет. Некоторые люди критикуют использование гальки, куска дерева, или воображаемого диска света для концентрации. Они утверждают, что данный метод не упоминается ни в каких других трактатах, в качестве средства реализации успокоенного ума. Это только показывает незнание данного предмета с их стороны. Это несправедливая критика. Цель [данного метода] дать возможность малоразвитому уму легко проявить успокоенный ум и достичь многого путём небольшого старания. Вот в чём смысл. Не верно, что другие тексты не упоминают данный [метод]. К примеру, мастер Видхибхадра сообщает:
Существует два вида ментального успокоения. Один достигается сосредоточением ума внутрь себя, а другой посредством фокусировки наружу.
Опять он сообщает:
То, о чём было сказано как о "фокусировке наружу", бывает особого и обычного вида. Обычный вид включает метод фокусировки на гальке, палке, или на любом такого рода предмете.
Пять компонентов человеческой жизни, используемых для концентрации, суть (1) дыхание, (2) крошечный символ, (3) диск света, (4) луч света, (5) радость и блаженство.
Здесь упоминается фиксация ментального фокуса на диске света. Если критик говорит, что неправильно использование внешних объектов, таких как галька или дощечка, для реализации успокоенного ума, поскольку достижение успокоенного ума необходимо должно зависеть от ментального восприятия, [мы говорим] – этот упрёк несправедлив,

потому что зрительное сознание – первичная способность, влияющая также и на внешние чувственные восприятия. Жизненно важный факт относительно этого заключается в том, что ментальное сознание в большей своей части происходит посредством чувственных восприятий. Удерживая на месте устойчивый взляд, делают не только зрительное сознание неподвижным, но и уменьшают подвижность других чувств, но также добиваются ментального успокоения. Галька или палка используются просто, что бы сфокусировать ум посредством зрительного сознания и тем самым держать ум нерассеянным. Это похоже на то, когда способен вспомнить определённую вещь благодаря памятной примете. Однако не существует ни одного чётко отточенного правила, как использовать материальные предметы для фиксации ментального фокуса. Даже относительно отталкивающих, уродливых предметов таких, например, как разлагающийся труп, и т.п., предписывается использовать большое количество подобных объектов. Ментальный фокус можно также фиксировать на других вещах, таких как слог, звук, свет, или имя, и т.п. Бхаванакрама показывает, что нет точно определённого набора ментальных образов для успокоения. Тем не менее, священный образ Будды в высшей степени рекомендуется в качестве объекта для концентрации. Одно из множества высказываний в Бхадрапалапариприча-сутре иллюстрирует это следующим образом:
[Будда:] О Бхадрапала, точно так же как я сижу перед тобой уча дхарме, так и бодхисаттве следует визуализировать Татхагату. Его надлежит воспринимать сидящим, как во время произнесения проповеди, его тело, наделенным совершенной формой, симметрией, сиянием, обаянием и красотой. Медитируй на каждом из атрибутов Татхагаты. Благодаря [этому] возникнет большое число духовных заслуг.
Самадхираджа говорит:
Его тело, как сияющее золото...
Третья Бхаванакрама комментирует:
Многочисленные высказывания были сделаны относительно разных стадий визуализации. Арьясура и Атиша говорили, что лучше всего концентрироваться на подходящей визуализации, дабы реализовать успокоенный ум.
Первая Бхаванакрама говорит:
Раз реализовал успокоение, можно практиковать любые другие визуализации.
[Для дальнейшей практики] система сутр рекомендует многие методы, такие как созерцание того, как (1) устраненются [неправильные взгляды] посредством критического изучения и (2) очищаются от загрязнений. Они уже объяснялись раньше. Последователи данного медитационного ордена используют в качестве объекта концентрации или настоящую гальку, палку, или же светящийся диск и аналогичную воображаемую вещь.

Отождествление с успокоенным состоянием ума.

Хотя существует много разных методов достижения успокоения, в данный момент следует достигать успокоенного неразличающего состояния так, как он изложен Тилопой:
Оставь все телодвижения и позволь телу расслабиться естественным образом. Не слишком увлекайся разговорами, которые подобны эху. Не потворствуй мышлению, но наблюдай естественное осознавание.
Мастер Дигнага упрашивает:
Субъект и объект, двойственность и недвойственность, я и другие, а также сансара и нирвана – всё это различения. Оставь их и позволь уму прийти в спокойное равновесие.
Таким образом, стремятся к успокоенному состоянию ума. Однако на этом этапе для большинства [начинающих] трудно добиться безупречного погружения. Тогда, постоянно визуализируя один из упомянутых объектов, всё больше отвлекаются от неисправимой рассеянности на чувственные раздражения. Если способны поддерживать расслабленный, успокоенный ум с простым вниманием, без каких-либо мыслей, в течение любого времени, значит заложил, до определённой степени, фундамент спокойствия. Побывав однажды в таком состоянии, следует мягко прервать его. После короткого отдыха надо вернуться к практике. С другой стороны, такое неразличающее спокойное состояние может легко обернуться несознающей инертностью. Это недостаток, которого надо остерегаться. В этом случае медитатор должен пробудится и усилить внимание. [В качестве лекарства] ему следует практиковать успокоение много раз и короткими

периодами. Если в течение его [регулярной] практики он окажется в каком-то угрюмом состоянии, где внимание ещё не увяло окончательно, этот [тонкий] недостаток автоматически прояснится. Ту же самую практику надо проводить короткими занятиями. Если кажется, что данное успокоенное состояние теряет свою устойчивость, и поток мыслей, по-видимому, возрастает, несмотря на присутствие внимания, то это происходит потому, что сейчас становятся способными обнаруживать каждое протекание мысли, вереницеобразное движение которые раньше не осознавались. Это [мгновенное, внутреннее] внимание сигнализирует об определённом уровне спокойствия. Следовательно его не следует истолковывать как неправильное. Повторяя практику следует пробовать освободиться от глубоко привитой чувственной привязанности, не вводить новых мыслей и не преследовать их. Таким образом поддерживают нерассеиваемое состояние, в котором нет ни отрицания ни утверждения. Когда ум не может уняться или управлять своими волнениями – это признак тупости. В такой момент медитатору следует тотчас научиться истинному значению "несознающей инертности". Он должен услышать внезапный щелчок, который громок настолько, что встряхнёт его, прерывая мысль [или восприятие], одновременно предохраняя на время от появления следующей мысли. То, что имело место между этими двумя мыслями называют обнажённостью и тишиной. После чего он должен возобновлять медитацию пытаясь в каждом коротком занятии удержать подлинную тишину. Данный метод следует применять и к любой визуализации дыхания, которая рассматривается ниже.

Достижение покоя с использованием ментального образа, без образа объекта.

Это делается двумя способами:
1 Используя дыхание. 2 Не используя дыхание.

Использование дыхания.

Как сутры так и тантры говорили в общих словах о реализации успокоения через дыхание. Тилопа комментирует:
Если человек с неразвитым умом не может прийти в успокоение, ему следует контролировать жизненную энергию воздуха посредством задерживания и выпускания.

Сосредоточение ума на счёте ритма дыхания.

В медитационных беседах сутр дыхание, как форма медитации, предписывалась людям с сильным чувством различения. Автокомментарий к Абхидкармакоше так же поясняет:
Есть шесть аспектов [в дыхательном упражнении]: Счёт, ретроспекция, фиксация [ментального фокуса], всесторонний охват, превращение, и полная чистота.
Термин "счёт" относится к ритму дыхания. Сперва считают двадцать один раз [вдох и выдох как единица], потом до шестидесяти секунд и затем до шестидесяти минут. Медитатор фокусирует своё внимание на счёте. "Ретроспекция" означает восстановление в памяти только что проделанного дыхательного упражнения. Медитатор изучает про себя, проникло ли движение воздуха в какие-нибудь части или во всё тело. "Фиксация" относится к приведению ума в неразличающее состояние. "Всесторонний охват" означает понимание непостижимой природы воздушной энергии. "Превращение" относится к процессу преобразования концентрации с воздушной энергии в другой объект успокоения. "Полная чистота" относится к медитации на неразличающем состоянии, которая очищает от всех дуалистических мыслей. Хотя тантрические трактаты и содержат описания огромного количества медитаций на дыхании, я не предполагаю подробно останавливаться здесь на этом. Вместо этого я поговорил бы, тем не менее, о методах реализации успокоенного состояния посредством счёта ритма дыхания и путём насыщения [всей внутренней системы]. Сай Ньингпо Кхорло Чупай Дхо разъясняет:
Как посредством силы внимательности, в согласии с сокровенной чистотой, воспринимают внутренние и внешние движения дыхания? Их аккуратно считают, при этом

оставаясь в такого рода состоянии. Подобным же образом, тот, кто вошёл в сосредоточенное погружение, фокусирует своё внимание на движениях [дыхания] внутрь или наружу. Такое чувствующее существо можно назвать обитающим в предельном, чистейшем состоянии, и сосредоточенным в совершенной гармонии с чистейшим состоянием.
Так что это заявление сделано с привлекательным комментарием. Самвародая добавляет:
Йогин, который пребывает в состоянии спокойного равновесия, должен непрерывно и беззвучно считать ритм своего дыхания, до тех пор пока счёт не достигнет сотни тысяч. Искатель, который завершает это "произнесение" ста тысячи раз, без сомнения проживёт дополнительных пять лет, даже если уже настал последний день его жизни.
В этот момент медитатор приводит ум в состояние чистоты посредством принятия необходимых положений тела и посредством пристального взгляда. Таким образом, мягко вдыхая и выдыхая через ноздри, без пыхтения, свистящих или шипящих звуков, он фокусирует концентрацию на потоках дыхания внутрь и наружу. Невзволнованный никаким рассеянием, он должен концентрироваться сначала на движении дыхания, считая до трёх, пяти, и затем до семи раз. После отдыха, он должен возобновлять концентрацию на подсчёте ритма дыхания, с вниманием, и так, до тех пор пока счёт не достигнет сотни. Каждый счёт включает как вдох так и выдох. В случае если кто-то уже добился успокоения путём поддержания концентрации, дыхательная медитация поможет укрепить его ещё больше. С другой стороны, если он не достиг успокоения, важно, чтобы он пробовал свои силы с наибольшей отдачей. Таково замечательное наставление о концентрации на уме.

Сосредоточение ума на его внутреннем задерживании.

Для контроля и распространения воздуха во всей системе тела воздух вдыхают как обычно, или глубоко [несколько раз], с тем чтобы удержать его, всё равно как в вазе с содержимым. Дордже Кхадро (Ваджрадакини-тантра) описывает:
Распрстранением [воздуха] по всей системе можно очистить тело; можно очиститься от яда и лихорадки. Сохраняя воздух, словно в вазе, можно контролировать проход для чувств.
Самвородая объясняет пользу:
Кроме того, задерживая [воздух] как в вазе добьёшься полного триумфа над смертью. С постижением природы себя насыщают тело до остатка, и крепко удерживают [воздух] на подобие вазы.
Для объяснения задержки на подобие вазы, говорится, что направленный вверх и вниз поток воздуха сводится сходясь [в пупке]. Самварадая следует этому описанию:
Воздух, который восходит и нисходит должен быть сведён в одну точку [силой] концентрации, и исполнением данной йоги достигают уровня устойчивости.
Калачакра далее поясняет:
Полностью втягивая воздух через ноздри, с закрытом ртом, сильно возбуждают жизненное дыхание180 и смешивают его с нисходящей энергией, что как ясная молния. Неустанно овладевая таким объединением, через "солнце" и "луну" [две артерии], сочетают эти энергии с "огнём" [чандали] В мистическом центре [солнечное сплетение] и достигают гармоничного аромата [всех вещей]. Тогда пропадают голод и жажда и даже приходит дар бессмертия.
Необходимо знать значение четырёхкратных упражнений. Наропа поясняет:
Существует четыре [дыхательных упражнения]: втягивание, насыщение, распространение и стремительный, как стрела, вылет (darting). Без знания этих четырёх упражнений, медитаторы подвергаются риску испортить практику.
Трактаты не содержат детальных наставлений о соответствующих дыхательных упражнениях. По части сохранения концентрации, дышат, чтобы распространить воздух по системе в теле и удержать его, с тем чтобы добиться неразличающего успокоения. Как надо это делать? После того, как запрягли дыхание и очистили тело от плохого воздуха, далее принимают положения тела такие, как и раньше, и потом остаются неподвижно в этой позе с пристальным взглядом. Мягко, до конца вдыхают воздух через ноздри, без свиста, шипения или пыхтения, и затем расслабив грудь и резко вытолкнув [воздух] в брюшную полость, удерживают его так долго, пока не возникнут ощущения беспокойства.

В момент, когда ощущают дискомфорт и желание выдохнуть, мягко выпускают воздух без шипения или какого-либо шума. В течение всех этих упражнений втягивания, удержания и выпускания воздуха, сохраняют нерассеянное внимание. Особенно во время задержки дыхания, бесшумно и живо сохраняют поток неразличающего состояния. Дыхательные упражнения делаются сперва повторением ритмов дыхания три, пять и семь раз и так далее, чередуя их с отдыхом. Получив достаточную сноровку, полагается увеличивать продолжительность задержки. Если ум становится беспокойным, внутри глубоко расслабляются до того момента, когда ум перестаёт быть рассеянным. Однако, если беспокойство сохраняется, можно чересчур утомиться. Тогда следует как угодно освежиться и отдохнуть. Если чувствуют головокружение или подавленность, то это из-за потери внутренней энергии. Надо принять пищу и применить методы расслабления тела [кумнье]. Вследствие контроля за внутрнней энергией может появиться пелена тупости. В таком случае медитатор должен поднять свой дух прибегнув к помощи жёсткого пристального взгляда, делающего осознавание кристально ясным. Когда появляются смутные мысли, их не следует рассматривать ни как недостаток медитации и не следует впадать в несознающую инертность. Вместо этого, надо оживлять силу внимательности, между тем как ум остаётся в готовности, но расслаблен. Все эти практики касаются стабилизации ума. Они основываются на ключевых наставлениях подготовки тех, кто приступает к внутреннему успокоению. Тем не менее, медитаторы должны, как только им позволяют силы, пытаться достичь состояния неразличающего успокоения ещё до окончания данной стадии.

Медитация без использования дыхания.

Медитация без использования дыхания – это [продвинутый] метод подготовки тех, кто достиг некоторого уровня успокоения. Она показывает, как они могут теперь медитировать на уме, уже без поддерживающего базиса или фокальной точки. В этой практике позы тела должны быть такими же самыми, что и до этого. Не нуждаясь больше в том, чтобы фокусировать ум на внешнем объекте, ритме дыхания и так далее, медитатор должен концентрироваться на уме и пробовать достичь погружения в его естественное состояние. Он не должен позволять уму искать поддерживающий базис и не должен тревожить его различающими мыслями. Он не должен ни вспоминать прошлые дела, которые он совершил, пересматривая какие-либо из бывших происшествий, не должен строить планы на будущее, размышляя сделать так или эдак, и не должен позволять уму увлекаться теперешними мыслями, например, о срочном плане, или как это выглядит. Таким образом ум должен быть установлен в естественное, расслабленное состояние. Гухьясамаджа поясняет:
Подводя ум вверх к неразличающему состоянию, не надо потворствовать мыслям.
Доха говорит:
Полностью оставив мысль и объект мысли, надо дать уму возможность прийти в естественное состояния младенца.
Когда ум будет спокоен, как пространство, свободен от каких бы то ни было мыслей, тогда психическая энергия будет запряжена, так что ум станет устойчивым. Доха делает такой же комментарий:
С обретением покоя подобного пространству, психическая энергия будет запряжена. С охватом одинаковости всех вещей, ум будет усмирён, и неуязвим для рассеяния. Реализуя силу ума, ускоряют освобождение от всего, что преходяще и временно. Так провозглашает Стрелок из лука [Сараха].
После достижения устойчивого, непонятийного состояния переживают возникновение некоторых эффектов проявления. Из гармоничного погружения [в жизненную систему] внешних и внутренних энергий черпают освобождение от субстанции мира существования. Калачакра говорит об успокоении ума:
Стремясь усмирить мысли, наблюдают себя внутренне в течение одного дня. Если совсем нет эффекта, моё слово было бы ложью!
Доха сообщает:
Когда бы кто ни успокоил свой ум в нерассеиваемом состоянии, тот получает освобождение от условий сансары.

И так стремясь успокоить ум, медитатор должен практиковать много раз, как было изложено до этого, освежая ум если тупость заволакивает его, или расслабляя [напряжение], если страсть завладевает им. Если он в вялом настроении, когда теряет ясность сознания, и ум становится неподатливым, ему надо действовать согласно ключевым наставлениям. Занимаясь с чистой преданностью, ему следует многократно простираться перед священными символами, очищая все вредные мысли и поступки, и призывать [тройное] прибежище прося благословения, с тем чтобы он смог вскоре пережить рассвет спокойного погружения. Медитатор уже достиг некоторой величины успокоения в течение предыдущей подготовки. Если он теперь не предпринимает серьёзных усилий улучшить состояние успокоения посредством концентрации, путём которой он должен стремиться привести ум к внутреннему спокойствию без всякой помощи объекта или образа, никакой прогресс не будет возможен в этой чистой концентрации. Отсюда важность овладения ею. Так как метод достижения концентрации, или с или без дыхательного упражнения, исключает метод фокусировки на форме или цвете материального объекта, такого как галька или палка, – мастера данного медитационного ордена характеризуют его, как "концентрация без конкретного объекта", или ключевые наставления об укреплении частично стабилизированного ума.

Бесформенное успокоение, без ментального образа.

Здесь два аспекта:
1 Методы достижения безупречного успокоения. 2 Распознавание состояния погружения.

Методы достижения безупречного успокоения.

Существует три подхода:
1 Важность знания точки равновесия между напряжением и расслаблением. 2 Медитация с ментальным напряжением. 3 Медитация расслабления.

Важность знания точки равновесия между напряжением и расслаблением.

Тот отрывок о данном методе, содержащийся в медитационных трактатах по махамудре, согласуется и отрывками имеющимися в сутрах, о методах устранения изъянов спокойного погружения, таких как тупость и чувственное побуждение. Медитатор, который реализовал уровень успокоения при помощи предыдущей концентрации, принимается теперь за визуализацию с ментальным напряжением. Если нависает облако тупости, чуть большее ментальное напряжение поможет прояснит его, точно так же как несколько большее расслабление останавливает чувственное побуждение. Называя помехи, портящие созерцательный транс, Дхо Гонгдрел (Самадхинирмочана-сутра) перечисляет чувственное побуждение, негодование, апатию, сонливость, сомнение, желание, влечение, злонамаренность, и т.п. Большинство изъянов сводятся к двум типам: тупости и чувственному побуждению. И хотя и есть отличие между вялостью, сонливостью и тупостью, соображение, почему данная сутра специально не называет тупость заключается в том, что тупость и вялость считаются принадлежащими к одной и той же категории. Хотя и существуют контрмеры для каждого из изъянов, большинство трактатов по медитации упоминают методы удаления только изъянов тупости и чувственного побуждения, потому, как эти тексты отмечают, что другие изъяны очищаются автоматически, когда устранены эти два. Следовательно, медитатор должен знать описанные выше изъяны в связи с успокоением и постижением. Он должен быть способен распознать факторы, которые вызывают тупость и чувственное побуждение, и уметь распознавать их характерные черты, для того чтобы избавляться от них, используя необходимые средства очищения. Короче говоря, безупречное погружение успокоения должно быть погружением, в котором совершенная ясность ума сочетается с однонаправленной концентрацией в неразличающем состоянии. Тупость – это изъян, затуманивающий ясность, тогда как чувственное побуждение возмущает концентрацию.

По этой причине два этих недостатка являются главными препятствиями, мешающими поддерживать спокойное погружение. Отсюда важность использования средств их удаления. Медитационная система сутр сообщает, что медитатору следует поднимать свой дух, когда его одолевает тупость, думая о восхитительных чувствах, визуализируя форму света, и т.д. Чтобы перебороть чувственное побуждение, надо размышлять над непостоянством и нежелательными последствиями ментальных отвлечений, и особенно медитировать на успокоении. В такой медитации на успокоение должны быть обнаружены все изъяны, в особенности тупость и чувственное побуждение. Они могут быть убраны главным образом посредством ментального напряжения и расслабления соответственно. Существенный момент здесь – знать точную грань равновесия между напряжением и расслаблением, что зависит от влияния или тупости, или чувственного побуждения.

Медитация с ментальным напряжением.

Визуализация с ментальным напряжением направленная главным образом против тупости не может впрочем оказаться хорошей и против чувственного побуждения. Что касается тупости, явная тупость нависает, когда ум уже находится в неразличающем успокоении. Ясность внимания увядает постепенно так, что в конце концов образ концентрации полностью теряется. Когда ум становится мутным или бесшумно вялым, – это тонкая [меньшая] тупость181, в которой ментальный образ не тускнеет, но теряет ясность фокуса. Таким образом ум становится тихим и полусознательным. Неумелый медитатор принимает последнее за безупречное успокоение. Пока тонкая тупость поддерживается, а не устраняется, нельзя добиться яркого ментального фокуса, и ум становится всё более тупым и забывчивым. Таковы изъяны медитации успокоения. Чтобы удалить эти изъяны, медитатор принимает указанное положения тела и смотрит так, что глаза глядят прямо – как описывалось выше – при этом вытаскивая ум из подавленности и апатии, которые возникли вследствие продолжительного ухода в них, расширяя ментальную перспективу и расслабляясь. Данные методы способны удалить такую тупость. Праджняпарамита-самучаягатха указывает:
Нужно взбодрить ум, если его одолевает депрессия.
Ума Ньингпо (Мадхьямакахридая) сообщает:
Когда нависает подавленное настроение, медитируйте на протяжённом ментальном образе.
Если тонкая тупость сохраняется и после очищения её наиболее заметного условия, уму сперва надлежит набраться силы за счёт напряжения и неустанного внимания. Ум спокойно, живо и чётко надо привести в однонаправленную концентрацию вне каких-либо отклонений к чувственным удовольствиям. Через некоторое время это [успокоение] надо прервать. Затем с должным напряжением, ум следует снова привести в успокоение без рассеяния. Посредством такой практики медитатору следует достичь не только равновесия и тишины ума, но и развить такую острую чуткость, что ум сумеет осознать естественную безмятежность, яркость, прозрачность и свежесть ума. Короче говоря, фокус ума в неразличающем состоянии должен быть настолько острым и живым, чтобы иметь возможность замечать появление тупости и чувственного побуждения. Мадхьянтавибхага соглашается:
Распознайте тупость и чувственное побуждение.
Вторая и третья Бхаванакрама повторяют:
Выявляйте тупость или её возникновение.
И опять она говорит:
Выявляйте чувственное побуждение или его возникновение.
Следуя этому методу, также и возбуждённый ум сможет пережить пронзительную яркость, но его неразличающее спокойствие может быть мимолётным. Не рассматривая это как ошибку, медитатору следует повторять короткую практику много раз таким образом, что безупречное успокоение сможет быть реализовано. Однако, если такая концентрация не становится устойчивой, медитатору следует знать как ослаблять жёсткую концентрацию, при том не теряя яркости, и как надо затем сохранять её.

Медитация расслабления.

Хотя и существует, вообще говоря, множество форм расслабления, их цель в нашем случае – убрать изъян чувственного побуждения. Термин "чувственное побуждение" описывается, как форма вожделения, которое фокусируется на объекте, удовлетворяющем низкие эмоции. Тогда оно охватывает собой все потоки мысли и эмоции, такие как негодование, сомнение, злонамаренность и т.п. Медитатор поэтому должен заниматься усмирением ментальных отвлечений. Сказано, что способ усмирения их заключается в вспоминании плохих последствий ментального рассеяния, в целом, и вожделения, и т.п., в частности. Дходигьян (Сутраламкара) говорит:
Если осознают, что рассеяние приносит вред, то не только будут относится к нему с неприязнью, но и будут стремиться освободиться от него. Подобно этому усмиряют такие возмущения, как вожделение и страстное желание.
Умо Ньингпо (Мадхьямакахридая) сообщает:
Если одолевает рассеяние, от него надо отказаться и рассматривать как пагубный знак отвлечения восприятия.
Рассеяние можно побороть избегая фокусировать ум на каком-либо объекте отвлечения, и отбрасывая мысль об отказе и применении. Пхарчин Дюпа (Праджняпарамита-самучаягатха) настаивает:
Когда ум готов стать беспокойным, его следует усмирять успокоением.
В этом случае медитатор принимает то же положение тела, что и до этого, чуть опускает взгляд, и тогда расслабляет ум в в просторном открытом настроении. Так практикуя успокоение, он не должен заботиться о том, какую форму медитации ему соит или не стоит выбрать; не должен он возбуждаться, когда ум успокоен, и не должен волноваться, когда текут мысли. Медитатор должен привести ум в расслабленное и естественное состояние, не вмешиваясь и не изменяя его мыслью о принятии или неприятии. С твёрдым решением никогда не отвлекаться, он должен продолжать поддерживать успокоение. Если резко возникают какие-либо мысли, медитатор должен позволять им течь свободно, ему не надо следовать за ними, что только отвлекает ум, и не следует также подавлять их. Он должен сохранять непрерывность и нерассеиваемое состояние оживляя внимательность. Даже если появляются неясные едва уловимые мысли, ему не надо ни радоваться ни расстраиваться, ни отказываться ни принимать их, но надо продолжать успокоение используя расслабленное состояние не теряя естественной внимательности. Когда ум остаётся в состоянии ясности и безмятежности, надо сделать перерыв и отдохнуть. Теперь, когда практика возобновится, медитатор почувствует прогресс. До сего времени всякий раз, когда он применял усилие, намереваясь достичь успокоения, он чувствовал, что все сильные и едва заметные мысли, казалось, замирали будто под давлением. Ум становился мгновенно так безмятежен и тих, что медитатор был обязан контролировать его с однонаправленным вниманием. Это было не слишком лёгкое состояние. На данном этапе он обнаруживает, что когда ум расслаблен, он может быть успокоен естественно и легко, притом не теряя бодрости внимания. Когда возникает забывчивое или слабое мышление, и когда фокус внимательности хорошо установлен, он не будет рассеян, но успокоит ум в первый или последующий момент, так что успокоение сохранится. Если знают секрет освобождения от всякого появившегося желания, узнают и то, как расслабить ум и успокоить его. После чего достигнут дальнейшего умения в практике освобождения. Сараха упоминает такую практику:
Отпуская напряжение, связывающее ум, без сомнения добьются внутреннего освобождения.
И снова он говорит:
Ум, в рабстве, пытается разбежаться на десять сторон; если его отпустить, он угомонится твёрдо и неизменно. Снова возвращая обратно этот [ум], будешь подобен [беспокойному] верблюду – так я понимаю.
Майтрипа комментирует:
Когда какая-либо различающая мысль возникает в уме йогина, ему стоит оставаться расслабленным, как вата.
Некоторые критики неправильно истолковывают высказывание данного медитационного ордена, что "лучшая медитация заключается в лучшем расслаблении", оно применяется к медитации на этой стадии. Они утверждают, что тупость, нависающая вследствие

распущенности внимания и бдительности, становится ошибкой для медитативного успокоения [медитаторов данного ордена]. Такие замечания показывают, что они (критики) всего лишь желают покомментировать, несмотря на очевидность своего незнания. Вышеприведённое высказывание было цитатой из учений Сарахи. Оно подкрепляется Тилопой, когда он заявляет:
Расслабь ум в неизменяемом первичном состоянии. Ибо если ум освобождён от внутреннего рабства, свобода без сомнения победит.
Сараха советует снова:
Надо освободиться от любой формы привязанности.
Такая концептуальная терминология была придумана, как средство сломать привязанность ума к внутренним ощущениям и переживаниям в ходе главной медитации. Великий святой Чжанг так же поясняет этот момент:
Когда сознание расслабленно раскрывается, в нём возникает высшее качество яркости и неразличения. Это состояние появляется как глубокое чистое небо. Это – светящаяся ясность дхармакаи.
Данный Медитационный Орден считает стойкой вялостью состояние полной тупости и запутанности, возникающее из-за бездеятельности внимания и бдительности, что, в свою очередь, произошло в результате неумелого расслабления ума. Кто же [средь нас] отождествляет эту [стойкую вялость] с наибольшим расслаблением и лучшей медитацией? Критику не следует клеветать на данную систему в такой манере. Когда энергия внимания и бдительности ослабевают, любое неумелое расслабление приведёт к тому, что ум погрузится в полусознательную тупость. Такой ум не может воспринять никакого рассеяния, никакого волнения или безмолвия. Если, перед лицом внимания, мысли рассыпаются или кружатся, это указывает или на недостаточное расслабление или давление сильного желания [внутреннего переживания]. Медитатор должен знать надлежащую стадию и время, чтобы найти равновесие между напряжением и расслаблением. Таким образом, начинающие должны учиться поддерживать ум в расслабленном состоянии. Медитатор не должен усиливать внимание снова и снова если это не становится необходимым ввиду ослабления внимательности и готовности. Только, когда кажется, что внимание и бдительность теряют свою силу, надо приложить некоторое ментальное напряжение, с тем чтобы оживить их. Следует знать, как сохранять состояние концентрации и убирать все его изъяны. Если делать так, ментальное осознавание стабилизируется и кристаллизуется при отсутствии потока мыслей. Если, в течение этого спокойного состояния, ум непрестанно воспринимает формы, звуки и другие чувства, мягко, спокойно, бесстрашно, ярко и безмятежно – значит успокоение реализовано.

Осознание состояния погружения.

Наконец при помощи вышеизложенных методов успокоения ума реализуется безупречное спокойное погружение. Такой ум должен с необходимостью быть сращением безмятежного устойчивого состояния, в котором покоится ум, с однонаправленностью и различающим осознаванием, соединённым с нетронутой остротой ясности, являющейся результатом внимательности и бдительности. В этом отношении изъяны спокойного погружения суть проекции мыслей на различные объекты вследствие неспособности однонаправленно сфокусировать ум на образе объекта, далее – беспокойство, вызываемое неизменным ухудшением внимания, и, наконец, увядание внимания, лишённого остроты ясности, что делает состояние непригодным ни для каких видов равностности. Сверх того, если у внимательности и бдительности нет остроты ясности, это указывает на присутствие тумана тупости, тогда как, если ум не приведён в сосредоточение, это указывает на присутствие беспорядочного мышления, то есть рассеяния. Отсюда важность методов удаления тупости и потока мышления. Об этом уже говорилось и ещё будет говориться. Вкратце, остроту ясности надо улучшать и выкристаллизовывать всякий раз, когда тупость принимает угрожающие размеры. Ментальное напряжение, рождённое стремлением [к быстрому продвижению], надо ослаблять соответствующим образом, всякий раз, когда энергично текут мысли. Когда достигнута желаемая гармония между напряжением и расслаблением, не следует вести ни

какого ментального исследования, но должно сохраняться её естественное успокоение свободное от какого-либо нарушения. Нагарджуна сообщает в Тюши Ньимджор182:

Возвышайте дух, когда маячит тупость или тяжесть, приводите ум к его внутренней естественности, когда мысли кружатся и разбегаются.

Что касается внимательности и бдительности, то первая убирает ментальное рассеяние, когда отвлекаются от визуализируемого образа, между тем как последняя выявляет тупость или поток мыслей. Кроме того, усилив решимость не отвлекаться, даже на мгновение, от визуализации, и непрерывно поддерживая успокоенное состояние, практикующий оживляет внимательность. Находясь в таком успокоении, надо просто наблюдать, вместе с тем оставаясь наготове, и без специального изучения, воздействуют ли на ум тупость или мысли, внимательность или забывчивость. Традиция сутр раздельно разъясняет внимательность и бдительность. Согласно наставлениям данного ордена, эти два аспекта обычно связываются в одно осознавание или внимательность. Если по этому поводу возникает недоумение, то здесь нет ошибки. Бодхичарьяватара объясняет:

Когда внимательность располагается на входе ума, для того чтобы смотреть осторожно, тогда, в этот момент, появляется бдительность.

Таким образом, внимательность и бдительность были раделены на отчётливую и едва уловимую, грубую и тонкую, потому что сильное и живое внимание включает бдительность. Об этом сказано в комментарии на Мадхьянтавибхагу:

Всякий, у кого глубоко внимание, будет также обладать и бдительностью.

На данной стадии рассудительные медитаторы, которые концентрируются на визуализируемом образе с однонаправленной внимательностью и бдительностью могут поинтересоваться, как же подступиться к ситуации такой, как эта. Им кажется, что поддерживать бдительность, для того чтобы обнаруживать, сфокусирована или нет концентрация на [выбранном] ментальном образе, или она рассеивается тупостью или потоком мыслей, значит производить некоторую тонкую мысль. С тонкой мыслью успокоение не может быть неразличающим. Будь оно по-другому, это означало бы, что бдительность отсутствует, и нельзя выявлять отвлекающие элементы тупости и мысленного потока183. Эти неумелые в медитации, посчитав всякую тонкую мысль изъяном, по-видимому, поддерживают успокоенный ум с определённой степенью живости, но тем неменее у них наверняка отсутствует острая бдительность. [Бдительность], как тонкая мысль, должна использоваться, поскольку она – не активная мысль, но готовность или осознавание в категории постижения. Второй трактат Бхаванакрамы сообщает:

Таким образом, концентрируясь на выбранном визуализируемом образе, медитатор должен непрерывно фокусироваться на нём. Сделав всё так, он должен изучить, имеет ли концентрирующийся ум твёрдый захват визуализируемого образа, затуманен ли он тупостью, и не интересуется ли он внешними предметами, становясь рассеянным.

Относительно того, как активизировать такую мысль и не нарушить непрерываемую внимательность, говорится, что ум должен быть просто осторожным, не позволяя при этом блекнуть состоянию успокоения. Однако повторное придание сил такому осторожному уму вызовет появление неблагоприятных мыслей, что притупит остроту внимательности. В каждый последующй момент просто наблюдают силу определённого осознавания, перходящего неослабевая в каждый момент. Короче говоря, медитатор должен приобретать умение, равномерно балансировать своё внутреннее напряжение и расслабление. Таков наиболее значительный метод из всех методов достижения спокойного погружения. То, что было описано как спокойное погружение, представляет собой поток внимательности визуализируемого образа. Ясность этого образа свободна от изъянов тупости или потока мысли, а ум приведён к присущей ему чистоте, наполненный радостью. Визуализируемый образ, в таком случае, – неразличающий и яркий. Как таковой он – удерживаемый поток внимания и бдительности. Подобным же образом разъясняет Шравакабхуми:

Очень хорошо, тогда, что такое однонаправленный ум? Ответ: он – это вспоминание, повторно фокусирующееся на образе, который является репродукцией или копией того, что сохранила память; он – течение мысли, незапятнан никакими порицаемыми безнравственными проступками, но полон радости. Поэтому он называется спокойным равновесием, а также добродетельным, однонаправленным мышлением.

Фраза "вспоминание, повторно фокусирующееся на образе" означает возвращение к медитации спокойного погружения, тогда, когда ум периодически отвлекается от слушания или изучения [дхармы]. Тот же самый текст объясняет:
Тогда, что надо вспоминать снова и снова? Ответ: вы, которые услышали или усвоили дхарму, которые получили наставления от гуру, и стабилизировали ум, вам следует прямо осознать воспринимаемый признак спокойного погружения, и с потоком внимательности аккуратно следовать и фокусироваться на визуализируемом образе.

Как сохранять успокоенное состояние.

Приверженцу надо знать, как приводить ум в успокоение в каждом занятии. В начале, перед медитацией, он должен рассмотреть атрибуты спокойного погружения, потом оживить веру [решимость], стремление, и готовность к достижению совершенной лёгкости. Из-за неумения произвести эти четыре фактора ментального напора удовольствие от медитации погружения вскоре истощится, и тем самым это неумение станет причиной лени. Вышеупомянутое безупречное погружение поддерживается в регулярной медитации за счёт энергичного внимания, неподдающегося отвлечению или забывчивости. Если у такого внимания отсутствует сила, тогда наступает забывчивость, делающая ум неспособным удерживать визуализируемый образ. Для того чтобы мгновенно обнаружить появление тупости или мысленного потока в поддерживаемом успокоении, из внимательности должна родиться всегда-готовая бдительность. Если бдительность неактивна или невнимательна, нельзя обнаружить изъяны успокоения, ведь нельзя осознать изъяны спокойного погружения если у бдительности нет остроты ясности и отчётливой чуткости. Надо изо всех сил пытаться внутренне использовать методы удаления изъянов тупости или чувственного побуждения, описанные ранее. Мысленный поток надлежит убирать при помощи факторов ментального напора, изложеных выше. Из-за недостаточности этого усилия ум попадёт во владение тупости или мысленного потока, что не позволит возникнуть безупречному погружению. Коль скоро тупость или мысленный поток были убраны, ментальный напор надо прекратить, и ум должен остаться в естественном равновесии. Без успокоения ума в таком равновесии [в качестве ступени] спокойное погружение пропадёт, затрудняя тем самым приход [ума] в успокоение. Эти методы суммируются в Мадхьянтавибхаге следующим образом:
Ум успокаивается и успокаивается совершенно; первое – причина, а другое результат. Не забывая визуализируемый образ, обнаруживая и изгоняя тупость и мысленный поток, применяя внимательность, ум достигает успокоения, оставаясь в присущей ему чистоте.
Бывают такие медитаторы, которые, вначале, не развивают веру и желание спокойного погружения. Тем не менее, они пытаются своим собственным способом привести ум в успокоение. Потому как такая внимательность не имеет энергии, ум одолевают слишком много отвлечений. Поскольку у бдительности нет остроты, тупость и мысленный поток остаются невыявленными. Даже если она [бдительность] и обнаруживает эти отвлечения, такие медитаторы неверно истолковывают их, как мысли и как такие объекты, которые должны быть удалены. Они таким образом ослабляют силу ясного осознавания. Не сумев понять истинного погружения, они ошибочно принимают любой вид чувственного или воспринимаемого переживания за спокойное погружение. И даже если действительно появляется какой-нибудь вид безупречного погружения, то вместо того, чтобы успокоить его в присущей ему чистоте, они используют слишком много ментального давления, вызывая беспорядочное кружение мыслей. Таким образом у них не хватает умения овладеть спокойным погружением. Именно по этой причине новички должны пробудить в начале сильное внимание. В случае особенно страстного ума, обязательно возникает некоторое знакомое чувственное побуждение. Они возможно смогут усмирить только грубую страсть, обнаруживая её бдительностью. Но когда мерцают мысли и чувствительность в их тонкой форме, начинающие не должны волноваться, но должны просто чуть-чуть отпустить своё желание их усмирить, так чтобы мысли могли автоматически успокоится. После этого медитатору следует использовать лёгкое напряжение, как предосторожность от возможного ослабевания остротой ясности ума – или из-за тупости или мысленного потока в их заметной или неуловимой формах. Через некоторое время сила тупости или мысленного потока уменьшится, и появится

безупречное спокойное погружение. Применяя ту же самую логику медитатор, чей ум затуманен глубокой тупостью, должен удалить тупость как в отчётливой так и в тонкой формах. Раз это сделано, ему следует тогда остерегаться чувственного побуждения и следует стремиться реализовать спокойное погружение. Когда возникает безупречное спокойное погружение, его надлежит поддерживать в ровном состоянии, не допуская, чтобы погружение поблёкло. Сликом много мыслей и ментального напряжения является огромными препятствиями, вмешивающимися и дестабилизирующими процесс приведения ума в погружение. Что касается внимательности – пока она усиливается и поддерживается твёрдой решимостью, ум не будет рассеиваться ни каким образом от визуализируемого образа. Любая тенденция даже к небольшому отвлечению указывает на некоторое ослабление силы внимания. Рассеянный ум утрачивает полное внимание. В этом разе медитатору в каждый проходящий момент не следует позволять падать силе внимания, но следует увиличивать её. Короче говоря, ему нельзя допускать никаких перерывов во внимательности между прошедшим и возникающим моментом, с тем чтобы связать одну фазу внимания с другой. Бдительность происходит от великой силы внимательности. Бдительный ум с острым фокусом должен просто наблюдать возникновение тупости или мышления. В данной медитации успокоения неправильно включать в сферу бдительности исследование, расствоpение, или взаимосвязывание [мыслей восприятий или переживаний], потому что делать это – значит привлекать огрмное препятствие в практику однонаправленной концентрации. Ментальное усилие или напряжение относится к применяемым методам удаления тупости или мысленного потока, когда бы то или другое ни затуманивало ум. Неправильно применять эти методы даже после того, как тупость или мысленный поток были убраны, потому что волновать ум противоположно тому, чтобы [в тоже самое время] успокаивать его без возмущения. Вторая и третья Бхаванакрама также сообщают:

Волновать ум в спокойном погружении значит полностью рассеивать его.

Равновесие ума – это приведение ума к присущей ему чистоте после достижения соответствующего баланса между напряжением и расслаблением в результате очищения от тупости и мысленного потока. Оно также подразумевает искусное поддержание такого спокойного погружения путём избавления от всякого ментального напряжения или напора. Вторая Бхаванакрама объясняет:

Когда тупость и мысленный поток устранены, и ум естественно сфокусирован на визуализируемом образе, следует отпустить напряжение, гармонизировать состояние ума, и сохранять его так долго, как хочется.

Что можно сказать относительно продлжительности каждого занятия практикой вышеизложенных методов? Если начинающий каждый раз медитирует слишком долго, он наверняка утратит силу внимательности и бдительности. Это сделает его ум отсутствующим и склонным к рассеянности. Неспособность ума осознать тупость и мысленный поток происходит из-за того факта, что ум [уставший от долгого занятия] легко подавляется тупостью или мысленным потоком. Поэтому начинающему было бы хорошо медитировать короткими периодами и повторять их снова и снова. Более длинные периоды медитации не окажутся неблагоприятными, коль скоро он достиг определённого уровня опыта, приобрёл умение поддерживать внимание и бдительность, и достиг безупречного спокойного погружения. Таким образом, медитатор должен привести ум в спокойное погружение, и оставаться там до тех пор, пока это состояние не прервут физический или ментальный потоки. Эти потоки надо устранить и вернуться к медитации. Ни какой определённой продолжительности [в сутрах и шастрах] не было указано. В этой главе, я объяснял главным образом жизненно важные моменты того, как сохранять успокоенный ум. Помехи или загрязнения успокоения, идентификация факторов ментального напора, разработанных с целью устранить препятствия, и их описание комментируются в разделе, имеющем дело с общим разъяснением успокоения и постижения. Поэтому здесь не будет дано никаких дальнейших объяснений.

Этапы реализации успокоенного ума.

О системе реализации успокоенного ума, великий святой Тилопа говорит:

Сперва в практике ум, – как поток, несущийся через ущелье. В середине ум – как плавно текущая река Ганг. В конце ум – как реки [вливающиеся в океан], как воссоединение дочерей со своей матерью.

Употребление этого отрывка ограничевается не только одним окончательным успокоением, но имеет отношение также и к новичкам, которые испытывают всевозможные состояния, начиная от кружения мыслей, мощных или слабых, и до достижения уровня неразличающего успокоения. Эта стадия подобна потоку несущемуся по узкому ущелью, потому что ум здесь превычно беспокоен и неустойчив. По мере того, как медитация становится более умелой, начинающий сможет усмирить большинство мощных мыслей, или же в худшем случае они потекут более плавно и спокойно, не прерываясь. Ему возможно покажется, что это состояние более легко поддерживать, ибо оно подобно плавно текущей реке Гангу. Однако, пусть даже его ум и остаётся во многом успокоенным, бывает, что ему не удаётся успокоить мощные мысли, происходящие вследствие различных обстоятельств, чувств, и наоборот. Далее медитатор достигает уровня, где не возникает никаких мощных или слабых мыслей, но даже если они и возникают, то естественно усмиряются. Это состояние подобно тому, как реки впадают в океан, всё равно как дочери объединяются со своими матерями. Появляющиеся мысли и ощущения сочетаются с пространством внимательности и бдительности, как один аромат. Такое успокоенное состояние не приводится в движение волнами мысли. В этом частном случае показаны три разных стадии успокоенного ума. Согласно сутрам в медитации успокоения существует девять уровней [или частей]. На первом уровне медитатор стремиться к реализации (1) фиксированного внимания уходя внутрь и фокусируясь на образе объекта. Подобно этому, (2) достигается продолжительное внимание увеличением времени успокоенного, нерассеянного состояния ума. (3) Устойчивое внимание достигается приведением рассеянного ума в данное состояние. (4) Очищенное внимание достигается повторным уходом и актуализацией чуткости. 5) Подготовленный ум достигается усилением медитации посредством оценки благ поисходящих из спокойного погружения. (6) Умиротворённое состояние достигается удалением рассеяния. (7) Совершенно умиротворённое состояние достигается удалением таких изъянов, как вожделение и прочие страсти. (8) Однонаправленная концентрация достигается с овладением спокойного погружения путём сознательной попытки. (9) Спокойное равновесие достигается через овладение однонаправленной концентрацией и таким образом путём естественного и без усилий вхождения в спокойное равновесие. Сутраламкара поясняет смысл этого:

Фокусируйте ум на образе объекта; без отвлечений поддерживайте поток внимательности. Шесть сил, необходимых для успокоения, следующие: (1) слушание учений дхармы и наставлений по спокойному погружению даёт интеллектуальную силу; (2) практика дхармы даёт силу исследования; (3) овладение нерассеиваемой внимательностью даёт силу внимательности; (4) распознавание тупости или мысленного потока производит силу бдительности; (5) стремление к спокойному погружению производит силу старания, и (6) совершенная готовность к созерцательному процессу производит силу овладения мастерством. Четыре ментальных действия, необходимые при овладении успокоением, таковы: (1) неутомимое напряжение в медитации, которое обеспечивает так нужный вначале, для того чтобы достичь спокойного погружения, однонаправленный напор; (2) перемежающееся напряжение, которое можно применять каждый раз, когда концентрация прерывается или тупостью или мысленным потоком; (3) непрекращающееся применение [не напряжение], необходимое для продолжения работы с концентрацией, когда она не прерывается ни тупостью ни мысленным потоком; и (4) спонтанное применение, которое достигается, когда, наконец, без усилий достигают успокоения. Они разъяснялись ранее. Благодаря мощному напору, проистекающему из доверия и стремления к спокойному погружению, внимательности, и бдительности, неутомимое старание на уровнях с первого по шестое приведет к реализации седмого и восьмого уровней, соответственно. Это, в свою очередь, выведет на девятый уровень, где естественно и без усилий появится спокойное погружение. Достигнув совершенного владения спокойным погружением медитатор, начинает занятие просто восстанавливая свою решимость и внимательность. Так он будет, во всех последующих занятиях, достигать полного погружения не нуждаясь в непрерываемой внимательности и бдительности. Такое достижение можно сравнить с овладением грамотностью. Начинающий всегда должен стараться совершенствовать

чтение или пение при помощи неустанного внимания и бдительности. Но стоит овладеть ими, как всё происходит естественно и без усилий одним приведением в действие, ибо уже нет необходимости продолжать упорствовать, прибегая к бдительности и внимательности. Опыт погружения, наделённого блаженством, ясностью, неразличением, иногда будет сочетаться с восприятием после погружения. Неискусные медитаторы утверждают, что это – великолепная практика. Но данный медитационный орден рассматривает его, как опыт возникающий в результате успокоения ума, но конечно не как превосходную практику. Фактически, могут поинтересоваться, является ли оно истинным успокоением. Согласно медитации сутр, успокоение достигается после реализации совершенной лёгкости. Без получения [совершенной лёгкости], не важно насколько хорошо спокойное погружение, имеется лишь однонаправленная концентрация на плане желания. Как бы то ни было, но она также далека от того, чтобы быть главным успокоением. Она даже не считается "приблизительным успокоениема184", потому что, как сказано, предварительное успокоение, – это успокоение, в котором должна реализовываться совершенная лёгкость. Поэтому, простое, однонаправленное успокоение на плане желания обозначается, как "приблизительное успокоение", которое не является состоянием погружения, тогда как успокоение на плане высшей формы относится к уровню погружения. Тем не менее в Шравакабхуми разъясняется метод, которым [начинающий] медитатор может постепенно достичь совершенной лёгкости:

Медитатор в однонаправленной концентрации, типичной для плана желания, сперва легко достигает послушности ума. Чтобы достичь этого, он старается без колебаний и с возрастающей расдостью сохранять медитацию, которая энергично раскрывает неразличающее осознавание с внутренне присущей ясностью и блаженством. Затем, за счёт добродетели этой умственной силы, внутренний воздух пропитывает всю ситему тела, и возникает совершенная физическая лёгкость.

Благодаря этой совершенной лёгкости следующее состояние медитации соединяет в себе близкие факторы, а именно, дифференциацию, энтузиазм, покой, возростающую радость, исследование и прилежание. Медитация далее проходит по уровням, начиная с предварительного созерцания, называемого первое успокоенное состояние на плане высшей формы. За этим следует реализация продвинутых уровней, известных как равновесное погружение, относящихся к плану высшей формы и бесформенному плану. Бхаванакрама даёт короткое описание четырёх приготовлений к состояниям погружения:

Первое состояние погружения называется невозмущаемым процессом. Медитатор испытывает безмятежность, в которой проводятся общие и тщательные исследования [психофизических реальностей]. Первое состояние погружения реализуется, когда медитатор, очистивший себя от всякого чувственного желания и вредных увлечений, продолжает исследование и анализ, находясь в состоянии радости и блаженства. Особое свойство этого состояния достижимо даже тогда, когда само исследование прекращается. Когда процессы изучения и анализа окончательно прекращаются, усмиряется стремление к первому состоянию погружения, и когда радость, блаженство и внутренняя ясность пронизывают всё существо, тогда медитатор достиг второго состояния погружения. Когда желание второго состояния погружения усмиряется, достигаются радость, невозмутимость, внимательность и бдительность, и тогда медитатор достиг третьего состояния погружения. Когда желание третьего состояния погружения усмиряется, медитатор достигает состояний безмятежности и внимательности, свободных от ощущений как несчастья так и блаженства. Он достиг четвёртого состояния погружения.

Никаких дополнительных объяснений здесь не предлагается. Раз совершенная лёгкость реализована, то даже без многократного [днями и] ночами повторения спокойного погружения, медитатор испытает, что недобродетельные тенденции его тела и ума прекращаются, по мере того как радость и блаженство пронизывают весь его поток-существа, и он снова будет способен находиться в спокойном погружении. Например, высоко почитаемый Такпопа был способен оставаться в спокойном погружении в течение тринадцати суток с масленной лампой на голове. Гуру данного медитационного ордена считают, что достижение успокоенного ума – это просто базис или опора для медитации. Они также признают, в качестве успокоения, способность медитатора, который ещё должен достичь совершенной лёгкости, осуществить успокоение или без усилий или с минимумом сил. И это рассматривается, как указание на то, что теперь его можно вести к постижению. Обыкновенно излагаются три формы однонаправленной медитации

объединённого успокоения и постижения. В данном случае, используемый метод разработан, с целью помочь установить и овладеть добродетельной практикой объединённого успокоения и постижения, может исключительно усилением успокоения. Несмотря на различную природу медитаций погружения, которым стремиться овладеть каждый медитатор, каждая медитация поддерживается тремя [опорами]: внимательностью, бдительностью и усилием. То, как осуществляется и пробуждается спокойное погружение или равновесие, остаётся одним и тем же во всех случаях. Мне кажется, что овладение чистым успокоением было бы лучше для людей, которые склонны к последовательному пути. Бодхичарьяватара говорит:
...с постижением поддерживаемым успокоением...
В данном медитационном ордене есть похожие высказывания, такие как "там, где нет созерцательного успокоения, нет постижения" или "если искать постижения слишком рано, не достигнешь успокоения".

Цель реализации успокоения.

Существенно важно завершить успокоение ума, так как оно – общее основание всех [Буддийских] путей – мирских и надмирских185. Мирские пути включают три плана существования. Медитация на плане желания предназначена, чтобы вызывать особое постижение через устранение загрязнения ума и укрепления психологических противоядий от негативных мыслей. Основанное на успокоенном состоянии, постижение будет воспринимать духовный уровень на плане желания, как неочищенный, в то время как на плане высшей формы – как очищенный. Постижение, возникающее на каждом уровне восьми приблизительных и восьми действительных погружений на [более высоком] плане формы и бесформенных планах, воспринимает каждое предыдущее постижение, как менее тонкое, или каждое последующее – как более утончённое. Успокоение, всё время, образует базис постижения. Подобно этому, успокоение на сверхмирском пути, составляет базис для постижения, воспринимающего четыре благородные истины и разоблачающего как ложь – чувство личного я, согласно Первичной Колеснице [Хинаяне]. Успокоение также существенно для реализации постижения недвойственного осознавания, которое фокусируется на нереальности истинных само-сущностей [а именно, личности и феноменов], согласно пути Махаяны. Кроме того, успокоение – это фундамент таких трансцендентальных атрибутов, как четыре стопы чудесной трансформации186, [восемь уровней] погружения на [плане высшей формы и] бесформенном плане187 восемь процессов освобождения188, сверхнормальные познания, и таких сил погружения, как [восемь] всепобеждающих созерцательных манифестаций189, и [десять] всеохватывающих созерцательных трансформаций190. Первая Бхаванакрама суммирует:
Осуществив восемь видов решимости устранить негативные факторы, реализуют спокойное погружение. За счёт такого погружения может быть достигнута великая сила чудесного преображения.
По аналогичным соображениям сутры настаивают на медитации на ступнях чудесного преображения с восемью видами решимости. Тот же источник говорит:
Благодаря однонаправленной концентрации медитатор должным образом добьётся послушности [тела и ума], и достигнет, через погружение, различных уровней равновностности, наделённой особым свойством визуализации на планах формы и бесформенности, а также совершенного освобождения.
Помимо этого, успокоение применяется для многих других целей, таких как подчинение активной эмоциональности и освобождения от рабства дуалистических признаков. Основная цель – достичь постижения. Из двух уровней постижения (а именно, (1) внешнего или тонкого постижения преходящего мира, которое ведёт к вершине планов существования, и (2) запредельного постижения, которое не только воспринимает реальность, как лишённую врождённого я, но также устраняет семя экзистенциальной зависимости) запредельное постижение является целью реализации. Здесь, так же, успокоение является базисом. Причина, зачем стремиться к успокоению – следующая. Так как постижение по природе текуче, как водопад, или же мерцает в уме, подобно масленной лампе, – спокойного равновесия нельзя достичь без [первоначальной реализации]

успокоения. Нельзя ни понять ни ясно воспринять совершенную реальность, как она есть, без реализации спокойного равновесия. Первая Бхаванакрама комментирует:
Потому как ум колеблется, подобно воде, его нельзя остановить без основания успокоения. Ум, который не достиг спокойного равновесия не может ни коим образом понять совершенную реальность такой, как она есть.
Центральная Бхаванакрама объясняет этот пункт далее:
Постижение без успокоения делает ум йогина подверженным отвлечениям на чувственные объекты. Потому как ум неустойчив, точно маслянная лампа на ветру, ему не удаётся достичь сияния осознавания.
Как тогда надо стремиться к реализации успокоения? В высшей степени похвально достичь простого успокоения на подготовительном уровне первого погружения в концентрации [на плане высшей формы], как говорилось ранее. Не исполнив этого, хорошо бы реализовать однонапрвавленную концентрацию на плане желания. Мастер Паво в Нгакво Нгакто описывает:
Люди, которые ослеплены неведением, которые не следуют вашим учениям, скитаются, терпя бедствия, по циклу существования, даже если достигают вершины существования. Те же, кто следуют вашим учениям, пусть даже возможно они и не реализовали Главное состояние погружения [на плане формы], отворачиваются прочь от круга существования, не взирая на все мешающие силы, смотрящие на них.

ГЛАВА ЧЕТВЁРТАЯ:
Продвижение медитаторов по пути. Постижение.

Введение.

Здесь шесть разделов по медитации постижения:
1 Зачем нужна медитация постижения. 2 Подготовка к постижению. 3 Система медитации постижения. 4 Подходящая медитация постижения. 5 Характеристики возникающего постижения. 6 Сочетание этого постижения с постижением в других системах.

Зачем нужна медитация постижения.

Искателям освобождения и всезнающего осознавания имеет смысл медитировать на постижении – которое воспринимает отсутствие самости дуализма – нежели оставаться наслаждаясь в спокойном погружении. Без медитации постижения, одно успокоение не может привести к освобождению от круга существования, потому что оно может вызвать лишь временное усмирение врождённых осквернений, но неспособно устранить их. Средняя Бхаванакрама подтверждает:
Йогины не могут окончательно устранить внутренние осквернения только одним выполнением успокоения. Оно временно усмиряет, но не может уничтожить осквернения, если, и до тех пор пока, мудрость [постижение] не засверкают.
Арья-самадхинирмочана-сутра снова утверждает:
Сосредоточенное погружение подчиняет внутренние загрязнения, тогда как мудрость разрушает их врождённые осадки.
По этой причине те, кто желает удалить осквернения и добиться чистого осознавания, должны медитировать на мудрости после достижения в совершенстве установленного успокоения. Самадхинираджа говорит:
Если даже люди и медитируют спокойное погружение, но так как оно не разрушает сознание себя, ментальные осквернения снова с особой силой придут в движение, как в медитации спокойного погружения Удраки191. Всеми способами определяют несамостоятельность всех вещей и медитируют на распознающей мудрости. Нирваны достигнут при помощи этого источника исполнения; ничто другое не приведёт к такому покою.
Люди на мирском уровне медитируют спокойное погружение, вроде четырёх видов концентрации, но успокоение само по себе не может уничтожить прилепание к я, которое является корнем циклического существования. Из-за власти само-иллюзии возникают

коренное и сопутствующие загрязнения192, которые в свою очередь, заставляют совершать пагубные поступки, а, следовательно, блуждать в нижних мирах. Примером этого оказывается медитация таких аскетов, как Удрака, который верил во внешнего творца. С другой стороны, определение отсутствия самости [психофизических агрегатов] при помощи распознающего интеллекта, следующего за медитацией, приводит к достижению постоянного мира. Никакие другие средства не могут окончательно устранить страдание и загрязнение.

Подготовительные к постижению практики.

Самадхинирмочана говорит, что "совершенное видение, происходящее в результате слушания и изучения являются условиями реализации постижения". Средняя Бхаванакрама упоминает три источника постижения. Они суть связь со святыми людьми, частое слушание [дхармы], и затем её совершенное изучение. Святые люди в данном случае означают тех, кто реализовали успокоение и постижение. Без такой реализации нельзя усвоить истинной цели жизни, какими бы высоко учёными ни были в концептуальной доктрине с её определёнными значениями193. Частое слушание дхармы относится к тем безупречным писаниям, что раскрывают высшую доктрину. Можно слушать учения о видимой истине с концептуальной терминологией, но они не раскрывают смысл несомненности. То же касается и подробного изучения, следует применять наставления переданные через тех, кто реализовался, потому что священная истина выходит за рамки диалектического исследования и изучения. Можно спросить о разнице между писаниями, содержащими выдуманный или намеренный смысл, и – содержащими истинный смысл. Первые в основном объясняют видимую реальность путём концептуальных терминов и дефиниций, в то время как последние показывают взгляд предельной реальности, глубокий и невообразимый. Лодро Мицепае Танпа (Аксаяматинирдеша-сутра) сообщает:
Какие сутры являются предельным руководством и какие предварительным руководством? Сутры, которые излагают средства реализации видимой или условной истины, обозначаются, как несущие намеренно выдуманный смысл. Сутры, которые показывают средства реализации абсолютной истины, обозначаются, как несущие истинное значение. Что касается сутр, которые раскрывают различные точки зрения, они обозначаются, как несущие вымышленный смысл, задуманный для последовательного ведения приверженцев к глубочайшей истине. Сутры показывающие то, что глубоко, трудно-воспринимаемо, и тяжело-реализуемо, обозначаются, как содержащие истинный смысл.
Что тогда сами – видимая и истинная реальности? Видимая реальность относится к преходящим аспектам феноменов, таким как "я", жизнь, чувствующие существа, живые существа, и т.п. Предельная реальность означает [всепроникающую пустоту] феноменов характеризуемую как непроисхождение, отсутствие самости, и т.п. Та же сутра далее сообщает:
Разъяснение видимой истины дано в тёх сутрах – обозначаемых, как содержащие выдуманные значения – посредством различных концепций и терминов, таких как: "я", жизнь, чувствующие существа, живые существа, человеческие существа, личность, носитель кармы, продукт кармы194 и исполнитель кармы. Кроме того, сутры с предварительным руководством говорят о "я", когда в действительности такого "я" не существует, – просто для того чтобы искусно вести искателей к сияющей истине. Разъяснения абсолютной истины храняться в тех сутрах, которые несущих смысл дверей к освобождению, таких как пустота, беззнаковость, бесцельность, невозникающая и нерождённая нереальность различения, сознание, жизнь, личность, "я" и врождённый контроллер.
Самадхираджа повторяет те же пункты:
Пустота раскрываемая Им, Кто Достиг Высшего Покоя [Сугата], должна быть понята посредством особых сутр, содержащих истинное значение. Сутры, имеющие отношение к чувствующим существам, личности, человеческим существам, и всем подобным вещам должны пониматься, как содержащие выдуманные значения.

Это действительно так. Сказано, что фактор, который вызывает возникновение постижения, это понимание видения реальности. Такое понимание можно получить посредством знания, происходящего в результате слушания и изучения классических трактатов – будь то учения Будды или их экзегетические тексты великих святых и учёных – которые разъясняют непогрешимо и ясно действительное значение. За этим следует медитация с необходимыми процессами, а именно, удалением тупости и мысленного потока, контролем чувственных способностей, бдительностью в поведении и умеренностью в еде. Данный медитационный орден, в частности, считает, что для того, чтобы реализовать видение истинной реальности, жизненно необходимы созерцание гуру йоги и горячее обращение за благословением. Второй раздел Хеваджра-тантры разъясняет:
Спонтанное совозникновение195 не может быть ни описано никакими внешними средствами ни может быть обнаружено ни каким другим способом, кроме как своевременного получения посвящения от гуру и добродетели своих собственных духовных заслуг.
Опять тот же текст говорит:
Это сокровенное воспринимающее осознавание выходит за рамки всех вербальных выражений. Будучи объектом созерцания, оно возникает через благословения гуру. Таково осознавание всеведующих.

Системы медитации постижения.

Среди множества уровней постижения существуют внешнее и тонкое постижения, соответствующие преходящему миру, и постижение четырёх аспектов истины, соответствующее типу Первичной Колесницы [Хинаяны]. Они – замечательны по-своему, но не являются обязательными [в данной традиции]. Постижение истины бессамостности – вот истина, к которой стремятся здесь, потому что именно посредством неё должна определяться постоянная природа реальностей, проявляющихся в двойственности. Касаясь такого процесса пробуждения как постижение, Самадхинирмочана-сутра и Абхидхармасамуччая говорят о четырёх видах постижения в расширенных формах. Первый текст ссылается на три вида постижения в обычных формах, а также на постижение, воспринимающее две категории бессамостности – в сжатой форме. Относительно двух бессамостностей, большинство толкователей учений Будды и логики, полагаясь на экзегетические трактаты Нагарджуны и Асанги, много говорили о методах медитации на видении пустоты. Такое видение возникает из факта определения всех двойственностей, как недействительных, путём изучения их посредством великих рациональных формул, таких как "взаимное исключение одного и множества". В Тибете были такие, которые реализовали совершенное видение внутренней реальности через эти доктринальные системы. В наши дни большинство медитаторов, по-видимому, рассматривают общее значение пустоты основываясь на выводных заключениях. При поддержке первоначального объяснения и логики, о которых я говорил ранее, такого рода подход сводит пустоту к концептуализированной псевдо-пустоте, такой как пустота, мыслимая путём полного отрицания, пустота вялости, и так далее. На данном этапе реализация видения [всепроникающей] пустоты производится посредством созерцания одного ума, а потом путём определения всех реальностей [как лишённых свойственной сущности], который объясняется таким образом в наставлениях по непосредственному осуществлению подлинной реальности. Наш метод основан на главном и малом трактатах, включающих разнообразные наставления, которые были переданы великими Сарахой, Шавари и верховным йогином Тилопой. Наставления содержат обилие мощных методов, способных вызвать реализацию великого устремления путём небольшого испытания. Удивительно также, что этот подход фактически тождественен подходам, содержащимся в медитационных трактатах сутр, таких как Праджняпарамитоподеша, Бхаванакрама Камалашилы, Мадхьямакопадеша Атиши. Поэтому, я буду объяснять данную систему так хорошо как смогу. Пригодная для этого медитация постижения состоит из;
1 Определения присущей различным ментальным восприятиям природы. 2 Удалений предположений и скептицизма относительно основного корня [сансары и нирваны].

Определение присущей различным ментальным восприятиям природы делится на три части:
1 Зачем добиваться постижения ума. 2 Определение истинной природы ума, как основание всего. 3 Определение динамических проявлений ума.

Подходящая медитация постижения: Определение присущей различным ментальным восприятиям природы.

Зачем добиваются постижения ума.

Обычно показывается, что все реальности произведены умом. Последствия или польза от медитации или не медитации на истинном смысле ума, были изложены ранее. Недостатки сансары и добродетели нирваны зависят именно от ума или происходят из него: отсюда важность медитации на уме. Дхармасангити-сутра сообщает:
Бодхисаттва Викрантамати говорил так: Лучезарный Победитель то, что было обозначено, как дхарма, есть дхарма, которая не находится ни в каких чувственных объектах, ни в каком пространственном измерении. С другой стороны, исключение составляет дхарма, основанная на уме. Поэтому, надо обрести полное влияние на ум, достичь его предельного уровня, аккуратно укротить его, привести в абсолютное равновесие, и подчинить его окончательно.
Подобно этому, говориться, что понимание ума означает понимание всех вещей, и освобождение ума означает освобождение его от всех форм зависимости. Согласно Арья-Ратнамегха-сутре:
Ум предшествует всем вещам. Только поняв [природу] ума, обретёшь понимание всех вещей.
Атьяйяджняна-сутра замечает:
Потому как понимание ума означает запредельное осознавание, надо медитировать в совершенстве на нём с решимостью никогда не стремиться к состоянию будды никакими другими средствами.
Сараха поясняет медитацию:
Если закрепощают ум, его поработит зависимость. Если освободить его, он избавится от сомнения.
И далее он говорит:
О, если бы только невежественные существа направили ум к внутреннему изучению, они достигли бы освобождения от всех ошибочных взглядов. Если бы они совершенно пришли в это состояние, силой великого блаженства, они обрели бы священную реализацию.
Тилопа так же говорит:
Как обрубание корней дерева, заросшего ветвями и листьями, вызывает смерть всего скопления его ветвей, так и с отсечением корней сансары.
Таким образом, отсекая корень заблуждения ума, течение циклического существования, как говорится, прекращается. Согласно Шантидеве, неведение ума – причина всех несчастий. С другой стороны, понимание и получение контроля над умом описывается, как лучшее из всех самоумерщвлений. Он говорит в Бодхичарьяватаре:
Если ты не понимаешь тайну ума, которая представляет собой высочайшую, верховную дхарму, ты будешь скитаться напрасно, как бы сильно не желал счастья и не чувствовал отвращения к страданию.
И снова он говорит:
Таким образом, надо крепко захваатить ум, надо бдительно оберегать его; помимо наблюдения ума – единственной формы самообуздания – какую пользу можно извлечь практикуя самообуздание?
Некоторые представители философских концепций утверждают, что "было сказано, что освобождения можно достичь медитируя на пустоте. Если бы освобождение достигалось через медитацию на уме или в предположении, что ум изначально просветлён, тогда это значило бы, что все чувствующие существа легко достигнут освобождения без какого-либо напряжения". Такой аргумент показывает, что они (толкователи) рассматривают пустоту, как добро, а ум, как зло. Этим они обнаруживают своё отрицательное понимание

внутренней реальности, а также личные недостатки, обусловленные полнейшим отсутствием образования. Я постепенно объясню тождественность характеристик пустоты и постоянной природы ума и, подобным же образом, тождественность этих двух медитаций на пустоте и природе ума. Так как медитаторы могут понять это из последующего объяснения, никаких дальнейших разъяснений здесь не даётся. Относительно заявления, что присущая уму природа изначально просветлена, Ланкаватара-сутра разъясняет:

Присущая уму природане не зависит от различения; именно в это состояние сознание стремиться превратиться. Потому как оно – осознавание всех вещей, я заявляю, что этот ум просветлён.

Калачакра-мулатантра сообщает:

Врождённый ум чувствующих существ – это сияющая ясность; с самого начала он свободен от абсолютных атрибутов происхождения, прекращения и пребывания. С безначального времени он являлся изначальным высшим Буддой, потому что его не изменили причина и условие.

Дюгью (Тантрасамграха196) комментирует:

Все чувствующие существа – будды, ведь не существует других великих будд на преходящем уровне вселенной.

Ваджрадакини-тантра говорит:

Чувствующее существо является изначальным буддой благодаря пониманию своего собственного ума.

Хеваджра-тантра добавляет:

Нигде на этом преходящем уровне вселенной нельзя найти будду, ибо ум – совершенный будда, и не нашлось бы иного будды.

Джампал Шейлунг (Двикрамататтвабхавана-нама мукхагама) суммирует:

Если осознаешь присущую уму природу, коя выше остальных вещей, то окажешься на уровне буддства!

Такой глубокий метод реализации изначального состояния будды называется медитацией на уме. Каким же образом при помощи него достигается освобождение, Юлкхор Кхьонгьи Чжупай Дхо (Растрапалапариприччха-сутра) объясняет:

Доверяя медитации на уме, следует понимать, что всё пустотно!

Ваджрапанджара сообщает:

Побуждаемые драгоценным умом [бодхичитта], медитируют на присущей уму природе, и таким образом достигают просветления. Этот рассвет священной истины – состояние будды!

И опять тот же самый текст говорит:

Медитация на неделимости пустоты, осознавания и сострадания представляет собой изложенный путь Будды, дхармы и сангхи.

Надо знать медитацию обозначаемую такими концептуальными терминами, как "относительный ум просветленияа197", и "предельный ум просветленияа198".

Определение истиной природы ума, как основания всего.

Здесь четыре раздела:

1 Какие из писаний рассматривают данный предмет? 2 Действительные этапы медитации. 3 Как данная медитация соотносится с первоначальным изложением. 4 Как определяется природа ума.

Какие из писаний рассматривают данный предмет?

Интересно знать какие из писаний рассматривают медитацию видения реальности, которое происходит из постижения и которое способно разрешить все сомнения и предположения. Такое видение достигается после определения того, что все вещи – лишь творения ума, и что даже присущая уму природа лишена истинной сути. Сутраламкара иллюстрирует это:

Поймите, что ничего не существует вне ума. Знайте, что ум сам недействителен. Умный человек, постигший нереальность того и другого, обосновывается в пространстве недвойственной реальности.
Бодхичиттавивараna излагает:
Однажды установив чистый идеализм, благословенные искатели отвергают реальность самого ума. Для представителей школы Только Сознания все различные явления – манифестации ума. Что такое тогда само-природа сознания? Это надлежит здесь разъяснить "все вещи – лишь продукты ума," – пояснял Высочайший Мудрец, чтобы защитить искателей с наивными умами, которые иначе могли бы испугаться, даже если данное утверждение не было бы таким истинным. Все – понятийно обозначенная, зависимая обусловленность и установленная реальность – лишь пустота199. Она – единственная суть постоянной действительности, и должна определяться на языке самого ума. Для тех, кому нравиться Великая Колесница, реальность – совершенно ровная, без само-сущности, потому что ум – не возникал с самого начала. Так было сказано Буддой.
Первый трактат Бхаванакрамы подробно разъясняет:
... Таким образом, созерцают, что три уровня феноменального существования – лишь продукты ума, и тогда осознают, что всё обозначенное в понятиях – просто ментального происхождения. Когда изучают каждый аспект ума, анализируют присущую всем феноменам природу. Так изучая, далее можно изучать следующим образом. Ум как таковой не может быть действительным с точки зрения предельной истины. Как ум может быть реальным, когда он цепляется за образы того, что, в сущности, – ложные чувственные формы, и т.п., внешне возникающие в различных проявлениях? Точно так же как чувственные формы, и т.п., обманчивы, так и ум – обман, поскольку он не есть что-то отличное от первого. Чувства – возникающие в различных формах – лишены или единой или многих сущностей. Реальность ума – неотлична от чувств; она так же лишена или единой или многих сущностей. Согласно этим соображениям ум по природе действительно похож на волшебное зрелище. Сродни уму, все феномены, по природе, так же подобны волшебному зрелищу.
Похожие разъяснения находятся в и других трактатах об этапах медитации.

Действительные стадии данной медитации.

В предыдущей медитации спокойного погружения главным являлось приведение ума в неразличающее погружение200. Теперь же, в медитации постижения, главным фактором должен быть анализ ума посредством распознающей мудрости. Установив ум в нерассеиваемое успокоение, улучшают качество ясности ума и потом изучают полученное состояние. Здесь метод определения внутренней сути ума похож на методы традиции сутр определения несамостоятельности личности. Чтобы медитировать на постижении на данном этапе, положение тела должно быть таким же, как было изложено ранее. Что касается взгляда, то глаза следует держать широко раскрытыми, глядя прямо вперёд, так, как говорит Сараха:
Стремясь к чистому осознованию вне медитации, также говорится: "медитация с открытыми глазами, превосходит все остальные медитационные методы."
Он также говорит:
Медитаторы брахманического ордена смотрят вверх, спокойные шраваки глядят вниз, между тем как [мистики] смотрят "ваджрными глазами201" прямо вперёд.
Медитатор должен сперва привести ум в спокойное равновесие, одновременно и ясное и неразличающее. Затем он должен мягко, расслабленно отпустить фокус ума точно на сам ум, как бы "смотря" внутрь или наружу. Для определения природы ума, применяется медитационный анализ. Изучение касается структуры, ясности, базиса, опоры, тождества или принадлежности и способа. Анализ начинается со структуры ума с выяснения имеет ли он определённую форму, такую как круг или квадрат, или вид земли, камня, скалы, человека, или же какого-либо конкретного животного. Исследование затем сменяется другими процессами, – узнают, есть ли у ума какой-нибудь цвет: белый, чёрный, красный, и т.п. а также имеет ли ум кокой-либо базис или опору, внешнего рода, например, другое чувствующее существо, материальный объект, или же особое основание внутри собственного тела. Если бы оказалось, что ум должен находиться в теле, медитатору

надлежит исследовать, находится ли он в какой-либо отдельной части тела между головой и пятками, или же пронизывает всё тело. Медитатор должен узнать точно, где ум находится, внутри ли, снаружи, или в объединённой области того и другого. Если оказывается, что ум находится в объединённой области, медитатору надо изучить, как ум проектируется на формы или другие предметы. Определяя внутреннюю принадлежность ума или способ проявления, медитатор должен исследовать можно ли отождествить ум с пустотой или с бесформенностью пустоты. Чтобы узнать, есть ли у ума определённый способ проявления, медитатор изучает можно ли его (ум) отождествить с ясностью или с формой ясности. Если бы оказалось, что ум является пустым состоянием, медитатор должен исследовать, есть ли это пустота несуществования или пустота, подобная пустоте пространства. Если бы оказалось, что ум является ясностью, медитатору следует изучить, является ли эта ясность подобной сиянию солнца, свету луны, или пламени масляной лампы, или же ум – врождённая ясность без света и цвета. Таким образом, медитатору надо исследовать ум различными путями. Ни какого несомненного понимания или точной уверености нельзя добиться, исследуя постоянную реальность ума при помощи простым знанием или интеллектуальным охватом, но без тщательного изучения. Поэтому медитатор должен упорно и тщательно изучать, подобно пытливому человеку, дробящему кость камнем! Прийдя путём такого исследования к заключению, что никакая сторона вщей – ни внешняя ни внутренняя – не содержит какой бы то ни было центральной субстанции, затем медитируют на успокоенном уме в состоянии единства ясности и пустотности. Тот, кто не осознал истинную природу ума, не говоря уже о переживании успокоения, должен с сильной верой и почтением совершить созерцательное обращение к гуру. Когда в повторной медитации он испытывает ясность ума [неразличающее осознавание] или пустоту, то должен изучить каждое из них с точки зрения их способа существования. Сделав так, он окажется в крайней растерянности, будучи неспособным описать [осознавание внутренней реальности] в терминах цвета, базиса или опоры, тождества или способа проявления; он испытает нечто вроде полного внутреннего познания, которое и есть сокровенное сияющее осознавание202. Это сияние ни что-то светоносное, не что-то цветное, и подобно внутренней пустоте, оно лишено какого-либо тождества или принадлежности. Оно остаётся воспринимаемым переживанием, когда присутствует внимательность. Когда внимательность ухудшается, осознавание сразу же покидает ум, возвращаясь обратно на обычный уровень. Такое состояние указывает на то, что соответствующий опыт проявился. В это время медитатор концентрируется – с нерассеиваемым даже на мгновение вниманием – на осознавании, самопознающем, но неидентифицируемым. Затем, не теряя внимания, он изучает такое состояние посредством различающего интеллекта. Никакие исследования не должны проводиться умом склонным отвлекаться, как в случае обычного размышления. Сараха комментирует:
О, ты должен искать внутри знак присущей реальности. Забывая наблюдать за умом внимательно и таким образом становясь рассеянным, ты не увидишь действительной присущей уму природы!
Бхаванакрама делает вывод:
Таким образом, когда ум надёжно приведён в успокоение, надо изучить его при помощи распознающего интеллекта, так чтобы возникло восприятие чистого осознавания.

Как данная медитация соотносится с первоначальным изложением.

Последователи данного медитативного ордена описывают вышеупомянутую медитацию, как открывающую ум. Некоторые [критики] утверждают, что открывать нечего, так как ум не состоит из какой-либо субстанции. Бесполезное занятие искать что-то несуществующее. В таком утверждении они (критики) обнаруживают своё незнание важнейшего значения предельной реальности. Относительно термина "открытие ума" Ратнакута сообщает:
Таким образом следует искать ум до конца.
Тсунгпа Ринпочей Дхо (Ратнакудапарипричча-сутра) соглашается:
Надо выполнить совершенное исследование ума.
Сумчу Тсасумпай Лиу (Траястримшат-париварта) добавляет:

Знающий человек должен искать присущую уму природу. В поисках он воспринимает ум и присущую ему природу, ибо нет внутренней сути, ни в исследуемом таким образом уме, ни в самом исследователе.
В писаниях существует много похожих отрывков. Поиски ума путём созерцательного анализа – пусть даже [ум] и не состоит ни из какой субстанции – служат целью осознания того, что ум лишён внутренней сути. Бхаванакрама цитирует Пхакпа Кончоктрин (Арья-ратнамегха):
Если те, кто медитируют на пустоте, проанализируют каждую скачущую мысль и всякое радостное состояние, они осознают, что всё – пусто [не имеет сущности]. Если они изучат, что представляет собой ум, они осознают, что он – пуст. Если они поищут суть исследующего ума, они осознают, что он так же пуст. Осознав это, они поднимутся до сокровенной чистоты, не отмечено признаком [двойственности].
Относительно поисков или изучения ума, Дхармадхатупракритьясамбхеданирдеша из Ратнакуты сообщает:
[Перевоплотившийся монах сказал:] О уважаемые, изучайте свой ум, для того чтобы определить, является ли он тождественным тому, что было обозначено, как голубое, жёлтое, красное, белое, каштановое, или кристального оттенка, или же он чист, нечист, вечен, непостоянен, материален, или нематериален.
Они [множество монахов] отвечали: О уважаемый, ум – бесформеный, невыразимый, не имеет внешности, неуловим, не имеет основания, и невидим.
Вслед за этим перевоплощающийся монах говорил: О уважаемые, вот – ум, который бесформен, неопределяем, без наружности, неуловим, без основания, и невидим, можно ли его помыслить находящимся внутри, снаружи иль между?
Монахи отвечали: Нет господин, нельзя.
Перерождающийся монах спросил: Уважаемые, если ум бесформен, неопределяем, без проявления, неуловим, без основания и невидим, тогда нечего наблюдаеть ни внутри, ни снаружи и между. Вы полагаете, что он не развился, как совершенная реальность?
Они отвечали: Нет господин, это не так.
Ратнакута говорит:
Поиски ума должны вестись таким образом: Что есть ум полный желания, ненавидящий ум или невежественный ум? Возник ли ум в прошлом, возникает ли он в настоящем, или же он будет делать это в будущем? Очень хорошо, вам надо созерцать, что прошлый ум прекратил существование, что будущий ум ещё должен возникнуть, и что теперешний ум не длится. О, Осунг (Кашьяпа), ум нельзя воспринять как пребывающий внутри, снаружи или же между. О, Осунг, относительно природы ума, нечего исследовать, нечего показывать, нечего поддерживать, нечему проявляться, нечему быть видимой формой.
Опять, Будда объясняет в Ратнакуте:
О, Осунг, ум не найти путём совершенных поисков. Всё что необнаружимо нельзя помыслить. Всё что нельзя представить себе не возникало в прошлом, не будет его в будущем, и непроисходит оно в настоящее время. То, что действительно ни прошлое, ни будущее, ни настоящее выходит за три периода времени. То, что так выходит за три периода времени, нельзя толковать, как либо существующее либо несуществующее.
Ратнакута сутра сообщает:
Тот, кто разыскивает ум, не может найти его внутри или снаружи себя, или же одновременно и внутри и снаружи. Он также не может найти его в своих психофизических агрегатах, в областях элементов, ни в способностях чувств. Затем, ввиду того, что он не может найти ум, он исследует внутренне поток своего ума, предполагая, что мышление возникает из-за воспринимаемого образа. Он созерцает существуют ли воспринимаемый образ и ум раздельно друг от друга, или они тождественны. Если образ отделён от ума, тогда есть два вида ума. Если образ – это сам ум, тогда как может ум "видеть" ум, потому что ум не может "видеть" сам ум.
Намнанг Нгонджонг (Вайрочанабхисамбодхи) разъясняет далее:
[Будда Ваджрадхара:] О Мастер Тайного Пути [Гухьяпати], если исследователь желает понять свой ум, он изучает его следующим образом. Ум рассматривают с целью выяснить, имеет ли он какую-либо форму, цвет, или подобие, или же существует, как объект чувств, или как форма, ощущение, познание, ментальные категории, или сознание, или же он тождественен чувству "я", "моё", или субъективным, или объективным феноменам. Продолжают определять решая, существует ли внутренняя реальность, как

чистая или грязная сущность, или же существует в областях элементов, или чувственных образований. Не производя этого исчерпывающего исследования, ум не обнаружить!
Тот же текст даёт руководство:
[Будда Ваджрадхара:] О Мастер Тайного Пути, исследователь должен что есть сил стремиться к просветлению и всезнанию в терминах своего ума. Почему? Потому что ум присущей его природе совершенно чист. Ум нельзя помыслить, как существующий внутри тела, снаружи или где-то между. О Мастер Тайного Пути, ум ни разу не видел никто из полностью просветлённых, достигших высшего – которые победили внутренних неприятелей – и никогда не увидят его. Будучи бесформенным, ум не имеет цвета, такого как голубой, жёлтый, красный, белый, каштановый, или кристального оттенка. Ум не имеет фомы, короткой или длинной, круглой или квадратной; он не светлый и не тёмный. У него нет сексуальной принадлежности, он – не женский, ни мужской ни бесполый.
О Мастер Тайного Пути, ум не располагает природой плана желания, плана высшей формы, или плана бесформенности. У него нет природы какого-либо класса чувствующих существ, таких как небесные существа, наги, куберы, гандхарвы, полубоги [асуры], гаруды, киннары203, великие змеи, люди и не-люди. О мастер Тайного Пути, ум не находится ни в глазах, ни в теле, ни в сознании. Почему? Ум имеет характеристики пространства, потому что по природе он независим от каких-либо мыслей и различений.
Сутры и тантры полны множества таких слов мудрости. Итак, было сказано, что изучение ума должно быть исчерпывающим настолько, чтобы охватить все внешние и внутренние феномены с особым рассмотрением цвета, подобия, место-расположения, опоры, тождества или принадлежности и вида ума. Только после тщательного изучения понимают, что природа ума бесформена, недемонстрируема, без внешнего или внутреннего основания, и не связана различающими мыслями. Таким образом присущая уму природа тождественна пространству! Бодхичиттавиварана объясняет:
Ум – лишь понятийное обозначение. Нет ничего кроме этого обозначения. Воспринимай его как обозначение – чистым и простым. И то же самое обозначение лишено какой-либо реальности. Победоносные будды не обнаружили его, ни внутри, ни снаружи, ни между. Ум со своей иллюзорной природой не имеет цвета, формы, объективной или субъективной сути, мужской, женской, или же бесполой принадлежности. У ума, по природе, нет основания. Короче говоря, просветлённые не видели ум, и не увидят его. Поскольку ум лишён самосущности, как они могут видеть его?
Чодю (Шиксасамуччая) цитирует Тешин Шекпа Тамчекьи Менгак Яангдакпар Дрова:
Ум – что-то такое, что [для обыкновенного ума] тяжело понять до конца; он всегда был предметом внимания будд или же тесно связан с ними. Иначе с теми, кто ищет внутреннего утешения внешними средствами. Ум лишён основания, расположения, базиса, формы, или цвета. Ум с присущей ему природой не только свободен от всякого признака двойственности, но и выходит за рамки чувств и достижений диалектики.
И снова тот же самый текст говорит:
Будучи бесформенным или бесцветным, ум в действительности – просто сияющее состояние, тождественное пространству. Подобно предельной реальности, тяжело уловить истинную природу ума.

Как определить природу ума.

Теперь пытаются систематически рассматривать ум путём медитационных методов, подобных уже описанным. Медитатор в конечном счёте воспринимает ум [в его естественной простоте]. Помимо того, что ум бесплотен, бесформен, бесцветен, без расположения и опоры, он – подобно пространству – не имеет никакого тождества и незатронут какими-либо концепциями. Ум также вне своих явленных выражений!
Махакарунанирдеша-сутра сообщает:
Ум подобен пространству; у него природа пространства; равный пространству, он охватывает всё.
Джамчжукьи Дхо (Майтреяпарипричча-сутра) отмечает:
[Майтрея:] О Сияющий Победитель, как надо внутренне наблюдать ум?
[Будда:] Подобно пространству, ум не имеет формы.
Вайрочанабхисамбодхи добавляет:

Ум обладает характеристиками пространства, ведь он свободен от мыслей и различений. Многочисленные сочинения сравнивают ум с пространством. Сараха советует:
Пойми, что ум подобен пространству, пойми, что ум – пространственной природы!
Шавари соглашается:
Ум, подрубленный в корне204 подобен пространству.
Пусть даже ум то и дело и сравнивают с пространством, однако эта аналогия свидетельствует о медитативном состоянии неразличения, которое возникает в результате растворения распознающего процесса, при помощи которого проводился анализ ума. Здесь показано, что то, как возникло это неразличающее состояние, идентично тому, как исчезают ментальные образы, когда всматриваются в пространство. Тилопа повторяет аналогию:
Точно так же как исчезают воспринимаемые образы, когда всматриваются в протяжение пространства, то же происходит и с различающими мыслями, когда наблюдают [сокровенное протяжение] ума, и достигается просветление. Например, туман и облака нависают над широким пространством, и не доходят ни до какого назначения, и нигде не остаются. Так же, хотя различающие мысли и возникают из [внутреннего протяжения ума], эти волны мысли пропадают, когда медитатор воспринимает ум.
И снова он говорит:
Всё равно как пустое пространство обозначается термином, но у него нет ничего такого, чтобы называть его тем-то и тем-то, так и ум описывается, как сияющая ясность, хотя нет основания для обозначения того, из чего и как строится ум, потому что природа ума тождественна пространству.
Шавари заявляет:
Как бы полно не исследовали все пространство, видение будет ограничено, потому что пространство бесконечно. Аналогично, исследуют внутреннюю и внешнюю реальность, но не обнаружат никакой сущности – даже субатомной частицы! Исследуемый таким образом ум непостижим; следовательно видение ничего – это действительно не видение ничего.
Кашьяпапарипричча-сутра разъясняет:
Из-за трения двух палок возникает огонь, однако в возникшем пламени палки сгорают. Подобно этому, распозающий процесс приводится в действие аналитической мудростью, и тем не менее мудрость уничтожает дуалистические мысли.
Начав медитацию постижения ум, изучается посредством распознающего интеллекта. Когда процесс различения в конце концов затихает, возникает непонятийное осознавание. Интересно, существует ли какая-нибудь разница между умом и пространством, ответ: "Да, существует!" Пространство не является самопознающим осознаванием! Сказано, что осознание ума – это самопознающее осознавание. Самадхинирмочана поясняет:
Самопознающее осознавание покоится в сфере беззнаковости [вне чувственного восприятия]; оно неопределимо, сторонится всяких понятийных формулировок, и располагается вне сферы интеллектуальных споров. По своим характеристикам оно выходит за рамки любых диалектических ограничений.
Гомпа Лунгтангьи Дхо (Самадхивьякарана-сутра) описывает:
Что касается безусловного смысла просветлённого ума, надо неоднократно в нём убеждаться. Такой ум не находится ни снаружи ни внутри, ни там и там. Он ни изменяем, ни вечен, ни мгновенен, ибо он – самопознающее осознавание.
Второй раздел Хеваджра-тантры говорит:
Ибо такое самопознающее осознавание находится в запредельной области, вне средств общения и речи.
И опять он говорит:
Познав внутренне это самоосознавание, достигнешь просветления.
Эти возвышенные слова отождествляют смысл сокровенного осознавания со смыслом предельной реальности. Будучи неизменяемым блаженством, оно – вне чувственных восприятий, концепции и определения. В этом отношении, термин "самопознающее осознавание" просто означает понимание своей изначальной природы – которая совершенно свободна от всех воспринимаемых знаков – как результат исследования ума. Самоосознавание не значит, что оно встречает опознаваемый объект и познаёт его таким же образом, как видимый образ воспринимается посредством контакта между глазами и предметом. Тилопа поясняет это:

Ло! Это самоосознавание! Оно превосходит все средства общения и мысли. Я, Тилопа, не должен ничего открывать. Тебе надо узнать его самому путём внутреннего изучения.
В этом отношении, некоторые [медитаторы], не имеющие учителей – испытавшии ощущение ровного состояния успокоения, медитацию, известную как "ум наблюдающий ум" – утверждали, что они достигли постижения ума. Другие утверждали, что они получили постижение ума, тогда как они воспринимали некоторые воспринимаемые видения вследствие задействования скрытых психических отпечатков, даже если они и считали их твёрдыми формами. Были ещё другие, которые утверждали, что обрели постижение ума, когда фактически они были сильно привязаны к ощущению. Они воспринимали или ясность ума или внутреннюю пустоту, и не только привязывались к переживанию, также стремились повторить его. Все эти [медитаторы] как видно, не имеют определённого понимания относительно постоянной реальности ума, которая не связана никакими воспринимаемыми знаками. Кроме того, они поддались привязанности к появлению переживания, возникающего из взаимодействия непосредственных причин и условий. Термин "видение ума" – это просто обозначение понимания нереальности ума, который изначально отделён от всех видов существования или несуществования. Природа ума такова, что нет ничего – даже бесконечно малого кончика волоса – что является мыслимым или воспринимаемым объектом или наблюдателем. Присущая уму природа неопределима и невообразима, однако, она – вне времени и неизменяема. Праджняпарамитасамучаягатха объясняет её таким образом:
Чувствующие существа говорят о том, что видят небо, но надо изучить, как видят небо! Таким же образом Татхагата показал и то, как видеть реальность.
Сараха говорит:
Природа ума с самого начала чиста как пространство. В процессе наблюдения видение подходит к концу.
Шавари подробно разъясняет:
В процессе поисков всего того, что проявляется как ум и материя, нет ничего что ищется и нет никакого искателя, ибо быть нереальным – это быть нерождённым и непрекращающимся в трёх периодах времени. Неизменно – состояние великого блаженства.
Он далее сообщает:
В акте, когда "я" наблюдает себя, остаётся единичное я; наблюдая такое я, его не видят. Нельзя определить то, где нет ни наблюдателя ни наблюдения. Кто может охватить полностью то, что неопределимо?
Наропа комментирует:
Ум имеет природу сияющей ясности, в которой нет субстанции, нет даже совсем малого кончика волоса.
Начинающие могут получить опыт такого неопределяемого состояния, соединённого с внимательностью и осознаванием несомненности. Об этом сказано в Тингдзин Тампе Дхо:
Сфокусировавшись на уме на таковости внутренней реальности, которая так подобна уму, обретут не поддающееся определению переживание.
Тилопа описывает:
Посреди внутренней реальности неразличающей простоты, внезапно возникает сияние осознавания205, касающееся внутренней реальности, которая совершенно лишена всяких понятий.
Майтрипа делает вывод:
Ум – это просто поток сознания: Сила воздуха-энергии, она лишена самоприроды.

Рассмотрениение динамических манифестаций ума и дуалистических явлений.

Эта часть состоит из трёх разделов:
1 Показ того, что все явления – производные ума. 2 Осознание ума, приводящее к постижению всех явлений. 3 Непосредственная стадия данной медитации.

Показ того, что все явления суть продукты ума.

Для тех, кто не добился постижения таковости ума, все различающие мысли, производимые динамической силой ума, и все явления, такие как форма, звук, и т.п, возникающие, как результат врождённого заблуждения, кажутся отличными от ума. В действительности, они – лишь манифестации ума. Ланкаватара объясняет:

Внешняя реальность возникает как таковая для людей, из умов которых проистекают всевозможные двойственные явления, вследствие взаимодействия между реазличающими мыслями и психическими впечатлениями. Внешняя реальность – продукт ума; все явления, поэтому, совершенно нереальны, ибо они все – манифестации ума!

Ваджрапанджара сообщает:

Форма, звук, запах, вкус, и касание происходят из взаимодействия причин и условий, характеризуются как продукт этого драгоценного ума. Эти чувственные способности утихают во всеохватывающей высшей реальности. Что касается формы, ощущения, познания, ментальных категорий и сознания, Они все – продукты ума, ибо Просветлённый Мудрец не говорил ничего другого.

Тогда как получается, что такие манифестации, как форма, кажутся внешней реальностью? Ум – не осознавший присущей ему реальности и будучи неспособным доверять себе – мыслил двойственность себя и других. Привязанность к двойственности и его различение непрерывно накапливали семена загрязнения, которое настолько запутало ум, что все явления видятся внешней реальностью. Ланкаватара поясняет:

Внешняя реальность является, как таковая, для ума, который искажён психическим осадком206. Вне ума, не существует никакой реальности. Воспринимать её таким образом было бы полнейшим искажением.

Ваджрапанджара соглашается:

С безначального состояния существования, внешняя реальность воспринималась сама по себе. Но все вещи – манифестации ума, потому что всё – это проекция ума.

Если это так, то как получается, что внешние феномены не только кажутся таковыми, но ещё и реальными, отмеченными свойством твёрдости? Потому как ум образовал сложный осадок заблуждения207, вещи появляются не только как внешняя, но и как твёрдая реальность. По этой причине Сараха говорит:

Даже плавно текущая вода становится как скала твёрдой, под напором [холодного] ветра; когда стремление к двойственности будоражит запутанный ум, даже бесформенное затвердевает.

Такова аналогия "затвердевания психического отпечатка". Но как бы то ни было, простая видимость для заблуждающегося ума не может быть истинной реальностью. Ибо она подобна искажённому восприятию, когда людям с больными глазами видятся тёмные пятна или волоски. Хотя для больных глаз искажённое изображение и кажется реальным, оно всё же не является таковым для нормальных. Хорошо бы знать есть ли вообще внешняя видимость, при помощи которой можно понять постоянную природу ума? Нет. До тех пор пока коллективная карма и семена заблуждения – которые как больное зрение – не изменятся, простое знание того, как заблуждения овладевают умом, или того, что означает постоянная реальность, не может изменить внешнюю видимость, потому как это знание, вроде знания о заболевании глаз – просто информация. Вирупа писал:

Если прийдя в погружённое состояние, отвлекаешься на восприятия, не сможешь изменить психический отпечаток двойственности208. Даже зная, что появление тёмных пятен означает болезнь глаз, невозможно устранить её, пока и если заболевание не вылечено.

Однако, когда постоянную природу ума осознают без ошибок, явления не пропадут, но будут возникать, как неотличимые от присущей уму природы. Ваджрапанджара поясняет:

Все явления, например форма, не имеют никакой внешней к уму реальности. Они – лишь манифестации ума.

Бодхичиттавиварана сообщает:

Вся обозначенная в понятиях, зависимая обусловленность, и установленная реальность имеют одно присущее им качество пустотности. Медитатор должен рассмотреть это по отношению к своему уму.

Осознание ума, кое приводит к постижению всех явлений.

Сараха поясняет:
Поскольку лишь ум является семенем всех [возможностей], именно он развёртывает сансару и нирвану.
Таким образом объявлено, что единственно только ум является корнем всех реальностей, сансары и нирваны. Далее он говорит:
Присущей всему спроектированному умом является природа Просветлённого Мастера. Существование и его одинаковость [внутренняя пустотность] имеют природу пространства. Насколько раздельны море и волны?
Так объясняется, что спроектированное умом – ничто иное как природа ума. Сутра описывает природу ума:
У ума нет ментальной сущности, потому что присущая уму природа – сияющая ясность.
Так описывается, что природа ума – пустотна в сиянии. Поэтому, когда осознают, что присущая уму природа есть пустота, автоматически осознают, что пустота есть природа внешних явлений. Сутра комментирует универсальность внутренней пустоты:
Если понимаешь таковость [пустоты ума], поймёшь таковость всех вещей.
Арьядева делает похожий комментарий:
Тот, кто видит таковость одной вещи, узрит таковость всех вещей.
И снова он говорит в Чатухшатаке:
Тот, кто обладает [совершенным] видением одной вещи, имеет [совершенное] видение всех вещей, ибо пустота одной вещи – есть пустота всего.
Тот, кто анализирует или видит природу одной вещи, например, формы, анализирует или видит природу всех прочих объектов чувств. Подобным же образом, пустотность самосущности одной вещи, такой как форма, является пустотностью самосущностей всех остальных чувственных объектов. Атиша в Сатьядвае говорит:
Там, где касаются пустоты не бывает разделения.
Медитатору стоит понять метод определения всех внешних явлений путём распространения, применявшегося до этого, логического исследования сути ума. Как сказано в Самадхирадже:
Точно также как ты понимаешь познавание себя, следует применять свой интеллект ко всем другим вещам. Поскольку все феномены остаются всегда чистыми, незапятнанными никакой врождённой сущностью, они также чисты, как и пространство. Благодаря одной вещи узнают все вещи, сквозь одну вещь увидят все вещи.
Итак, данным образом, было показано, что узнав или увидев природу одной вещи, узнают или видят природу всех иных вещей, наш медитационный орден также придерживается этого самого взгляда, выраженного следующей фразой: "Благодаря знанию одного, раскроется всё". Определяя – при таком положении вещей – суть внешних явлений, надо чувствовать единство двух граней: внутренней пустотности всех явлений, незапятнанных никакой сущностью, и возникающих беспрепятственно явлений. Бодхичиттавивараna описывает недвойственное состояние действительности:
Кусок сахара имеет природу сладкого, огонь – природу теплоты, подобно этому, все вещи имеют природу пустоты. Так было установлено!
Опять тот же текст сообщает:
Сказано, что видимая реальность лишена [сущности], пустотность сама означает видимую реальность. Убедись в этом посредством логики взаимоисключения, ведь реальность тождественна взаимозависимости того, что обусловленно и непостоянно.

Непосредственный этап самой медитации.

На данном этапе, изучение мыслей и явлений схоже с рассмотрением несамостоятельности вещей согласно системе сутр. Хотя различные ментальные события суть манифестации ума, они, для того чтобы получить непосредственное и лучшее понимание, анализируются отдельно. Чтобы начать рассматривать мысли, надо освоить вышеописанные позу тела и взгляд. Медитатор быстро приводит ум – не допуская ни мига рассеяния – в спокойное равновесие, состояние, в котором присутствует неидентифицируемый союз сияния ума и пустотности. Вскоре, в том же самом состоянии, он визуализирует или нарочно оживляет яркую и подвижную эмоциональность, например неистовую злость. Сразу после её появления, он проницательно смотрит на неё и

начинает анализировать каждую её сторону. Он стремиться узнать, имеет ли данная эмоция какое-либо воспринимаемое подобие или цвет, основание или опору, либо отождествимую сущность или форму. Он повторяет это наблюдение много раз в надлежащем, как показывалось выше, порядке. Если бы медитатор не смог вызвать появление такой эмоциональности, он остался бы без объекта внутреннего исследования. Таким образом, уму надо коротко дать отвлечься, и затем вызвать эмоцию ненависти, вспомнив, как какой-нибудь личный враг причинил обиду, оскорбив и растревожив. Потом её изучают. Подобным же образом, в ходе других занятий, медитатор вызывает эмоцию вожделения к объекту чувственности так, что может исследовать её. Этот метод изучения может быть распространён на остальные грубые эмоции. Подобно этому, медитатор должен вызвать или припомнить менее сильную мысль, вслед за чем подвергнуть её тщательному изучению. С помощью такого исследования он поймёт, что мысли – грубые или тонкие [положительные или отрицательные] – нереальны, лишены формы, цвета, основания, опоры и тождества. Спустя какое то время, в течение такой аналитической медитации, медитатор обнаружит, что его ум настраивается на неразличающее осознавание, раскрывающее присущую ему ясность и пустотность. Это указывает на то, что припоминаемые эмоции утихли в спокойном погружении. Но всё же ему надо повторять изучение мыслей, а не успокаивать их. Путём поддержания ясности – которую он не подавляет и не успокаивает – медитатор должен таким образом усилить своё переживание. В противоположность тому, что было прежде, он теперь не цепляется за познаваемую реальность, но открывает, что суть ярких мыслей неидентифицируема и неопределяема. Если это происходит, он должен расширить свой опыт и рассмотреть природу мыслей соответственно данной стадии. Отсюда и далее он должен – без отвлечения – поддерживать тоже самое неподдающееся определению состояние, при этом воспринимать яркость мыслей – грубых или тонких. Передавая медитационные наставления, Дже Такпопа [Гампопа] включил все дуалистические мысли во внешние явления. Чтобы это лучше понять, медитатору следует рассматривать все шесть сознаний209, как внешние явления, и тщательно изучить каждое. Непосредственные явления формы, любого вида и цвета, возникают беспрепятственно, как действительное познание210, из взаимодействия органов и объектов чувств, вроде общего события. Эти явления [двойственности] – результат индивидуальной кармы и семян заблуждения. Однако, в данном случае, явления сами по себе не следует раскладывать до исчезающе малых частиц или отношений, чтобы определить их нереальность и отсутствие сущности. Утверждалось, что рассматривая ум, цепляющийся к объектам чувств, обретаешь самоосвобождение от кабалы внешних объектов. По этой причине медитатор, главным образом, должен изучать само сознание, так как именно оно воспринимает явления. Что касается рассмотрения явлений, то сперва актуализируют присущую уму ясность и пустотность. И тогда, восприняв явление, ведут тщательное изучение в изложенном выше порядке, определяя есть ли у того, что воспринимает какая-либо форма, цвет, основание, опора, тождество, или способ проявления. Анализ затем должен последовательно перемещаться на ум, как то, что воспринимает звук, запах, и т.д., на особый внутреннии и внешний феномен, на вожделение, ненависть и другие вводящие в заблуждение эмоции, а также на ум, как то, что переживает счастье или страдание. Действуя так в соответствующем порядке, медитатор или просто воспринимает чувственный объект, или же припоминает эмоцию или переживание. Таким образом, когда изучают то, что воспринимает возникающее явление, восприятие мгновенно затухает, или становится неясным, между тем как ум достигает гармонии с присущей ему ясностью и пустотностью. Усмирив таким образом возникающее восприятие вместе с цеплянием ума к нему, реализуют спокойное равновесие. Однако даже и это не может привести к безусловному постижению двойственности воспринимаемого и воспринимающего. Медитатору надо особым образом изучить то, что воспринимает каждое специфическое восприятие. Короче говоря, медитатор уже получает некоторое малое переживание, если он – фокусируясь с ясностью на "возникающем беспрепятственно" явлении – познает воспринимающий ум, как лишённый присущей ему природы или тождества. Вместе с тем видимость – в отсутствии того, кто желает – обособленна от привязанности и прилипания. Сложно описать такое состояние! С этого момента медитатору надо сохранять созерцательное осознавание союза ясности каждого восприятия – хорошо заметного или едва уловимого – и присущей ему нереальности [пустотности]. Некоторые системы руководств по

медитации высказываются в пользу применимости аналитических методов только для получения постижения неразличающего ясного осознавания. Аналитическая система, исключающая активные мысли и воспринимаемые феномены, пожалуй, несколько груба. Следуя этой системе вероятно более просто добиться успокоения, но может оказаться сложным достичь медитативного состояния, когда объектами являются активные мысли и воспринимаемые феномены. Кроме того, встречаются такие, которые говорят, что благодаря наблюдению за внутренней деятельностью или внешними явлениями, двойственность растворится, и рассветёт осознавание с присущими ему ясностью и пустотностью. Этот способ может быть хорош для некоторых начинающих. Однако, такая система не пытается рассматривать активные мысли и воспринимаемые явления, с тем чтобы дать медитатору возможность подняться на путь, но пригодна единственно для того, чтобы при помощи внимания утихомирить активные мысли и воспринимаемые явления в равновесном погружении.

Подходящая медитация постижения: Удаление предположений и скептицизма относительно основного корня [сансары и нирваны].

Это достигается посредством:
1 Уверенного чувства того, что источник мыслей и явлений – в уме. 2 Обретения уверенности относительно присущей природы как успокоенного так и активного состояний ума. 3 Чувства уверенности, что явления – всего лишь непроисхождение.

Чувство несомненности, что источник мыслей и явлений – в уме.

Какова разница между вышеупомянутым рассмотрением мыслей и явлений, и рассмотрением, разъясняемым здесь? Предыдущий анализ стремился установить несуществование самосущности, как воспринимаемой формы с очертанием, цветом и т.п., тогда как данное созерцание изучает мысли и явления через их возникновение, прибывание и завершение, для определения того, что присущая им природа неотлична от природы ума. Эти исследования должны быть полными и подробными. Сперва, надо определить то, что мысли тождественны самому уму. Ум приводится в равновесие – состояние неделимости ясности и пустотности. Сделав это, вызывают появление эмоции ненависти и изучают её природу в терминах воспринимаемого источника, основания и назначения. Определяя источник этой ненависти, не обнаружат никакого другого источника помимо самого ума. Если предположить, что ненависть возникла из самого ума, тогда надо исследовать, возникает ли она в осязаемой форме – на манер того как мать рождает сына – или же она появляется за счёт внутреннего потенциала [ума] – по типу того, как солнце и луна излучают свет – или, что ум сам преобразовался в эту эмоцию. Далее, когда смотрят на то, как эта эмоция сохраняется, то не обнаруживают никакого воспринимаемого основания, на котором он находится. Однако, если предположить, что такая эмоция поддерживает себя сама, то надо исследовать, связано ли это с прилипанием к реальности состояния ярости, или же ненависть лишена всякой идентифицируемой сущности. В заключение медитации, изучают конечный этап истечения эмоции, но обнаруживают лишь отсутствие такого завершающего пункта. Таким образом, ничего не обнаружив, приходится исследовать, исчезла ли ненависть из-за нарочного подавления, или она утихла сама. Если она была подавлена, необходимо выяснить, кто её подавил, и каковы были обстоятельства, вызвавшие подавление. Если ненависть утихла сама, выясняют как это произошло, или же она просто прекратилась сама по себе. Такой метод изучения может быть распространён на все прочие различающие мысли, жёсткие или мягкие по форме. В ходе следующих занятий, в себе возбуждают две противоположные мысли, одну за другой, такие как эмоции счастья и страдания. И исследуют их воспринимаемые структуры и сущностную природу. В конце, пытаются выяснить, существует ли какая-либо разница между ними по отношению к их сущности, хорошим и плохим свойствам. Хотя такое исследование и не может установить тождественности этих мыслей, рассматривая их появление, пребывании и исчезновение, оно должно помочь разрушить прилипание ума к двойственности. Заблуждаясь,

чувствуют, что мысль и ум – раздельные сущности, что движения ума вне и внутрь – различны и являются обособленными частями, вроде тела и его конечностей. Такое исследование должно также помочь возникнуть возвышенному состоянию, в котором любая различающая мысль проявляет присущую ей ясность и пустотность. Следовательно, медитатору надо осознавать неотделимость ума от мыслей, что подобно воде и волнам. Волны неотличимы от воды, ибо вода сама проявляется как волны, которые сохраняют присущую им природу воды. Аналогично, разные мысли – с момента их возникновения – неотделимы от присущих уму сияния и пустотности, потому что ум – как непрекращающееся волнение – проявляется в двойственных мыслях. Медитатор должен, поэтому, разрешить для себя то, что всевозможные мысли суть проявления ума, но они также неотделимы от внутреннего сияния и пустотности ума, лишённого всякой сущности и тождества. Для определения того, что явления суть производные ума, медитатор устанавливает, как и раньше, ум в успокоение, и затем воспринимает или живо визуализирует явление формы. Он начинает анализировать, имеет ли это явление воспринимаемый источник, пребывание или окончание, также, как проделывал с мыслями. Потом он изучает это явление, чтобы определить, раздельны ли данное явление и ум, или же они – тождественные феномены. Если он воспринимает их раздельными, ему надо выяснить, существуют ли они, как противоположности или же как дуальности, существующие одновременновнутри и снаружи, или вверху и внизу. Если они – дуальности, далее ему следует выяснять существуют ли они как две независимые сущности или же ум просто так проявляется как видимость. Если он воспринимает, что ум просто проявляет себя как внешняя видимость, медитатор должен выяснить природу недвойственного восприятия, с той точки зрения, что имеется только один ум. Медитатору надо продолжать рассмотрение, возникла ли такая недвойственность просто потому, что ум проявился как видимость, или потому, что видимость слилась с умом. Используя ту же самую логику, медитатор изучает прочие яркие и незаметные явления, проистекающие из ощущений, таких как звук, запах, и т.п. Он точно визуализирует одно за другим противоположные явления, такие как прекрасная и безобразная формы, приятный или неприятный звуки, и затем исследует каждое по отношению к его структуре и сути. В конце он старается выяснить, имеет ли каждое из этих явлений особое внутреннее качество, хорошее или плохое. Изучив всё таким образом, медитатору надо суметь освободиться от врождённого прилипания к дуальностям, таким как ум и видимость, внутренняя и внешняя реальности, или дуальностям существующим бок о бок. Исследовав таким способом разные явления, медитатор испытает, что неделимое соединение видимости и присущей ей пустотности лишено какой бы то ни было опознаваемой сущности. Этот союз ума и видимости надо понимать, как союз сознания во сне и сновидиения. Например, во сне возникновение всевозможных видений не отличимо от непрекращающегося проявления ума. Возникновение различных явлений и ум должны, поэтому, пониматься, как объединённые неделимо. В такой же манере медитатору надо устанавить, что видимость и ум суть недвойственный феномен, без раздвоения на различные внешние явления и внутренние движения ума. Однако, до тех пор пока коллективная карма и её психический осадок остаются грязными, не существует способа избавиться от возникновения совместных явлений – собираемых вместе силой кармы – происходящих непосредственно из взаимодействия чувственных объектов, способностей, и сознания. Я дал лишь относящиеся к данной части объяснения. Согласованное сочетание явлений и ума достигается позже на замечательном уровне единого аромата после окончательного избавления от всех предположений относительно явлений и ума и удаления ожидания и страха.

Достижение уверености относительно присущей природы как успокоенного так и активного состояний ума.

Медитатор сперва устанавливает ум в равновесие сияния и внутренней пустотности. Наблюдая его ясные и недвойственные аспекты, медитатор затем при помощи распознающего интеллекта исследует состояние равновесия, определяя, имеет ли оно абсолютный способ возникновения, пребывания или завершения211. Теперь он вызывает течение мысли и изучает её, как и раньше. Во всём исследовании он не обнаружит ни

источника ни пребывания ни конечного пункта возникающей мысли, ни сущностного тождества чему-либо. Однако посредством созерцания медитатор сможет воспринять [одновремено] две отличных стороны ума: устойчивое успокоение и временное движение. Потом медитатор изучает наделены ли эти два аспекта какими-либо опознаваемыми сущностями, пусты ли они или не пусты, и обладают ли они качеством, т.е. хорошие они или плохие [или и то и другое, либо ни то ни другое]. Он наверняка, не отыщет отличительной природы. Даже если он вполне охватит природу двух аспектов, как нераздельную, он должен ещё исследовать, так ли это от того, что две стороны – спокойствие и движение – одно и то же или тождественны, или же они являются неразличимыми по форме, хотя и раздельными по существованию. Если он видит, что два аспекта – одно и то же, он должен выяснить, являются ли они одним в начале возникновения, в середине, или в конце. Если он созерцает их идентичность, он должен изучить, как они идентичны. Тщательно изучив устойчивую и динамическую стороны ума, он избавляется от привязанности и прилипания к ним, как к двум обособленным феноменам. Тогда он познает, что всевозможные явления, возникающие в результате взаимодействия чувств и объектов, включая устойчивое состояние ума и динамические движения, суть манифестации одного лишь ума. Он сумеет актуализировать сокровенное осознавание, в котором различные проявления и присущая им пустотность всякого тождества, объединяются в "один аромат", на подобие возникновения волн из воды или света из солнца. Поэтому он решит, что утверждение или отрицание, принятие или отвержение успокоенного или деятельного ума [восприятие его или в согласии или в конфликте с тем, что обыкновенно воспринимается как созерцательное равновесие] ничем не оправданы. Он просто должен поддерживать всякое состояние, просто осознавая, что спокойное или активное состояние тождественно его сокровенному осознаванию, являющемуся объединением [воспринимаемого] сияния и присущей ему пустоты, и которое располагает естественной самоясностью, само-проявлением и само-раскрытием. Ну, а тогда, если два ментальных состояния тождественны внутренней природе ума, почему они возникают по отдельности? Они возникают по отдельности из-за непосредственного взаимодействия между чувственными объектами, способностями и сознанием, а также вследствие созревания кармических условий и активации субпсихического заблуждения. Задействование кармы и заблуждения происходит в результате движения психо-невротической энергии212 внутри тела, как накопителя кармы. Сараха пишет:

Ментальные токи собираются вместе и клокочут под напором волн энергии и возникающих чувств. Так что [ум] втягивается в порочное состояние.

Майтрипа также комментирует:

Ум тоже – просто поток памяти и осознавания; лишённый самоприроды, его составляет сила воздуха-энергии.

Например, точно как бревно, швыряется волнами океана, так и источник-сознание мечется опираясь на тело, словно под действием движения воздуха. Сказано, что отделённое от тела, сознание есть различающее внутреннее осознавание. Бодхичиттавиварана описывает:

Также как неживой предмет, вроде бревна, беспокойно носится по океану, так и источник-сознание делается энергичным за счёт опоры тела. Там, где нет тела, нет энергичного сознания. Понимание этого означает различающее самопознание.

Относительно смысла тождественной природы успокоенного и динамического аспектов ума в этом пункте, (1) некоторые [мастера] утверждали, что движение ума не происходит независимо от устойчивого успокоения. Устойчивое успокоение не существует независимо от своего динамического аспекта. (2) Другие предполагают, что благодаря наблюдению за движением ума, движение само приходит в устойчивое состояние. (3) Большинство мастеров утверждают, что внутреннее тождество движений ума познают через его успокоенное состояние, тогда как распознавание тождества успокоенного состояния – через движения. Первое предположение неверно, поскольку оно означает, что медитатор – кроме знания того, что ум сейчас сам становится тождественным успокоенному, а теперь энергичному состоянию – не имеет безусловного понимания сущностного единства двух ментальных состояний. Второе предположение неверно, потому что данная позиция, как видно, предполагает, что динамическое состояние ума

должно прекратиться даже в отсутствии какого-либо понимания присущей ему природы. Третья точка зрения тоже отчасти неверна. Она не достаточно явно говорит относительно сущностной природы двух аспектов, за исключением отождествления постижения успокоенного состояния с энергетическими аспектами, ради того, чтобы допустить возможность успокоения энергетического состояния без каких-либо различений. Как же они должны познаваться в действительности? На данном этапе воспринимается, что успокоенный и энергетический аспекты – свободны, по своей природе, от какой-либо опознаваемой сущности, и потому, имеют один аромат в смысле пустотности, и в то же время эти два аспекта проявляются раздельно в области опыта, как было показано аналогией воды и волн. Сараха комментирует:
Как спокойная гладь воды под напором ветра оборачивается миллионом волн, точно также и этот стрелоки213, верховный йогин, познаёт всевозможные формы, происходящие из одного источника.
Дальнейшее обсуждение позже будет дано, с целью показать, что успокоенный и энергетический аспекты в сущности едины относительно сокровенного осознавания, хотя и раздельны по формам проявления.

Чувство уверенности, что явления суть одна лишь невозникающая [пустота].

Медитатор – оставаясь в состоянии гармонии ясности и пустоты, как и до этого – позволяет уму исследовать сам ум. Он считает, что возникающие мысли и разнообразные явления происходят как таковые, просто благодаря силе ума. Затем он созерцает – с неподвижным взглядом – относительно чего, в самом деле, свойственная расположенность или постоянная природа ума так обозначается. Сначала он изучает происхождение постоянной природы ума. Не найдя ни источника причины ни отчётливого условия, ни производителя или создателя, он заключает, что ум – это изначально непроисходящая [пустота], не рождённая из взаимодействия причины и условия, и что он не имеет опоры или корня. Далее он изучает то, как ум успокаивается. Он не находит – даже величиной с бесконечно малый кончик волоса – никакой опознаваемой формы с очертанием или цветом, пребыванием или опорой, и никакого тождества чему-либо или вида бытия. Поэтому он выводит, что ум лишён всякой почвы для самоуспокоения. В конце, пока он исследует участь каждого мысленного потока, он не обнаруживает ни назначения, ни пути его движения, он обнаруживает, что потоку невозможно препятствовать, и само по себе его явление не может прекратиться. Таким образом медитатор заключает, что [постоянная природа ума] не может разрушиться или прекратить появляться заново. Кроме того, он созерцает, что, если бы ум был тождественен прошлым событиям, он с необходимостью должен был бы прийти к концу или раствориться; если он – события будущего, он ещё только должен возникнуть или появиться; если он – события настоящего, он должен иметь что-то идентифицируемое. Так как его нельзя отождествить с тремя периодами времени, в нём нельзя предположить вечной сущности. Хотя ум и лишён всякой субстанции, он – корень всех возможностей сансары и нирваны. Как таковой он возникает в разных формах и свободен от крайнего нигилизма. поскольку у него нет никакой субстанции или признака двойственности, его нельзя вполне описать аналогией. Он изначально не был произведён какой бы то ни было причиной. Он свободен от рождения. Будучи лишённым тождества в настоящем, он не пребывает. Наконец, невозможно проследить его путь. Нельзя прекратить его явление, он всегда остаётся непрекращающимся. Так как он не был рождён причиной, его не могут разрушить условия. Потому, что его источник не находится во времени, он охватывает все времена. Будучи лишённым самостоятельной действительности происхождения, пребывания или прекращения, он остаётся непрерываемым потоком [сознания]. Внутренняя природа находится одинаково во всех существах без различения – пробуждённых и непробуждённых, хороших и плохих – вне рамок прогресса и ухудшения. Она существует во всех чувствующих существах, осознают ли они её или нет, не давая никому шанса найти или потерять её. Она неизменна, поскольку не подвержена временным спадам или улучшениям. Исследовав таким образом с помощью распознающей мудрости смысл невозникающей [пустотности] ума, медитатор должен тщательно изучать его фундаментальный корень или присущую природу – на вроде того как анализируют кость

размалывая её камнем – до тех пор пока не проникнет в глубь ума. Так изучая, медитатор испытает постоянную природу ума, находящуюся вне мыслей и выражений, и, наконец, добьётся угасания самого распознающего интеллекта и достигнет проблесков рассвета недвойственного осознавания. Сараха поясняет:
Природа ума искони чиста, как пространство. Когда всматриваются в неё, акт видения прекращается как таковой.
И опять он говорит:
Ум можно описать по аналогии с самим умом. Когда двойственные мысли выметены, ум становится устойчивым и неподвижным. Как соль растворяется в воде, так и ум растворяется в присущей ему природе.
Об определении ума, как непроисходящей [пустоты], второй трактат Бхаванакрамы сообщает:
Таким образом, когда при помощи распознающей мудрости изучают сущностную природу ума, может оказаться, что ум в предельном смысле нельзя помыслить ни как внешнюю, ни как внутреннюю сущность, ни даже как несуществование обеих. Подобно этому, сущностную природу прошлого ума понять нельзя, также как и будущего, и настоящего ума. Когда возникает мысль, она не приходит ни из какого воспринимаемого источника. Исчезающая мысль никуда не уходит, ибо ум – бесформен; его нельзя ни поймать ни продемонстрировать.
Вторая Бхаванакрама цитирует Ратнакуту:
[Будда:] О Кашьяпа, ум нельзя найти путём законченного поиска. Что невозможно найти, то немыслимо. Что немыслимо, не есть ни прошлое, ни будущее ни происходящее настоящее. Что не является ни прошлым, ни настоящим, ни будущим – не имеет никакой сущности. Что не имеет никакой сущности, лишено всякого происхождения. Что лишено источника возникновения, лишено завершения.
Чокьи Гьялпой Джо (Дхармараджа-сутра) подробно останавливается:
[Будда:] О добродетельный сын, если ты стремишься достичь раскрытия и освобождения, тебе следует избавиться от всякого потакания чувствам, и созерцать, что ум – един, а не является двойственными феноменами. Ум, созерцающий свою собственную реальность, лишён какой бы то ни было реальности. Пустотность сущности составляет сущностную природу ума. В нём нет никакого движения, проекции или достижения, следовательно, его можно назвать просветлённым.
[Ученик:] Так как ментальные познания являются немыслимыми, почему тогда они могут обозначаться, как лишённые движения, проекции или достижения?
[Будда:] Когда наблюдая и изучая в уме, входят в полностью сконцентрированное состояние, достигают состояния чистоты, то есть непроисходящей [пустоты].
Дампайчо Йонгсизинрай Джо (Сиддхармапариграха-сутра) учит:
...по этой причине тебе надо понимать ум, как лишённый всяческой сущности, и как незаисимый и нереальный. Тебе не следует считать, что ум наделён сущностью, ведь у него нет сущности. Феномены, лишённые сущности, не имеют своего собственного истинного существования. Все феномены обозначены понятийно. Такова присущая им природа и так было установлено. Мудрый оставляет две крайние точки зрения [абсолютной реальности и тотального нигилизма] и изучает срединный путь. Вещи, которые лишены сущности, составляют путь просветления. Я, тоже, открыл этот путь.
Подобных отрывков множество как в собрании сутр так и тантр.

Характеристики возникающего постижения.

Что касается аналитической медитации постижения посредством распознающей мудрости, некоторым медитаторам не удавалось добиться полного постижения внутренней реальности – не смотря на их настойчивые исследования – вследствие излишнего напряжения успокоенного ума. Как бы часто они ни проводили анализ, они тем не менее оказывались в спокойном погружении. По мере этого у них зарождалось чувство уверенности, что смысл анализа раскрывается в успокоенном состоянии. Они ошибочно отождествляли это переживание с получением постижения присущей уму природы. Некоторые медитаторы испытывали в медитации успокоения мощное чувство нереальности относительно бессущностности всех феноменов, которое они по ошибке

принимали за постижение присущей уму природы. В таких случаях медитатор сразу же должен использовать методы предписанные [учителем], чтобы прояснить ощущение и опыт успокоения, и очистить прилипание ума к нему. Рассеивая туман такого чувства в сокровенном осознавании и медитируя на постижении, медитатор добьётся результата. Однако, некоторые люди с серьёзным ментальным осквернением и низким интеллектом не могут обрести постижение ума, вне зависимости от того, как много они его исследуют. Им надо на время посвятить себя практике развития добродетели и устранению осквернений, а после этого с возросшей ясностью медитировать успокоение. Только потом им следует возобновлять медитацию постижения. Некоторые разумные [медитаторы] ошибочно принимали интеллектуальный всесторонний охват предельной природы ума за проблески постижения. Иные, хотя и учёные и красноречивые при передаче рассуждений о доктрине, не имеют просветляющего опыта. Третьи же, у которых отсутствует способность к красивым проповедям, получают переживание, соразмерное соответствующему уровню медитации. Для медитаторов такая дифференциация весьма существенна. Как бы ни была хороша медитация, без постижения она не более, чем обыкновенная медитация, известная приверженцам догмы214 или буддистам мирянам. Если этот вид медитации не превосходит медитацию Первичной Колесницы [Хинаяны], тем более нет необходимости говорить, что она не сможет сравниться с медитацией срединного пути Махаяны, в особенности с медитацией махамудры [великой печати]. Из всего этого следует то, как в высшей мере важен акцент на медитации постижения. Каким образом определяют раскрывшийся уровень постижения? Безошибочное постижение215, которое прямо воспринимает истину всеохватывающего протяжения реальности, нельзя реализовать не находясь на великом уровне неразличающего состояния. Постижение, о котором теперь говорится – просто приблизительно постижение, рассветающее в уме обыкновенного человека. Это постижение сравнивают с прибывающей Луной, которая, в действительности, выполняет ту же функцию, что и полная Луна; следовательно, обозначение Луна применимо к обеим. Постижение на данном этапе, должно состоять из (1) понимания того, что все дуальности, включая ум, его проявляющиеся мысли и видения, – в предельном смысле не имеют никакого абсолютного способа происхождения, становления, или прекращения, и (2) осознавания с глубочайшей уверенностью, что все эти дуальности лишены истинной сущности или само-природы. Авторитетные высказывания уже были или ещё будут процитированы. Если медитатор не добьётся [даже этого простого постижения], ему следует стремиться понять то, что мастера данного медитационного ордена считают постижением начинающих. Такое постижение должно состоять из гармоничного сочетания присущих уму характеристик: само-исчерпывающего, само-кристаллизующегося осознавания и внутренней свободы от всякой сущности. Так, первоначально обретя это постижение, медитатор постепенно добьётся также непогрешимого постижения. Относительно образцового уровня осознанного постижения, медитативная традиция сутр придерживается того мнения, что идеальное постижение достигается тогда, когда медитация постижения вызывает большее ощущение лёгкости, чем ранее достигнутое в медитации успокоения. Постижение более низкого уровня означает приблизительное постижение. Однако наш медитационный орден не придерживается данной дифференциации. Большинство систем живых наставлений полагают, что то, как сосредоточенная концентрация – прежде достижения совершенной лёгкости – представляет собой медитацию успокоения, так и общий подробный анализ медитации постижения – прежде, чем она достигла совершенной лёгкости – попадает в рамки постижения. Кроме того, уместно ввести в рассмотрение предмета постижения его категории, такие как дифференцированные типы постижения, например, постижение, происходящее из совершенного различения вещей, и три других типа, такие как постижение, происходящее в результате анализа воспринимаемых признаков, и так далее. Шравакабхуми сообщает, что четыре ментальных применения, которые разъяснялись в разделе об успокоении, применимы и к медитации постижения. Поэтому, не будет противоречия в том, чтобы рассматривать [четыре ментальных применения] начиная с непрерываемого напряжения и далее вниз, как относящиеся к области постижения, поскольку на этой стадии медитатор достигает непрерываемого состояния постижения. Предоставляемое разъяснение методов достижения успокоения и постижения, дающее идентификацию их характеристик и сочетающее оба медитационных состояния, основано

на системе живых наставлений, в противовес разнообразным иным методам, подробно изложенным в сутрах и тантрах.

Соотнесение постижения с постижением других систем.

Постижение [нашего медитационного ордена] можно описать в свете четырёх видов постижения, таких как, например, постижение, происходящее в результате совершенного различения вещей, изложенного в Самадхинирмочана-сутра и других сутрах. Согласно нашему ордену, интеллектуальное рассмотрение двойственностей – воплощённых в мыслях и явлениях, проистекающих под действием врождённой силы ума – представляет собой (1) постижение, происходящее в резульате дифференциации вещей, ведь при помощи аналитического проникновения интеллект дифференцирует все объекты знания. Восприятие двойственной реальности, как лишённой какой бы то ни было сущности, представляет собой (2) постижение, происходящее в результате совершенного различения вещей, так как с помощью аналитического проникновения интеллект дифференцирует значение того, насколько точно всякое знание. Рассмотрение в целом этих двух видов значения с схватыванием воспринимающего признака представляет собой (3) постижение, происходящее в результате общего исследования, потому как при поддержке воспринимаемого признака различающий интеллект исследует широкое значение точности и пространство всех феноменов. Исследование двух видов значения с проникающей чёткостью представляет собой, (4) доведённое до конца, аналитическое постижение, поскольку данное исследование направлено на тончайшее значение точности и протяжение всех вещей. По этому поводу Шравакабхуми объясняет:
Как различают между [двумя аспектами вещей]? Можно различать с помощью таких средств, как совершенный анализ, искусное разпознавание и тщательное изучение, предназначеное для устранения ментальных загряхнений. Кроме того, точно дифференцируют особые характеристики феноменов. Посредством распознающего интеллекта исследуют ум, схватывающий любые воспринимаемые признаки. Также с помощью проникающего различения изучают и все дуалистичекие мысли.
Помимо этого, наша система постижения может быть объяснена в свете трёх видов постижения, таких например, как постижение, происходящее в результате анализа воспринимаемых признаков, и т.п., как изложено в Самадхинирмочане-сутре. Согласно нашему медитационному ордену, методы изучения всех восприятий, как объекта аналитического постижения, представляют собой (1) постижение, происходящее за счёт любых воспринимаемых признаков, поскольку исследующий интеллект до конца фиксируется на двойственных мыслях, ведь те образуют предмет постижения. Методы определения [этих двойственных мыслей], как не имеющих какой бы то ни было сущности, представляют собой (2) постижение, возникающее в ходе тщательного исследования, поскольку это упражнение интеллекта позволяет медитатору осознать предмет реализации, остававшийся до сих пор для него неизвестным. Методы, с помощью которых добиваются самоосвобождения с осознаванием бессущностности всех феноменов, и которые помогают стабилизировать это переживание, представляют собой (3) постижение, происходящее за счёт распознающего интеллекта, ибо посредством такого интеллекта осознают постоянную природу всех феноменов, и через закрепление этой реализации добиваются внутреннего покоя, а также самораскрытия. Самадхинирмочана-сутра объясняет:
Каково [постижение], возникающее из воспринимаемого признака? Это постижение, которое фокусируется главным образом на различающих мыслях, как объекте спокойного погружения. Что за [постижение], которое возникает из законченного расследования? Это постижение, происходящее в результате интеллектуального рассмотрения и в совершенстве осознающее аспекты феноменов, которые ум осознал не вполне. Что за постижение, возникающее при посредстве аналитического интеллекта? Это постижение, происходящее при посредстве распознающего интеллекта, которое стремится достичь внутреннего спокойствия и свободы путём совершенствования всестороннего охвата феноменов.
В сутрах и комментариях излагаются типы постижения, но трактаты по медитации не дают объяснений методов дифференциации каждого постижения. Наша интеллектуальная

система рссмотрения двух видов самости теперь может быть здесь подытожена путём сравнения с сутрической системой, которая стала широко известна в Тибете и [древней] Индии. Наш способ рассмотрения присущей уму природы похож на сутрический способ определения отсутствия самостоятельной личности. Сутры считают, что поддерживаемое сознание потока агрегатов жизни составляет личность; что сознание цепляющееся к представлению о вечной и независимой сущности "я" или "себя", составляет самость личности; и что понимание нереальности такого я составляет бессамостность личности. Аналогично, наш медитационный орден устанавливает, что ум не только считает, что самость вечная и независимая сущность, но и цепляется за неё как за "я" или "себя", и что такой ум должен рассматриваться лишённым всякой самоприроды. Метод рассмотрения мыслей и явлений данного ордена похож на сутрический метод доказательства несамостоятельности феноменов (дхарманайратмья). Согласно традиции сутр, я индивида относится к психофизическим агрегатам, элементам и так далее, как к реальностям [дхармам], цепляется к этим действительным познаниям, как к субстанционально реальным. В этом – схватывание "я" феноменов (дхарматман). Понимание феноменальных реальностей, как лишённых самоприроды, означает отсутствие самости феноменов. Так же и наш медитационный орден доказывает, что все категории мысли, которые ум так обозначил, и реальность явлений, таких как внешняя форма, звук и т.п., не имеют никакой внутренней самоприроды. Однако, [две системы] отличаются в порядке последовательности определения природы субъекта и объекта. Сутры, полагают, что ум, воспринимающий чувственные объекты, нельзя рассматривать без первоначального рассмотрения этих объектов. Дхармакирти утверждает это:
Предварительно не рассмотрев чувственные объекты, невозможно удалить [я].
Арьядева соглашается:
Только восприняв объекты чувств как лишённые "я", можно уничтожить семя экзистенциального цикла.
Если бы наш медитационный орден следовал сутрическому подходу, это могло бы сильно затруднить всякое дальнейшее рассмотрение воспринимающего ума. Поэтому было доказано, что первоначальное рассмотрение ума, вполне может сделать определение чувственных объектов спонтанным самораскрытием. Этот процесс сведения к нулю [цепляния ума к я личности] Тилопой сопоставлялся с аналогией дерева. Если обрубить сперва корни дерева, его листья и ветки высохнут автоматически. Тот же подход содержится в живых наставлениях о смысле квинтэссенциальной доктрины [махамудры]. Этим завершается обсуждение методов ведения [медитаторов] к постижению.

ГЛАВА ПЯТАЯ:
Этапы добродетельной практики.

Здесь три раздела:
1 Понимание системы начального погружения. 2 Фактическая идентификация спонтанного совозникновения. 3 Удаление изъянов и определение смысла медитации.

Понимание системы начального погружения.

Делится на две части:
1 Определение постоянной природы ума. 2 Объяснение безусловного значения спонтанного совозникновения.

Определение постоянной природы ума.

Здесь рассматриваются три вещи:
1 Сущность ума. 2 Природа ума. 3 Свойства ума.

Сущность ума.

Хотя постоянная природа ума обыкновенно характеризуется тремя терминами, а именно, сущностью, природой и свойствами, фактически они не отличаются от сущности ума. Амнаяманджари сообщает:

Пустота составляет присущую всем вещам [ментальным и материальным] природу. Сущность такой пустоты не отличается от того, что было обозначено как само-природа ума и его способ проявления. Однако с точки зрения [ментального выражения], она была разложена на три характеристики: сущность, природу и свойства, которые идентифицируются соответственно.

Относительно этого преподобный Гампопа писал:

Сущность ума состоит из трёх аспектов: сущности, природы и свойств. Его сущность – это состояние ясности и непонятийности, его природа лишена всякого независимого способа возникновения, пребывания и прекращения, а его свойства принадлежат к дуалистическим явлениям циклического существования и постоянного покоя [сансары и нирваны].

Снова он поясняет:

Ум состоит из природы, сущности и свойств. Обозначающий термин "природа ума" подразумевает, что по присущей ему природе ум чист и несотворён, и таким образом, охватывает все миры сансары и нирваны. Термин "сущность" означает, что сокровенное осознавание не связано возникновением и прекращением. Термин "свойства" означает всевозможные явления образов, происходящих за счёт обусловленных психических отпечатков.

Дже Пхагмо Трупа соглашается:

Махамудра означает недвойственное [осознавание]. Её три аспекта – сущность, природа и свойства. "Сущность" означает свободу от возникновения, прекращения, или зарождения. "Природа" означает неограниченную ясность216. "Свойства" означают всевозможные явления на уровнях сансары и нирваны.

О сущности и природе ума говорится как, в действительности, тождественных. Выражение ума тождественно свойствам. Так утверждает Дже Рангджунгпа [третий Кармапа]:

Сущность ума – пустота, его само-природа – сияние, а его выражение состоит из разнообразных, непрекращающихся явлений.

Сущность ума искони лишена всякого самостоятельного происхождения, пребывания или прекращения. Она не запятнана двойственными концепциями о психофизических агрегатах жизни, элементах и чувственных способностях. Она несёт ту же природу, как и те феномены, что лишены какой бы то ни было самосущности, но являются всеобъемлющим равенством. Это подчёркивается в Гухьясамадже:

В нём отсутствуют всякие субстанции и дуалистические различения, такие как агрегаты, элементы, чувственные способности. Он одинаков и не имеет "я". Этот ум изначально не рождён, потому что он пуст по своей внутренней природе.

Ссылаясь на сущность ума, как на бодхи, Бодхичиттавивarана объясняет:

Просветлённые умы [бодхи] будд не затуманены никаким двойственным видением – "себя" и агрегатов жизни – потому что свойства этих умов – пустота во все времена.

Как ранее было сказано, когда зазглядывают и изучают присущую уму природу, то не находят совершенно никакого самостоятельного основания. Вместо этого переживют то, что аналитический процесс успокаивается или изглаживается. Такое состояние описывается, как предельная реальность, всеохватывающая пустота, присущая всем вещам и всем временам. Денньи (Сатьядвая) сообщает:

Видимая реальность возникает так, как это происходит, и всё же [оказывается] не имеющей ни какой субстанции, после того как её подвергнут тщательному логическому исследованию. Это обнаружение [пустоты] представляет собой предельную истину, свойтвенную всем вещам и всем временам.

Такая присущая уму пустотность – действительно, пустотность всех вещей, охватывающая всевозможные явления и существования сансары и нирваны. Арьядева поясняет:

Одна субстанция представляет собой сущность всех прочих субстанций; все другие субстанции представляют собой сущность одной субстанции.

Арьядева говорит так же в Чатухшатаке:

Пустота одной вещи воспроизводит пустоту всех вещей.

Сатьядвая заявляет:
В пустоте вовсе нет никакого разделения, ни в малейшей степени.

Природа ума.

Гьетонгпа (Астасахасрика-праджняпарамита-сутра) учит:
Природу ума составляет сияющая ясность.
Ланкаватара сообщает:
Природу ума составляет сияющая ясность, присущая Татхагате природа.
Таких отрывков, описывающих природу ума как сияющую ясность, – много. Термин "сияющая ясность" означает, что ум чист, незапятнан различающими мыслями, такими как происхождение, пребывание, или прекращение. Неосквернённый [никакими ментальными пороками] и свободный от частиц агрегатов, ум во всякое время остаётся неизменным, как пространство, или же неотделимым от природы пространства. Упалипарипричча объясняет:
Ум по природе чист и ясен. Он несубстанционален, незапятнан, и лишён каких бы то ни было субатомных частиц.
Гью Лама (Уттаратантра) говорит:
Сияющая ясность, будучи природой ума, неизменна, как пространство.
Ешей Нангва Гьян (Джняналокаламкара-сутра) подробно останавливается:
[Будда:] О Манджушри, просветление по своей внутренней природе есть сияющая ясность, потому что присущая уму природа – сияющая ясность. Почему она так обозначается? Присущая уму природа свободна от всяческого внутреннего осквернения и обладает, или же одинакова с природой пространства, обнимая при этом пространство посредством своих тождественных свойств. Ввиду всех этих соображений её обозначают сияющей ясностью.
Намнанг Нгенджанг (Вайрочанабхисамбодхи) замечает:
Природа ума чиста, и всё же её нельзя помыслить дуалистически, как внешнюю, внутреннюю, или промежуточную.
И снова говорит:
Всё, что является природой пространства, является природой ума. Что бы ни было природой ума, то – есть ум просветления. По этой причине, протяжение пространства, и ум просветления – недвойственны и нераздельны.
Гухьясамаджа объясняет:
Так как все вещи по своей природе – сияющая ясность, они изначально чисты, как пространство.
Раз это так, некоторые неразумные медитаторы, испытывая какой-либо вид внутренней ясности, считают, что это – сияющая ясность ума и даже принимают ум за лучезарное, как солнечный свет сияние. Это очень серьёзная ошибка, потому что, как было показано предыдущими цитатами, термин "сияющая ясность" использовался просто, чтобы обозначить присущую уму чистоту, незапятнанную различающими мыслями или эмоциональными расстройствами. Если бы природа ума представляла собой что-то лучезарное или окрашенное, ум должен был бы быть светом и иметь цвет. Тогда [буддийская] доктрина, полагающая природу ума чистой, т.е., лишённой всякой самосущности, оказалась бы неправильной. Ну, тогда, как насчёт конкретного переживания, когда йогины воспринимают самоосознавание с самоясностью, как если бы это было физическим проявлением, внутренним светом, превосходящим даже явления, или нормальный цвет или свет? Наропа так поясняет в Това Дхордю (Дристисамксепа):
Все видимые и существующие вещи не существуют вне самоосознавания, ибо вещи появляюся и принимают формы так же в точности как, например, ум переживает своё собственное самоосознавание.
И опять он говорит:
Такое самоосознавание свободно от различения; оно проявляется будучи внутренне пустым; будучи пустым, оно проявляется. Видимость и пустота, поэтому, нераздельны. Они вроде отражения луны в воде.
Такое [переживание указанных мистиков] – просто внутреннее зарождение сияния ума и осознавания. Хотя этот внутренний опыт сейчас, для практических целей созерцания, и

обозначен как осознавание, он всё ещё находится на уровне двойственности и не может, как таковой, быть подлинным осознаванием, потому что он не является ни верховной пустотой всех форм, ни всепроникающей силой. Великий комментарий к Дюкхор (Калачакра) [Вималапрабха] объясняет:
Что, тогда, такое – осознавание? Ответ следующий, это осознавание, так обозначаемое, является сокровенным осознаванием неразличающего типа. Оно – верховная пустота всех форм. Кроме того, будучи неизменным и блаженным осознаванием, оно выходит за рамки всех концепций. Такое осознавание – хозяин причины и следствия. Причина и следствие сращены с ним, как свет и жар с пламенем.
Джампал Тшанджо (Манджушринама-самгити) описывает осознавание:
Оно – всезнающее, законченное и предельное осознавание. Как таковое оно выходит за границы сознания.
И снова:
Оно всесторонне охватывает всё, – себя и других.
По этой причине Дже Дрикхунгпа217 говорит:
То, что названо великой печатью – есть сокровенное осознавание.
Все формы осознавания, показанные здесь в качестве объектов медитации, должны пониматься в свете этих отрывков. Но даже и так, внутреннее восприятие, переживаемое мистиками, нельзя истолковывать, как распознающее осознавание и присущее уму сияние. Самадхинирмочана объясняет:
Распознающее осознавание покоится в недвойственном состоянии.
Сангва самгьи Микхьябпай Гью (Гухьяцинтья-тантра) сообщает:
Оставляя этернализм и нигилизм, происхождение и прекращение, и другие такие же крайние взгляды, ум достигает запредельного осознавания. Не имевшего изначально ни каких дуалистических искажений. Смысл этого, действительно, покоится вне понятийного измерения.
Таким образом, говорится, что осознавать [или постигать] каждую сторону реальности значит быть недвойственным и находиться вне понятийного измерения. Смысл присущего уму сияния уже объяснялся ранее.

Свойства ума.

Присущая уму чистота была затуманена временным загрязнением. Получившаяся в результате этого запутанность, исказила сознание, его естественное состояние. Вследствие взаимодействия ума с фундаментальным различением возникли чувствующие существа шести сфер существования, с их [способностью переживания] преходящего удовольствия и страдания. Когда загрязнения устраняются, актуализируется присущая уму природа, и процесс взаимодействия самореализации завершается, тогда достигают просветления предельной реальности, так что её высшие иллюзорные манифестации станут проявляться ради блага живых существ. Дристисамксепта комментирует:
Алас, шесть уровней живых существ суть эманации заблудившихся умов. По бесконечному миру пространства они бродят невообразимо страдая и ошибаясь.
И снова этот текст указывает:
Ло! Из неосквернённых умов возникают эманации в высших формах. Проявляющиеся в виде чистых миров и просветлённых собраний всевозможных форм, эти великолепные эманации наполняют бесконечное космическое пространство!
Сараха говорит:
Один лишь ум является семенем всех реальностей, из него распускаются сансара и нирвана.
Сампута объясняет:
Ум, осквернённый страстью и иными неконтролируемыми побуждениями, – вот, действительно, ум циклического существования. Раскрытие присущей уму ясности – вот, действительно, освобождение. Незагрязнённый вожделением и эмоциональными примесями, незатемнённый никакими двойственными восприятиями, высочайший ум – вот, в самом деле, высшая нирвана!

Если ум в его естественном состоянии с самого начала чист, его нельзя замарать никакой преходящей грязью. Если же это возможно, то ум после очищения от грязи, может снова быть запачкан. Нечистота ума была обозначена как временная, так как её мочно удалить. Она – не что-то возникающее вдруг ниоткуда. В действительности, нечистота ума искони сосуществовала с самим умом со времени не имеющего начало. Уттаратантра объясняет это обращаясь к аналогии:
Внутренняя чистота [бодхи] подобна пыльце обыкновенного лотоса, подобна зёрнам в мякине, и золоту в грязи, подобна кладу в земле, и семенам в стручках, подобна образу Будды завёрнутому в тряпьё, подобна принцу в утробе простой женщины, подобна груде золота под землёй. Таким образом, природа просветления остаётся скрытой во всех живых существах, которые находятся под влиянием временного осквернения.
До тех пор пока ум остаётся в пелене преходящих загрязнений, пусть даже и чисто присущее ему состояние, качества просветления не выкристаллизовываются. Они, однако, самопроизвольно возникнут, когда будет убрано умственное загрязнение. Хеваджра-тантра утверждает это:
Все чувствующие существа – будды, они лишь подпали под временное загрязнение. Они становятся буддами в момент устранения их осквернения.
Нагарджуна разъясняет:
Хотя драгоценная вайдурья всегда просвечивает, но оставшись не огранённой, она не блестит. Так и всеохватывающая реальность [дхармадхату]; хотя внутренне и не запачкана, она покрыта грязью. Поэтому её не видно в сансаре, но она сама кристаллизуется по достижении нирваны.
Таким образом свойства [ума] описываются как то, что проявляется в разнообразных формах сансары и нирваны. Мистики же нашего времени испытывают проявления ума, как неопределяемое и неимеющее преград многообразие. Из-за силы различных врождённых тенденций, они воспринимают внутренние проявления, как внешние реальности. Те возникают в точности так, как назначено или изменено взаимодействием кармы и врождённых тенденций медитаторов. Даже если присущая [уму] природа и не меняется, его проявление принимает всевозможные формы, подобно шерстяной ткани, трансформирующейся при использовании красителей. Ланкаватара-сутра разъясняет:
Ум по своей природе остаётся чистым и ясным. И тем не менее, он проявляется в точности так, как соизволит интеллект, аналогично тому, как белая шерсть изменяется при покраске.
Для того чтобы определить действительное состояние ума и то, как он проявляется в разных формах, обычно изучают экзегетические тексты о восьми видах сознания включая источник-сознание и ментальные категории. Однако я здесь дал лишь относящуюся к рассматриваемому вопросу информацию.

Объяснение безусловного значения спонтанного совозникновения.

Которое будет исследоваться по трём путям:
1 Сущность и терминология спонтанного совозникновения. 2 Дифференциации и их идентификация. 3 Смысл спонтанного совозникновения.

Сущность и терминология спонтанного совозникновения.

Сущностью спонтанного совозникновения ума является сияющая ясность. Как пространство, она – всепроникающий владыка, объемлющий все вещи, статичные и подвижные, сансару и нирвану. Хеваджра-тантра, как и многие другие комментарии, разъясняет:
В телах всех живых существ существует великое осознавание, не как двойственность или недвойственность, не как субстанция или несубстанция, но как верховное состояние, пронизывающее все вещи, подвижные и статичные.
Переживание такого [совозникающего осознавания218] – это предмет аналитического постижения, так как оно находится вне интеллектуального выражения, различения и определения. Юмла Тонпа219 отождествляет осознавание с потусторонней мудростью.

Запредельная мудрость220 невыразима, непостижима и неопределеяема. Имея внутренню природу пространства, она не происходит и не пропадает; она – предмет аналитического постижения. Ты, мать будд в трёх периодах времени, тебе пою хвалу.
Тилопа провозглашает:
О чудо, это – сокровенное осознавание, оно непередаваемо и вне различения.
Хеваджра-тантра комментирует:
Спонтанное совозникновение нельзя описать внешними средствами.
Что касается буквального смысла спонтанного совозникновения, оно так обозначено ввиду того, что все субстанции, вместе вовлечённые в динамические и статические феномены, и присущая всем и каждому аспекту этих реальностей таковость [пустота] – сосуществовали изначально, не предшествуя и не следуя друг другу.
Вышепроцитированный текст также говорит:
Всё что происходит одновременно, описывается, как спонтанное совозникновение.
Домбипа сообщает в Лханчик Кьедруп (Сахаджасиддхи):
Потому как это – в природе спонтанного совозникновения, оно описывается, как невыразимое совозникновение.
Индрабодхи говорит в комментарии к вышеприведённому тексту:
То, что произошло одновременно с чем-то ещё, характеризуется поэтому совозникающим. То, что таким образом было охарактеризовано, как внутреннее совозникновение, сосуществовало со всеми, подвижными и неподвижными, вещами.

Дифференциации и их идентификация.

Всего, существует три вида совозникновения, а именно, совозникновение, как основание, путь и завершение существования. Спонтанное совозникновение, как основание существования, означает присущую уму ясность, которая составляет базис или сердцевину всех вещей – сансары и нирваны. Совозникновение, как путь, заключается в постижении свойственной всем феноменам пустотности, достигнутое как объединённый результат знания полученного посредством изучения [дхармы], размышления и медитации. Совозникновение, как завершение, представляет собой совершенствование опыта на пути и, тем самым, перевод ума с уровня существования в сдвоенным состояниям чистоты. И это, в самом деле, совозникновение завершения. Помимо этого, Хеваджра-тантра и другие тексты упоминают два вида совозникновения, а именно: врождённое совозникновение и совозникновение в блаженном состоянии. Последнее – это метод, когда в дело впрягается творящий флюид [в центральной нервной системе] при посредстве внутреннего огня с совозникновением блаженства и пустоты. Об этом упоминается в текстах Друбнинга. Сущетвует три рода процессов. Врождённое совозникновение означает сияющую ясность ума, под которой здесь подразумевается махамудра, как совершенная реальность. Совозникновение в блаженном состоянии означает сияющую ясность, которая появляется вследствие улучшения качества "бодхичитты" [т.е., творящего флюида центральной нервной системы]. Предельная сияющая ясность в недвойственном состоянии означает совозникновение блаженства и присущей ему пустотности. Подходящими для данной стадии являются перечисленные уважаемым Такпопой два вида совозникновения, а именно, совозникновение присущего ума и совозникновение внешних явлений. Дже Гомчунг, наоборот, отделял совозникновение эмоционального различения от измерения явлений. Делая так, он, по-видимому, принял в рассмотрение определённое различие, существующее между явлениями внешних объектов – которые воспринимаются большинством индивидов, как результат их совместной кармы – и явлениями различающих чувств. Как говорилось выше, совозникновение присущего ума означает, что сущность ума или его самоприрода представляет собой ясность, неразличение и недвойственность. Совозникновение видимости означает, что внутренняя сила или свойства ума беспрестанно проявляются в разнообразных сторонах сансары и нирваны. Самопроизвольное происхождение эмоционального различения считается развёртыванием всевозможных ментальных неприятностей таких, например, как три яда221. Последние два [вида совозникновения] надо рассматривать, как принадлежащие к совозникновению видимости. Соображение, по которому термин "совозникновение" применяется к ним было изложено ранее. Термин

"совозникновение" означает спонтанное сосуществование – с самого начала – свойств вещей или феноменов и присущей им реальности или неотъемлимой пустоты, примерно также как сосуществуют кусок сахара и его свойство сладости, или же огонь и его жар. Совозникновение присущей уму природы и совозникновение видимости считаются нераздельными, подобно солнцу и его свету, или сандаловому дереву и его благоуханию. Нагарджуна объясняет:
По своей самоприроде кучок сахара – сладкий, а огонь – жаркий; потому говорится, что присущая всем вещам природа – лишена [субстанции].
И потом он продолжает:
Видимая реальность объявляется пустой; пустота означает видимую реальность, ибо то, что они не исключают друг друга – также несомненно, как и взаимосвязь между обусловленной и их временной природой.
Уважаемый Гампопа наставляет:
Совозникновение присущего ума символизирует дхармакаю; совозникновение видимости символизирует свечение дхармакаи.
Совозникновение присущего ума означает истинное или действительное состояние ума, тогда как совозникновение видимости – все вспоминаемые или различающие мысли. Эти два вида совозникновения неделимы, как солнце и свет или сандаловое дерево и его благоухание. Дже Гомчунг снова утверждает:
Совозникновение ума – действительная дхармакая; совозникновение видимости – свечение дхармакаи; совозникновение эмоционального различения – поток дхармакаи. [Все три совозникновения, как] неделимое совозникновение – смысл дхармакаи.
Хорошо, но теперь интересно узнать, могут ли также ум и явления, воспринимаемые простыми людьми, не быть тем же самым совозникновением. Реализуют ли искатели на пути нет ли спонтанное совозникновение, оно сопроисходит [имманентно в каждом индивиде]; следовательно, оно не подвержено изменению и не прекращает существовать. Например, масляная лампа и солнце светят не различая. И единственные люди, которые не воспринимают сияние – слепые. Сараха поясняет в такой же манере:
Даже если пылает жилище, слепцы по-прежнему остаются в темноте. Подобно этому, совозникновение охватывает всё и находится близ каждого. Лишь невежественные умы удаляются от него.
Вирупа подводит итог:
Таким образом, все видимые вещи, появляющиеся или существующие, лишены какой-либо сущности, и обладают лишь концептуальной или номинальной подлинностью. Не существует ни малейшего различия между обозначением и природой вещей, которые оно символизирует, ибо есть постоянное совозникновение, которое нельзя осознать используя внешние средства.

Значение спонтанного совозникновения.

Почему живые наставления по махамудре характеризуются, как идентификация спонтанного совозникновения? Преподобный Такпопа [Гампопа] упоминает в общих чертах способ отождествления различающих мыслей с четырьмя аспектами [кая] просветления. Как ранее было объяснено, ум, как поверхностный воспринимающий, различающие мысли, испускаемые им, и присущая мыслям пустота сопроисходили с безначальных времён, и по существу являются неделимыми. И всё же, невежественные умы ошибочно различают и делят эти реальности. Понимать же их надо на основании живых наставлений о предельной махамудре и опытного руководства, как самопроизвольно происходящие с безначального времени. Ощущение их тождества, достигнутое таким образом, должно быть согласовано с самим умом, ибо он также объемлет присущую им природу. Этот процесс называется сочетанием с совозникновением. Согласно Дже Пхагмо Трупе:
Ум, эмоциональные различения и присущая им пустота [дхармакая] – суть спонтанное совозникновение с самого начала. Их надо сочетать с умом применяя наставления, что подразумевается под термином "сочетание с совозникновением".
Кроме того, существуют методы сочетания обычных мыслей и явлений с совозникающим осознаванием, или гармонизации видимости дуалистического ума с самопроизвольно

совозникшей пустотой. В заключение скажем что, термин "совозникновение" можно применять и к другим реальностям, с двойственными сторонами, таким как присущая уму ясность и его пустотность, воспринимаемое явление и его пустотность, осознавание и её пустотность, блаженство и его пустотность, и т.п. Я не ставлю себе целью подробно описывать данные термины.

Фактическая идентификация спонтанного совозникновения.

Фактическая идентификация спонтанного совозникновения может быть выполнена следующими способами:
1 Идентификацией совозникновения ума. 2 Идентификацией совозникновения мышления. 3 Идентификацией совозникновения видимости.

Идентификация совозникновения ума.

Ум приводится в естественное состояние, настроенное на его нетронутую чистоту, не становясь рассеянным из-за тупости или чувственного побуждения, ожидания или отвращения. Затем, когда ум наблюдает собственную присущую ему природу или способ существования, всевозможные мысли, сильных или слабых видов, растворяются или затихают сами без давления. Ум остаётся в неопределяемом состоянии врождённой ясности и покоя. Такое созерцательное состояние называется успокоением. Теперь, чтобы добиться постижения, от медитатора требуется поддерживать то же самое спокойное состояние, и не допускать его ясности и внимательности превратиться в угрюмость, невнимательность, или же нейтральную инертность. Изучая природу ума, медитатор с непрестанной ясностью и самокристаллизацией следит за ним в состоянии осознавания. Он находит точный способ, каким эта самокристаллизация и самопознание пробудились в нём. Ум не поддаётся определению, и тем меньше опыт остаётся переживанием яркого осознавания и чувства несомненности. Сутраламкара определяет успокоение и постижение:
Установившись в присущем ему состоянии, ум сперва концентрируется на себе, а затем надлежащим образом дифференцирует все воспринимаемые реальности. Таковы успокоение и постижение соответственно.
Это описание перекликается с коренным текстом Сутраламкары и его комментариями. Хотя успокоение и постижение трактуются как раздельные аспекты, они, фактически, суть нераздельное [совозникновение]. Успокоение неотъемлемо от постижения самоосознавания и самокристаллизации, вместе с тем как постижение неотъемлемо от спокойной природы ума. Успокоение и постижение являются поэтому совозникающим состоянием, концентрирующимся сосредоточено и без разделения, потому что постижение само по себе понимает и кристаллизует состояние успокоение незапятнанное никакими воспринимаемыми отметинами. Самадхинирмочана-сутра описывает это недвойственное состояние:
[Вопрос:] В каком состоянии успокоение и постижение могут смешаться и прийти в ровное состояние?
[Будда:] Только когда ум созерцает с сосредоточенностью.
Идентификация успокоения и постижения и поясняющие выдержки были даны в предыдущем разделе об общем описании успокоения и постижения. Считается, что соединение успокоения и постижения с умом является совозникновением предельного ума [дхармакаи]. Многие используемые для данного обозначения термины будут даны позднее. Тот, кто осознал присущую уму чистоту или открыл его тождество, называется йогином. Поддержание этого состояния именуется медитацией или спокойным погружением. Джнянамудра-сутра сообщает:
Все вещи отмечены печатью ума; ум отмечен несубстанциональностью. Тот, кто раскрывает тождество ума, живёт в присущей уму чистоте.
Самадхинирмочана комментирует:
[Вопрос:] Как долго может медитировать бодхисаттва?
[Будда:] Он должен постоянно созерцать присущие уму свойства.

Самадхираджа учит:
[Будда:] О юноша, то, что было обозначено спокойным погружением, есть точное осознавание присущей уму природы, являющейся врождённой [пустотой].
Снова тот же текст говорит:
Потому как оно [состояние] свободно от любой мысли или различения, и находится вне чувственного познания и интеллектуального определения, состояние, в котором ум сам невообразим, описывается, как спокойное погружение.
Намкха Табую Тингнге Дзингъи Дхо объясняет:
Благодаря амброзии святого наставника поймёшь, что ум сродни пространству. Оставаться нерассеянным, осознавая смысл этого состояния, называется спокойным погружением.
Много похвального было сказано по поводу медитации неразличающего осознавания. Будда-аватамскара-сутра заявляет:
Тот, кто желает войти в мир победоносных будд должен успокоить ум, подобный пространству. Путём избавления от мысли, различения и цепляния к двойственным представлениям, он должен входить в этот мир с умом, как пространство.
Лалитавистара утверждает:
Я открыл эту подобную амброзии дхарму, которая глубока, спокойна и недвойственна, ясная и несоставная.
Сампута говорит:
Когда вырываются из сети мыслей, опыт добродетели расширяется. Священный путь изложенный Татхагатой не следует ни идеализировать ни ставить ниже других. Дискриминация означает огромное неведение. Она бросает в океан сансары. Если ум приведён в неразличающее погружение, он реализует незапятнанную чистоту, подобную пространству.
Самваródая сообщает:
Подобным же образом медитируя на уме, как одном арамате, равном пространству, Выйдешь за границы плоскостей высшей формы и бесформенности. Тот, кто оставляет диалектический скептицизм, и кто усмиряет все ментальные события в погружении с осознаванием, сольётся с присущей природой [будды], имманентной каждому чувствующему существу. Подобно бесформенному состоянию, растворённому в пространстве.
Сутры, тантры и живые наставления, – все согласны с таким значением [совозникающего осознавания]. Я не дал никаких дальнейших разъяснений. Ученики поймут его из того, что было и, что будет сказано. Различные обозначения [совозникновения], содержащиеся в иных текстах, имеют то же самое значение. Дристисамксепта перечисляет различные обозначения:
Сокровенное осознавание, незапятнанное дуалистическими мыслями, и свободное от всех различений – это недлящаяся (nondwelling) нирвана222. Оно – неразрушимое бытие [Ваджрасаттва], оно – шестая мистическая форма Будды [Ваджрадхара], оно – шестая семья [всех будд], оно – Великолепная Нежная Юность [Манджушри-кумара], оно – Верховный Просветлённый [Вайрочана], оно – предельная природа вещей [дхармакая] и великое блаженство, оно ещё – недвойственное состояние блаженства и присущей ему пустоты, оно – состояние, осуществляемое в четвёртом посвящении, оно – радость спонтанного совозникновения, оно – врождённая чистота.
Далее этот текст говорит:
Оно также – это просветлённый ум [бодхичитта], оно – семья просветлённых, оно – присущая будде природа [татхагатагарбха]. От аромата переживания его рождается великое блаженство.
Тот же текст продолжает:
Оно – сокровенное осознавание. Как осознавание, оно сияет; как самопознающее осознавание, оно не различает.
И снова он сообщает:
Неразличающее осознавание – действительный базис циклического существования, оно – окончательное успокоение [нирвана], оно – великий срединный путь. Его должно наблюдать, медитировать на нём, и реализовать.
Итак, оно [совозникновение] – основание и корень разнообразных обозначений, таких как предельная природа всех вещей, великое блаженство, совозникающее осознавание,

самовозникающее осознавание, самопознающее осознавание, предельный просветлённый ум, сущность татхагаты и таковость внутренней реальности. Чакгъя Ченпо Рабту Минейпай Гью резюмирует:
Эта [совозникающая] махамудра не запятнана никаким осквернением; её нельзя ни отрицать ни утвердить; её невозможно обработать на духовном пути ни с помощью противоядий; такое совершенное строение всех просветлённых – вот источник всех превосходных достоинств и спонтанных исполнений.

Идентификация совозникновения мышления.

Медитация начинается со спокойного равновесия сововозникновения ума, как было изложено ранее. Медитатор должен вызвать эмоцию радости, вожделения или злости, ясно и живо. Зорко следя за её появлением, медитатор наблюдает ясность беспрепятственных структур мысли, также как он проделывал рассматривая её до этого. Такая [воссозданная] эмоция является чем-то не похожим на эмоцию в реальной жизни. Здесь созерцающий ум не имеет ошибочного прилипания к врождённой реальности. Кроме того, ум воспринимает эмоцию как лишённую всякой опознаваемой сути или самосущности. Помимо этого, ум воспринимает соединение [совозникновения] присущей мысли ясности и его не поддающейся определению пустотности, неотделимость пустоты от течения мысли, а также неотделимости течения мысли от присущей пустоты. Этот опыт означает сверхпознание совозникающей природы эмоции, по аналогии с нераздельностью волн и воды. Движение воды создаёт волны; следовательно, они неотделимы от воды! Подобным же образом, эмоций не бывает вне присущей им пустоты, хотя они и рождаются в результате взаимодействия причин и условий, которое, в свою очередь, происходят через посредство беспрепятственного внутреннего пути пустотности. На этой стадии естественное усмирение цепляния ума ко всякой назойливой мысли представляет собой созерцательное успокоение, тогда как несомненное осознавание присущей ему пустоты или же нерождённой предельной реальности [дхармакая] представляет собой постижение присущей всякому мысленному потоку природы. Если присущая такому мыслительному потоку природа есть пустота, то пустота сама является потоком мышления. Короче говоря, неделимость пустоты и потока мышления представляет собой совозникновение успокоения и постижения. Это значит, что различающие мысли рождаются в дхармакае или же стихают в ней. На основании этой позиции орден Такпо Кагью сформулировал такие понятия и термины, как "познание различающих мыслей, как дхармакаи" и "заблуждение, как осознавание". Отвечая, каким образом сутры и тантры демонстрируют смысл этой частной концепции, Лодре Мезепе Танпа (Аксаяматинирдеша) сообщает:
Понимание осквернения ума – это просветление [бодхи], потому что присущая осквернению природа является также и присущей просветлению природой.
Лодре Жюпа (Сагараматипарипричча) поясняет:
Сагарамати: О Величайший Просветлённый Победитель, этого спокойного погружения, действительно, трудно добиться!
Величайший Просветлённый Победитель: это потому, что сознание и осознавание должны быть осознаны как одно и то же состояние.
Тот же текст продолжает:
[Будда:] Осознав одинаковость всех вещей, достигают просветления. Поэтому, бодхисаттва, не думай, что просветление далеко.
Чотхамче Джунгва Мейпар Танпа (Сарвадхармаправриттинирдеша-сутра) поясняет:
Сказано, что желание – это нирвана; также как и ненависть и неведение, потому что просветление свойственно им.
И снова эта сутра говорит:
У просветления и желания нет двух обособленных природ.
Ратнакута сообщает:
Всё происходит из того, что является нерождёной [пустотой]; в момент возникновения оно лишено [абсолютного] происхождения.
Хеваджра-тантра учит:

Между состоянием чистого осознавания и различающим умом циклического существования нет ни малейшей разницы.
Она продолжает:
То, что обозначено, как сансара, является также и нирваной.
И опять она объясняет:
Ненависть и огорчения циклического существования являются, в действительности, нирваной.
Сампута подтверждает:
Сансара и нирвана не существуют как две реальности; понимание присущей сансаре природы обозначается нирваной.
Сараха комментирует:
Подобное солнцу осознавание своим чистым сиянием освещает неведение; это величайшее осознавание преобразует каждый опыт в высочайшее блаженство, по типу того как алхимия превращает [основной метал] в золото.
Нагарджуна учит:
Нет ни малейшего отличия между сансарой и нирваной. Нирвана не отличается от сансары ни в малейшей степени.
Арьядева сообщает в Нирвикалпапракаране:
Нирвана – это состояние, выходящее за границы двойственности. Она не возникает, если ум не успокоил все различающие мысли.
Вирупа объясняет:
Когда осознают присущую уму чистоту, как показано гуру, все разнообразные формы сознания затихают во всеобъемлющей реальности.
Тилора наблюдает:
Все агрегаты, элементы и чувственные способности проистекают из внутренней природы [ума], что есть махамудра, и стихают в ней.
Цигдю Нарпы и Майтрипы сообщает:
Присущим осквернениям является великое осознавание. Оно помогает медитатору израсходовать их, подобно тому как в большом пожаре сгорает лес.
Тот же текст добавляет:
Избавление от различающих мыслей означает великое осознавание.
Майтрипа подробно объясняет:
Временная мысль происходит из того, что является нерождённой [пустотой]. Та же самая мысль имеет природу всеобъемлющей реальности; то и другое изначально нераздельны. Поэтому я говорю о них, как об одном и том же аромате.
Преподобный Марпа говорит:
Привычное дуалистическое различение ума должно раствориться в неразличающей дхармакае.
Великий мастер [Миларепа] пел:
Такое ментальное сознание – внутреннее волнение – является источником кармы и ментальных осквернений; оно пребывает в неведении, до тех пор пока в нём нет никакого понимания, однако, когда понимание начинает проблёскивать, оно становится самопостигающим осознаванием и источником всех добродетелей.
Дже Гампопа заключает:
Двойственные мысли, проистекающие из чувств, должны быть чётко схвачены, как дхармакая.
Многочисленные другие высказывания драгоценной линии Кагьюпы о неразрушимой истине целиком согласуются с данными взглядами. По этому пункту некоторые [медитаторы Кагьюпы] предположили, что тождество различающих мыслей и дхармакаи подразумевает успокоение мыслей – в ходе внутреннего наблюдения – до неразличающего состояния. Другие посчитали, что понимание различающих мыслей представляет собой дхармакаю, и что отсутствие такого понимания означает несуществование дхармакаи. То и другое неверно. Первая позиция, как видно, полагает, что чистота достигнутая в умиротворении становится дхармакаей. Здесь просто нехватает понимания того, что присущая различающим мыслям природа представляет собой дхармакаю. Следовательно, это положение не может быть справедливым основанием для отождествления мыслей с дхармакаей. Последняя точка зрения, как видно, делает отождествление мыслей с дхармакаей зависимым от наличия или отсутствия понимания.

У этой позиции, таким образом, не хватает понимания того, что дхармакая, в действительности – непрекращающаяся, постоянно пребывающая природа всех различающих мыслей. Данный взгляд сводит такое состояние дхармакаи к уровню случайности. Каковы должны бы быть их подлинные позиции? Относительно первой позиции, термин "мысли как дхармакая" так обозначен, чтобы определить сверхобычный опыт осознавания несомненности касательно совозникновения структур мышления и им присущей пустотности. На счёт позиции последних, понимание либо есть либо его нет, но это не является основанием для утверждения или отрицания существования дхармакаи. Например, акт утверждения или отрицания солнца, как светящегося тела, не зависит от того, имеет или не имеет глаза наблюдатель, потому что светящееся солнце существует и будет оставаться таким, пока существует. Выдержки иллюстрирующие этот пункт были даны ранее. И снова, один [учитель223] – не смотря на свою метафизическую концепцию известную как "нераздельность сансары и нирваны" – отверг такие концептуальные термины, как "восприятие различающих мыслей как дхармакаи" и "познание заблуждения как осознавания". Это произошло просто из-за его желания найти какой-нибудь недостаток. Любая логика, подтверждающая нераздельность сансары и нирваны, подобным же образом подтверждает справедливость этих концептуальных понятий. Его опровержение нашей позиции, с таким же успехом может быть перенаправлено против него. Кроме того, заявление [излагающее доктрину его ордена] было ошибочным. В таком [медитационном] состоянии реальность – в основном – нирвана, тогда как циклическое существование – просто видимость, и поэтому – не реальность. Когда видимость циклического существования [сансары] не принимается в качестве циклического существования, тогда нельзя найти никакого другого базиса для его (существования) обозначения. Кроме того если бы точка зрения [критика] была справедливой, она не оставила бы никакого основания для обозначения сансары, как иной составляющей стороной того, что является неделимым союзом. Без сансары это единство сводилось бы только к одной нирване. Косвенно коррелятивные термины, вроде "соединения метода и мудрости", свелись бы к мудрости и т.п., откуда могли бы последовать нежелательные результаты.

Идентификация совозникновения видимости.

Все явления, будучи просто манифестациями индивидуальных умов224, не зависят от взаимодействующий объектов чувств и условий иначе не необходимы для того, что является видимой внешней реальностью. Явления, которые возникают перед умом благодаря психическим следам прошлого225, не отличаются от совозникающих явлений226 дуалистического ума. То, что здесь опознаётся – это явления (такие форма, звук и т.д.) известные обыкновенным умам в качестве истинных познаний. Такие явления, в действительности, зависят и происходят от результата индивидуальной кармы, общей [обыкновенным] умам. Теперь медитатор – как и в предыдущем случае – должен зафиксировать ум в спокойном равновесии совозникающего ума227. Пристально всматриваясь в воспринимаемый образ горы, дома, или вазы, он испытает неопредилимую пустоту этой формы и в то же время ощутит яркость её формальных свойств. Сейчас воспринимающему не следует ограничиваться просто сиянием и пустотностью ума. Ему нельзя допускать, чтобы ясность образов или видимости потускнела или потухла. Короче говоря, когда медитатор воспринимает, что ясность воспринимаемой формы и её неопознаваемая пустота являются нераздельным, обнажённым союзом видимости и пустоты или пустоты и видимости, он добился постижения присущего видимости совозникновения. Аналогия сна хорошо иллюстрирует это переживание. Какие бы разные сны ни виделись спящему, например, материальный мир, внешнее вместилище, живые существа и внутренний аромат, они являются не более, чем отправлениями подсознания спящего. Таковы непосредственные явления [дуалистических искажений], происходящие благодаря неограниченной живости внутренней пустоты ума и продолжающие рождаться до тех пор пока общая коллективная карма [медитатора] не очистится. С момента своего возникновения видимость не отлична от присущей уму пустоты. Дже Лингрепа228 даёт соответствующий комментарий:

Не имеющий корней ум видел сон в течение третий части ночи; это был учитель, который показывал тождество сновидения и ума. Ты понимаешь?
Тот же метод исследования видимости формы можно применять и к оставшимся явлениям шести чувств. Нагарджуна объясняет распространение заключения об одной вещи на все прочие:
Тот, кто видит таковость одной вещи, видит таковость всех других вещей.
Здесь я просто показал свойственное видимости и уму совпадение. Однако, сказано, что полное совпадение может достигаться только на медитационном этапе великого одного аромата229. На этой стадии "устойчивое спокойствие ума" представляет собой сохраняемого безмолвия (stillness), не оценивающее и не цепляющееся, и вместе с тем живо воспринимающее видимость объекта концентрации. Под "постижением" здесь подразумевается осознавание несомненности или понимание, основанного на определении воспринимаемой видимости и её пустоты. "Соединение успокоения и постижения" составляет видимость, как неотделимую от присущей ей пустоты или самой пустоты появляющейся как форма. Основываясь на данном опыте и понимании, орден Такпо Кагью сформулировал такой концептуальный термин, как "принцип осознания явлений в качестве дхармакаи". Дабы показать, что эти термины произошли из сутр, тантр и живых наставлений, Праджня-парамита хридая сутра говорит:
Форма есть пустота; пустота есть форма. Пустота – ничто иное как форма; форма – ничто иное как пустота.
Праджняпарамита подробно разъясняет:
Форма – не одно; таковость [пустота] формы – не другое. Потому форма и таковость формы не являются ни дуальностью и не могут быть раздвоены, так как они – ни единичные и не обособленные сущности.
Ньямпаньи Нампартрепа (Сарвадхармасвабхавасаматавипанчита-самадхираджа) говорит:
Даже форма обнаруживает просветление.
Затем продолжает:
Так как форма и просветление равны, они не могут оказаться раздельными сущностями.
И далее учит:
Все вещи в сущности одинаковы; они тождественны нирване.
Комментарий Маджушрикирти к этой сутре гласит:
Присущая форме природа есть просветление. Просветление само – форма.
И снова данный комментарий объясняет:
Звук и нирвана – не двойственные и не обособленные сущности.
Самадхираджасутра сообщает:
Не рассматривай форму как одно, а присущую форме природу как другое. Не гляди на присущую форме природу как на одно, а на татхагату как на иное.
Хеваджра-тантра поясняет:
Трава, растения, виноград и т.п. составляют подвижную и статическую реальности. Основываясь на восприятии природы этих феноменов, медитируют на том, что окончательно! Такой предел лишён всякой абсолютной сущности, и всё же он – сокровенное осознавание, являющееся великим блаженством.
Ваджрапанджара отмечает:
Разнообразные явления формы и других чувств – всего лишь манифестации ума.
Сампута советует:
Разглядывая формы, слушая звуки, разговаривая или смеясь, наслождаясь различными ароматами, совершая всевозможные действия, истинный медитатор, контролирующий свой ум, испытает верный рассвет естественного состояния, ибо таков величайший просветлённый ум [бодхичитта]. Он – неразрушимый, великолепный неразрушимый ум [Ваджрадхара], совершенно очищенное просветление [самьяксамбуддха].
Ланкье Самгьи Микхьабпай Гью заявляет:
Спонтанное совозникновение ума – дхармакая, спонтанное совозникновение видимости – сияние дхармакаи; таким образом неделимый союз явления и мысли представляет собой спонтанное совозникновение.
Сараха говорит:
Земля, вода, огонь, воздух и пространство неотличимы от аромата их внутреннего совозникновения. О том, кто не раздваивает нирвану и сансару, говорят как о [твёрдо придерживающемся] постоянной природы всеохватывающей реальности.

Шавари наставляет:
Все явления и звуковые вибрации подобны иллюзии, миражу или отражению; они – субстанции без признаков действительности. Ум, познающий иллюзию, также подобен пространству; без центра и границы, он – вне рамок интеллектуального понятия.
Вирупа объясняет:
Все признаки двойственности, как удовольствие и боль, суть проявление неизменной всеобъемлющей природы [ума] – махамудры.
Согласно Тилопе:
Агрегаты, элементы и чувство реальностей все и без всякого исключения проистекают из присущей уму природы махамудры и исчезают в ней.
Наропа утверждает:
Все эти вещи – явления и миры существования – не существуют вне сокровенного осознавания ума.
Тсигдю сообщает:
Самоосвобождающаяся природа явлений есть дхармакая.
И продолжает:
Кто осознает присущую реальности природу, тот осознает, что всевозможные явления и существования – суть махамудра.
Майтрипа объявляет:
Разнообразные проявления рождаются из присущей уму природы; это – махамудра, не созданная причинами и условиями.
Дже Марпа объявляет:
Что касается этого иллюзорного колеса внешней видимости, я осознаю его, как нерождённую великую печать [махамудру].
Джетсюн [Миларепа] объясняет:
Каким бы образом ни возникали внешние явления, они вводят в заблуждение не реализовавшиеся умы, их привязанность к внешней реальности закабаляет их, однако та же самая реальность появляется, как иллюзия, для умов реализовавшихся, и разные явления возникают им в подтверждение.
Дже Гампопа подводит итог:
Такие явления и звуковые вибрации происходят из-за понятийного отпечатка в душе; правильно улови их смысл, ибо они воплощают предельную реальность.
Здесь приведены лишь несколько из многих нерушимых высказываний драгоценной линии ордена Кагьюпа. Я не включил многое из боязни чересчур загромоздить изложение выдержками.

Устранение изъянов и оценка смысла медитации.

Здесь три части:
1 Зоны неправильной медитации. 2 Изъяны частичной медитации. 3 Осознание безупречной медитации.

Зоны неправильной медитации.

Чтобы достичь успокоения необходимо добиться сосредоточенной концентрации, свободной от пороков тупости или потока мыслей и наделённой высшим состоянием блаженства, ясности и непонятийности – точно так же как описывалось выше, на стадии успокоения. Хотя такое созерцательное погружение и способно дать психическую власть преобразования и сверхпознания, навряд ли оно может явится достаточным основанием окончательного просветления, ведь в нём отсутствует раскрытие просветлённого духа [бодхичитты]. Когда погружение достигнуто, такая медитация всё ещё не может стать отчётливым путём к просветлению, т.е., действительным освобождением, если ум не обращён к присущей ему пустоте. Нагарджуна объясняет:
Кто не понимает пустоты, тот не сумеет добиться освобождения. Поэтому-то, невежественные существа и скитаются беспомощно в тюрьме шести циклических существований.

Постижение способно определить [пустоту], как фундаментальную природу ума или как природу двух видов несамостоятельности. Следовательно, оно обязательно для понимания пустоты. Простое успокоение, не связанное с постижением, не может быть ни медитацией на пустоте, ни махамудрой. Самадхираджа излагает это соображение:

Хоть некоторые люди в мире и медитируют на спокойном погружении, такая медитация не может избавить от глубокого сознания самосущности.

Медитаторы, слышавшие недостаточно проповедей, и, которые не имеют большой связи с учителем могут испытать поверхостную медитацию. Они склонны ко множеству ошибок. Не зная метода поддержания точного осознавания постижения, они автоматически теряют это состояние, а также ошибочно отождествляют любые медитативные ощущения с медитативным переживанием, хотя первые возникают из-за небрежной внимательности и бдительности. Теперь я объясню эти виды опытов. По мере того, как пытаются поддерживать спокойную медитацию, растёт тупость и подавленность. Сперва образ тусклого объекта, большого или маленького, делается всё менее ясным, пока наконец видение этой формы полностью не исчезнет, как следствие пропажи в этом процессе зрительного сознания. Аналогично, восприятие звука органом слуха постепенно ухудшается, пока не прекратится вовсе. Возможно также, что попав в такие условия, работа всех чувственных сознаний в конечном счёте закончится, и медитатор провалится в бессознательное состояние, типа обморока. Этот процесс похож на то, как замерзает озеро. Когда вода прокрывается слоем льда, её ясность и прозрачность осчезают, утаивая предметы находящиеся подо льдом. Или же медитатор сможет испытать созерцательное состояние несколько большей ясности, объединённое с кратковременной внимательностью. И хотя явление формы или звука не пропадает совсем, оно становится смутным образом или восприятием. Его (медитатора) ментальная бдительность – далекая от само-кристаллизации – притупляется, становится смутной или безразличной. Об этих состояниях сказано, что они – категории неведения вторичного осквернения. Может возникнуть ещё одна ситуация – состояние отсутствия всякого сознания или познания ясности или тупости по отношению к явлениям шести чувств. Ум становится пассивным, почти бессознательным. Это – безразличное безмолвие, одолевающее ум, состояние подобное первому. Поэтому ум не послушен в медитации. Все эти состояния омрачены неведением, и о них говорят, как о причине животного существования. По этому поводу Ратнавали сообщает:

Глупость приводит, главным образом, к животному существованию.

Может быть ещё одно переживание, которое отчасти отличается от предыдущих. Оно происходит, когда в медитативном успокоении присутствует особого рода сияние, но из-за того, что сращенные внимание и бдительность не имеют желаемой кристальной ясности, такая концентрация не может представлять собой сосредоточенность добродетельного мышления. Тем не менее, оно не является мышлением противным добродетели, но лишь – нейтральным состоянием. Подобно этому, ум приведённый в успокоение без ясной внимательности и бдительности, без утверждения или отрицания, означает, что он необходимо должен принадлежать ровному познанию и, таким образом, представлять собой нейтрализованный ум. Деятельность уравновешенного ума может быть преобразована по обстоятельствам, но не обязательно приведёт к каким-либо определённым результатам. Некоторые люди отождествили её с неизменяемой кармой [бесформенного плана]. Это совсем не верно. Разница между ними огромна! В лучшем случае эти два ума могут стать причиной непознающих состояний погружения. Они возможно могли бы превратиться в источники загрязнения. Если ни то ни другое состояния не могут быть даже безупречным погружением четырёх уровней концентрации плана формы и бесформенного плана, они не могут составлять медитацию, которой мы занимаемся здесь. Бодхичарьяватара объясняет:

Мышление, вне [осознавания] пустоты, пропадает и возникает снова, находясь в непознающем трансе.

Такова причина того, что у некоторых божественных существ погружённых в такого рода непознающий экстаз, сознательные чувства вместе с сопутствующими им факторами перестают проявляться. Кроме того, многие медитаторы, испытывающие какое-то время лишённое содержания (blank) сознание, возникающее в промежутке между предыдущей и последующей мыслью, ошибочно принимают его за медитацию. Не имеющее точного осознавания постижения, оно – просто непознающее состояние, подобное глубокому сну,

отсутствию сознанию, бесчувственности пьяницы, или уму в оцепенении. Даже если такой ум и кристаллизуется или становится устойчивым, он как и прежде не может быть медитацией сфокусированной на присущей уму пустоте. Медитатор может испытать что-то вроде точного осознавания постижения, но когда нет жёсткого успокоения, такое состояние может уподобиться состоянию, где ум сильно подавлен, делаясь легко чувствительным к нарушениям и раздражению даже из-за незначительной мысли или явления. Поэтому ему покажется трудным продолжать медитационное погружение. Это состояние можно считать медитацией начинающего. Её нельзя принимать, как медитацию определения присущей уму природы. Дже Гампопа даёт такое наставление:

Когда ум остаётся спокойным, надо сохранять состояние неразличения. Но применять и поддерживать неразличение по отношению к сущностносной природе ума, значит обнаружить отсутствие понимания решающего вопроса дхармы.

Он также говорит:

Некоторые другие [медитаторы] подавляют всякую возникающую мысль, когда фокусируют ум на неразличающем состоянии. Они смотрят на это, как на положительное качество, но оно не может помочь им продвигаться по медитационному пути, ведь данное состояние – это "искалеченное осознавание".

Не стремясь к точному осознаванию постижения нельзя добиваться ни одного из следующих медитативных состояний: медитации, в которой (1) ум успокоен в блаженстве, (2) в которой ум спокойно находится в пустом состоянии без какого-либо чувства прошлого, настоящего, или будущего, или (3) в которой успокоенный ум воспринимает сияющее состояние с такой ясностью, что словно отразились в нём все внешние и внутренние феномены. Такая медитация может вызвать внутреннее ощущение блаженства, сияния и пустоты по отдельноти или вместе. Дже Гампопа описывает эти медитации, называемые "нераспознанные явления230". Они чаще всего становятся причиной непознающего погружения. Следование этим ошибочным медитациям может сделать сомнительным хорошее перерождение медитатора. Одна медитационная система231 защищает возможность применения непрерываемого ментального схватывания нереальности и пустотности относительно каждой возникающей мысли, явления, или каждого непознающего осознавания. Не стоит стремиться к этой медитации здесь, потому что такая медитация удерживаемого внимания к внутренней пустоте, по видимому, не содержит точного осознавания постижения. Даже если и содержит, она, пожалуй, сохраняет ментальное прилипание к нереальности и пустотности. Таким образом, она становится сильной опорой нигилизма. Нагарджуна обосновывает это следующим:

Тот, кто зафиксирован на пустотности, не может совершенствовать внутреннее развитие. Так было сказано.

Опять он советует:

Ошибочно усматривая пустоту, неразумные вызывают свою собственную гибель.

Один [критик232] изложил [следующую критику] просто основываясь на различных высказываниях без их тщательной проработки:

Невежды, которые медитируют махамудру создают причину животного существования, или перерождения на бесформенном плане, или дегенерации в слушателей, находящихся в трансе погружения.

Это утверждение – совершенная чушь, и было сделано единственно из желания покритиковать [систему махамудры]. Почему оно столь ошибочно? Потому, что оно подразумевает, что медитация махамудры явилась бы причиной перерождения в виде животного. Оно также подразумевает, что невежественные люди не достойны медитации. Исходя из той же самой логики, незнающим людям нельзя заниматься и тройным изучением посредством слушания, размышления, и медитации. К тому же это означало бы существование общей причины [их перерождения в виде] животных, чувствующих существ на бесформенном плане, и слушателей в трансе погружения. Это неизбежно значило бы, что они все находятся на одном и том же уровне. Более того данный критик заявляет:

Махамудра в нашем ордене представляет собой осознавание, возникающее в результате наделения полномочиями.

Если бы так было, невежда не смог бы даже медитировать на таком осознавании и не стал бы "достойным восприемником" такого наделения полномочиями. Тогда бы ссылка в

Хеваджра-тантре на "невежественных и испорченных людей", как на достойных получателей, была бы неверной. Кроме того, невежды, которые медитируют на осознавании обретаемом в результате наделения полномочиями, могли бы легко создать причину животного существования, поскольку данный критик утверждал, медитация махамудры невежественными людьми явилась бы причиной их [перерождения в виде] животных, и, что относящееся к посвящению осознавание само есть махамудра. Критик возможно хотел сказать, что отсутствие знания о медитации махамудры могло бы произвести такие [нежелательные] последствия. И это утверждение всё ещё остаётся ложным. Чтобы проиллюстрировать данный пункт, можно было бы сказать, что незнание медитации Махаяны могло бы привести к приверженности Хинаяне. Однако нельзя говорить, что медитация Махаяны создаёт такую причину. Подобным же образом, возможно переродиться в каком-нибудь нижнем мире вследствие неведения относительно дхармы, но никак нельзя сказать, что практика дхармы создаёт причину перерождения в нижнем мире. Более того, для того чтобы реализовать бесформенный план, медитатор должен был бы добиться не только ровного погружения с ясным восприятием каждого основного созерцательного успокоения четырёх тонких способов познания, но ещё и постижения с его поверхостными и тонкими уровнями – каждый из которых составляет [созерцательный зенит] в земном состоянии. Сказано, что этого не легко достичь даже для [страстно желающих этого] архатов. Совершенно не пристало критику равнять это состояние с причиной животного существования. Если под заявлением о "вырождении в слушателей в трансе погружения", он имел в виду глубокое погружение, реализованное архатами вообще и невозвращающимися архатами в частности, он не сумеет ни какими средствами сравнять его с причиной животного существования, потому что оно с необходимостью должно содержать постижение несамостоятельности личности. Ещё более сложно заключить, что "глупый человек, который медитирует [махамудру] – причину такого транса погружения", обязательно глуп, чему заставляет нас верить критик. Своим утверждением критик противоречит тому, что говорится в третьем трактате Бхаванакрамы, о том, что медитатор, который не реализовал четвёртое созерцательное успокоение, ни коим образом не может достичь транса погружения архата. Если используя этот термин, он имеет в виду "архата", который фигурирует в некоторых популярных анекдотах, тогда это ни более, чем обыкновенное словоупотребление. Таким образом, данный термин не означает и не может означать архата в истинном смысле. Критику следовало бы выражаться лишь после тщательного рассмотрения предмета. Некоторые критиковали метод наставлений по медитации махамудры Кагьюпы используя следующий отрывок:

В наше время некоторые [медитаторы] идентифицируют опыт махамудры, как моментальное неразличающее состояние, которое возникает через силу доверия в своего гуру. Этот [опыт] вполне мог оказаться или действием мешающих сил, или результатом сращения психофизическтх энергий и элементов.

Выдвигать такое заявление – полнейшая бессмыслица. Это означало бы, что они предполагают будто благословение их гуру и действие мешающих сил – тождественны. Такой скептицизм в высшей степени непристоен. Как объяснялось выше, всякое неразличающее состояние, лишённое постижения, не считается медитацией махамудры. Также было бы преувеличением говорить, что медитационное состояние, возникшее в результате сращения энергий и элементов в человеческом теле, означало бы, что все методы для пробуждения осознавания путём направления по каналам и поглащения ментальной энергии в вагусе центральной нервной системы – неверны. И, косвенно они отвергают медитацию махамудры, которую они же уже и приняли.

Недостатки частичной медитации.

Бывают такие, которые рассматривают медитацию махамудры, как ум, мягко успокоенный в неразличающем состоянии, при одновременной кристаллизации неотъемлимой от него ясности. Это – ничто иное, как погружение в успокоение, не затемнённое тупостью или мысленным потоком, но вовсе не медитация махамудры. Помимо глубочайшего ощущения ясности и пустоты в нём нет постижения с осознаванием уверенности. Если различающие мысли естественно утихают, осознавание кристаллизует внутреннюю ясность и познаёт с

несомненностью свой неопределяемый опыт. Такая медитация может быт отнесена к медитации начинающего. Полскольку данное неразличающее состояние оказывается зависимым от подавления мыслей и явлений, оно – отнюдь не медитация на немодулируемом естественном осознавании. Следовательно, этим сымым методом тяжело добиться познания в состоянии после погружения. Некоторые [медитаторы], чтобы привести ум в состояние сращения ясности и неразличения, подавляют либо контролируют каждую возникающую мысль или явление. Иные предполагают, что необходимо удерживать яркое внимание, для того чтобы привести ум в состояние сияния и пустоты. Такие медитации могут считаться [правильными] медитациями начинающих, если они подкреплены неотвлекающимся вниманием и осознаванием присущей уму природы, исследованной по типу дробления кости камнем. У многих начинающих не получается устранить свои сомнения относительно сущностной природы мыслей и явлений. Следовательно, мысли и явления могли оказаться вредны. Все представленные фрагментарные переживания обусловлены неумением медитатора обнаружить естественно отпущенный ум или же вызваны перенапряжением. Тем не менее этот вид медитации, если её искусно поддерживать, постепенно разовьётся в мастерство. Понемногу, возникающие мысли и явления естественно утихнут, так что в итоге медитатор удалит сомнения и предположения относительно их. Даже в начале, некоторые могут испытывать ясное и другие проявления ума. Если им не удастся обрести более глубокого чувства постоянной природы мыслей, то вероятнее всего, что медитатору покажется сложным поддерживать созерцание, и тогда он может начать раздражаться из-за своей практики. В любом случае, медитатор должен осознать и определить природу трёх видов совозникновения: а именно, совозникновение неразличающего состояния, различения и явлений. Если [учитель руководя учениками] отождествляет [сущностную природу ума] с неразличающим состоянием, многие медитаторы могли бы истолковать это как основной образец для их медитации на всё время. Он сильно будет сковывать медитаторов, а потому не является хорошим методом. Более важно – иметь внутреннее чувство понимания природы возникающих мыслей и явлений.

Распознавание безупречной медитации.

Этот раздел включает три пункта:
1 Постоянная природа ума, как сказано, идентична обыкновенному уму. 2 Признавание отличительных свойств обыкновенного ума. 3 Показывется, что его нерассеяное состояние является медитацией махамудры.

Здесь говорится, что постоянная природа ума тождественная обыкновенному уму.

Несведующие люди полагают, что называемое обыкновенным умом – это заблуждающееся обычное осознавание. Но это не так. Санскритский эквивалент "пракрита" Тибетского термина [тхамал] имеет два значения, а именно, обычное и естественное состояние. Здесь он означает естественное состояние, следовательно, этот обыкновенный ум представляет собой сияющую ясность, внутреннюю чистоту и состояние самосуществования, неизменное и незапачканное. Орден Такпо Кагью является не единственным, который формулирует термин "обыкновенный ум". Декхонаньи Рапту Минейпай Гью упоминает тот же термин:
Присущая обыкновенному уму природа – вот высочайший плод. Если удерживать его без изменения, он – тройное просветление [трикая]; если дать ему дойти (go of), он – предельное осознавание. Когда он приведён без изменения к присущей ему чистоте и нерушимой природе – он неопределим. Ум – мать будд всех трёх времён.
Шри Шавари советует:
Обыкновенный ум представляет собой естественную простоту. Не искажай его интеллектуальным конструированием, ибо чистую природу ума нет необходимости менять. Дай уму находится в естественном состоянии не пытаясь схватить или отпустить его.
Махасиддха Котали233 объясняет:

Когда обыкновенный ум пробуждает свой сокровенный тайник (recess) и шесть чувственных восприятий очищаются, тогда поток блаженства заструится не переставая. Все обозначения бессмысленны и становятся источником несчастья. Установи ум в исконную простоту и немедитативное состояние.
Великий Мастер [Миларепа] объявляет:
Постояно поддерживая обыкновенный ум, я уже забыл заблуждение неведения.
Дже Гампопа утверждает:
Эта медитация полагается исключительно на обыкновенный ум. Я открыл его благодаря милости [моего гуру], Будды в человеческом теле.

Осознание отличительных свойств обыкновенного ума.

Множество подобных выдержек, говорящих об обыкновенном уме, дают несколько различных описаний его тождества. Я продемонстрирую это. Тсокчо Ченмо Дже Гампопы описывает его следующим образом:
Если в этот момент желают обрести освобождение от круга существования, необходимо распознать обыкновенный ум, ибо он – корень всех вещей. То, что обозначается, как "обыкновенный ум", является твоим собственным осознаванием. Установленное в естественном состоянии, такое осознавание остаётся не запятнанным никакими [необыкновенными] воспринимаемыми формами, неодурманенным никакими уровнями экзистенциального сознания и неомрачённым тупостью, депрессией или мышлением. Когда открывают тождество этого ума, то открыл самопознающее осознавание. Если не удаётся обрести такое понимание, обыкновенный ум остаётся с совозникновением неведения. Несмотря на это, понимание такого ума называется осознаванием, сущностью, совозникающим само-знанием, обыкновенным умом, неизменной простотой, неразличением и сияющей ясностью.
Таким образом Дже Гампопа описывает тождество обыкновенного ума и синонимы этого термина. Он также поясняет, что обнаружение обыкновенного ума превосходит большинство высочайших способностей. Вышеупомянутый термин "незапятнанный никакими [необыкновенными] воспринимаемыми формами" означает, что обыкновенный ум по присущей ему природе не испорчен интеллектуальным схватыванием концептуальной формулировки или сверхнормальным ощущением блаженства, сияния, непонятийности и тому подобного. Термин "неодурманенный никакими уровнями экзистенциального сознания" означает, что [обыкновенный ум234] не опорочен вожделением, ненавистью и какими-либо страстями или беспокойством относительно ближайших или будущих планов. Термин "неомрачённый тупостью, депрессией, или мышлением" означает, что постоянная природа ума или же его способ существования не были покрыты завесами тупости или депрессии, не рассеиваются беспорядочным мышлением или чувственным побуждением. Термин "в его естественном состоянии" означает сущностную природу ума, лежащую глубоко наклонность или способ существования, неискажённый никакой тревогой о принятии или отказе. Дже Янггонпа поясняет:
"Недвойственное осознавание" – это [тибетский] классический термин. "Обнажённый обыкновенный ум" – наивный безыскуственный термин употребляемый нищенствующими мистиками, оба означают одно и то же.
Сейчас некоторые люди, отталкиваясь от странных высказываний прежних гуру данного медитационного ордена, истолковывают термин "обыкновенный ум", как чистое неразличающее состяние, и употребляют его в таком смысле. Вероятно они не уловили надлежащих значений, которые объяснялись Дже Такпопой и его племянником Гомчунгом. Согласно им, обыкновенный ум означает ум в его естественном виде без вуали какой бы то ни было субстанциональности дуалистических концепций. В общем смысле, принятие состояния неразличения и отказ от различающего ума [в медитации] не могут быть значением обыкновенного ума и его неизменяемой естественности. Гампопа в наставлении мастеру Гомчунгу объясняет:
Короче говоря, обыкновенный ум – это неизмняемая простота, которой должна быть дана возможность проявляться свободно и к которой не должно примешиваться никакое напряжение принятия или отказа от обыкновенного ума, как от хорошего или плохого,

пустого или не пустого, понятийного или непонятийного, положительного или отрицательного, высокого или низкого.
Дже Гампопа продолжает описывать смысл относящейся к обыкновенному уму терминологии:
Отбрасывая "неизменяемый", термин "обыкновенный ум" символизирует изначальное осознавание, не искажённое никакой догмой или диалектикой. Термин "неизменяемый" значит – это видимость [этому осознаванию] оставаться таким как есть, не менять его.
Что касается значения дополнения "обнажённый", которое Дже Янггонпа употребляет для обозначения обыкновенного ума, оно имеет смысл сущностной или внутренней природы, потому как у обыкновенного ума нет никакого концептуального различения, и, будучи неискажённым, он тождественен недвойственному осознаванию. То, что обычно называют "недвойственным осознаванием внутренней реальности", является имманентным всякой субстанции реальности. Когда осознают природу, присущую каждой мысли и явлению, он оказывается неотличимым от самого осознавания. Отправляясь от этой точки, Янггонпа заявляет:
Таким образом, этот естественный неизменяемый обыкновенный ум, познающий собственное тождество, характеризуется как зарождение медитации махамудры.
Медитатору в высшей степени важно в совершенстве понимать присущую уму, мыслям и явлениям природу. Иначе он не сможет ни точно понять смысл неизменяемого обыкновенного ума, ни достичь несомненности относительно его. Иначе медитатор был бы похож на слепого, пытающегося изучить тело. Стоит ему получить такое понимание, и в своё время он добьётся осознавания уверенности в том, что неизменяемый, неиспорченный экзистенциальный или постоянный вид ума есть ничто иное, как сам обыкновенный ум и, что тот, в самом деле, – дхармакая. Такое осознание достигается путём соответствующей и настойчивой медитационной практики, потому что сложно добиться точного понимания постоянного вида обыкновенного ума. Дже Янггонпа объясняет обыкновенный ум далее:
Существует много таких гуру, что воспитывают [в своих учениках] внутреннее ощущение и определённое состояние погружения, кои они отождествляют с медитацией. Тогда как гуру, умеющих привести учеников к осознанию обыкновенного ума, как медитации, встречается реже чем звёзд днём.
Знание присущей уму природы называется "усмотрением сути ума". Подобно тому, как смотрят, он также не зависит при овладении медитацией от возникновения или невозникновения неразличающего состояния. Он происходит в момент, когда медитатор открывает его путём различения самого ума – являющегося в точности таким же, как и ум неверующего человека – не выпуская из вида ни одной его части или выражения. Дже Гампопа описывает:
В совершенстве наблюдать воспринимающий ум в точности таким, каков он есть, не портя его формы и не выпуская из вида каких-либо его сторон, значит воистину встретить настоящего будду.
Дже Гомчунг подробно объясняет:
Первое есть изначальное осознавание, второе – обыкновенное осознавание, третье – воспринимающее осознавание. Кто воспринял присущую им троим природу, тот открыл собственный ум, обрёл всевидящее осознавание, воспринял сущность его неизменяемой простоты и увидел его сквозь дуалистические мысли; короче говоря, это – осознавание не имеющего наставника мирянина235.
Дже Гъяре заключает:
Такое осознавание простого человека – дхармакая; его можно осознать не имея гуру, его показывающего.
Другие просветлённые изречения данной медитационной линии будут даны ниже.

Здесь показано, что нерассеянное состояние есть медитация махамудры.

Открыв присущую обыкновенному уму природу, медитатор продолжает осознавать его, не становясь рассеянным, и вместе с тем удерживает его без изменения, какой бы неожиданнный вид ум или мышление ни принимали. Этот процесс называется медитацией. Дже Гампопа описывает:

Нерассеянное состояние обыкновенного ума – это медитация. В своё время поймёшь это.
Если, намереваясь медитировать, медитатор отступает от поддержания естественного состояния ума, переставая быть внимательным к его тождеству, и вмешивается в него или добавляет какой-либо новый элемент, он противоречит смыслу неизменяемого ума. Он (ум) не может быть медитацией на этом уровне. Но во всяком случае, медитатор не должен допускать рассеянности – даже на мгновение – под влиянием заблуждающегося осознавания с его застарелым цеплянием к двойственности. Подтверждая практику, посредством которой надо настраиваться на естественное голое состояние ума, Сангва Дютси Гъялпой Гью (Амритигухьятантрараджа) сообщает:
Ни с помощью медитации, ни немедитации нельзя открыть присущую [уму] пустоту и сияющую ясность; медитация сама включает различение и в немедитации участвует беспорядочное мышление. В действительности нет ничего, на чём медитируют, ни малейшей крупинки, и ничего, что отвлекает, ни на мгновение.
Шавари говорит:
Ни на что не гляди, как на ошибку; воспринимай, что всё есть небытие; не стремись к внутреннему теплу ради знака продвижения; когда немидитационное состояние открылось, даже тогда не опускайся поддавшись лени и безразличию. Медитируй регулярно и внимательно.
Гомдон Друбпа поясняет как медитировать на естественности и простоте обыкновенного ума:
Ничего не созерцай пока медитируешь; этот процесс обозначается медитацией.
Даже когда отражающее сознание воспринимает неподвижную пустоту ума, восторг, текущие мысли, или разнообразные явления, медитатору не следует ни цепляться ни тревожиться на счёт этих переживаний. Напротив ему надо знать присущее каждому переживанию тождество и удерживать такое осознавание в расслаблении без изменения и рассеяния. Медитация, в которой требуется успокоить ум в неразличающем состоянии предварительно отведя назад исходящие мысли или остановив возникающие явления, описывается Дже Тсангпа Гьяре как "медитация по типу крюка", потому что рамки (vibration) этой медитации довольно ограничены. Сущность ума, различающие мысли и возникающие явления – все лишены какой бы то ни было обособленной, независимой субстанции. Они суть разные манифестации внутренней силы осознавания, подобны лучам, испускаемым солнцем, или волнам, возникающим на поверхности океана. Какие бы мысли или явления не рождались в само-пребывающей природе ума, они лишены каких-либо присущих им качеств дурного или хорошего. Кроме распознавания тождества вытекающей мысли, когда она рождается, или распознавания тождества успокоенного ума, когда он успокоен, а также узнавания тождества возникающего явления, стоит ему показаться и потом, когда удерживают его с помощью внимания, рождённого сокровенным осознаванием, – не надо ни вмешиваться, ни делить и не менять ни одно из переживаний. Дже Гампопа поясняет:
Погружен ли в неразличающее состояние, ничего не утверждая и не отрицая, познавая ли разные мысли, раз способен сохранять спокойный ум, неизменяемый двойственным различением, и раз осознаёшь внутреннее ощущение, что сие состояние – неразличающее осознавание, ты открыл сущность ума, его лежащую глубого наклонность, и свойство постоянной природы. Когда зарождается сие понимание, нет необходимости делать усилия в медитации. Она автоматически приходит к тебе, так что ты не можешь ни остановить ни отказаться от неё. Аналогично тому, как возникают разнообразные мысли так, что им невозможно воспрепятствовать, так возникает и недвойственное осознавание подобно этому.
Дже Гомчунгдает делает похожий комментарий:
Сия присущая ясному осознаванию природа Сохраняется неделимой, нерассеиваемой и непрерываемой. Каждое всплывающее воспоминание и мысль содержит то же самое внутреннее тождество, что и осознавание, коли обыкновенное осознавание остаётся нерассеянным; каждые воспоминание и мысль тождественны осознаванию. Не считай его слабоумием.
Спросят, надлежит ли и новичку внимательно фокусировать ум на каждой возникающей мысли, нежели идти по стадиям медитации в соответствии с экзегетическим методом. Это возможно делать в том случае, если медитатор предуготовлен быть пробуждённым на мгновенном пути. Данный метод, однако, не станет работать в большинстве случаев,

потому что, когда их не ведут по этапам медитации, медитаторы не могут избавиться от сомнений и предположений относительно ума, мыслей и явлений. Кроме того, они не добьются постижения природы этих внутренних реальностей, и не обретут осознавания уверенности касательно их. Медитации с полным (general) вниманием не достаточно для успеха, если в ней отсутствует внутреннее чувство тождественности [бессамостности] ума и внимательности. Дже Гампопа разъясняет:
Могут поинтересоваться, есть ли какая-нибудь разница между мышлением простых людей и обычным сознанием йогинов. Если отличия нет, значит ли это, что простые люди также автоматически достигают внутреннего освобождения? Простые люди не познают тождества недвойственности из-за незнания живых наставлений – того, что знают йогины. То, что они, главным образом, испытывают – это привычное цепляние ума к двойственности, по типу утверждения или отрицания. Даже если они получили живые наставления, у них по-прежнему отсутствует вера в то, как разнообразно бесконечно проявляется недвойственное осознавание, и потому они остаются на уровне, где нет возможности освободиться от застарелого прилипания к дуализму. Приверженцы дхармы также испытывают страдания обусловленные их цеплянием к двойственности изучения посредством слушания, исследования и медитации. Опытные медитаторы [йогины], ставшие независимыми от причин дуалистического утверждения и отрицания, переживают недвойственное осознавание разными путями, например через неопределимое различение и великое блаженство. Это выразительное состояние и заключает в себе отличие [от первого].
На сём я завершаю обсуждение этапов идентификации.
Закрепление опыта через медитации будет объясняться в трёх частях:
1 Как удерживать погружение и состояние после погружения (Глава 6). 2 Как отделаться от медитативных отклонений (Глава 7). 3 Определение ума, как невозникающей пустоты, и как улучшить медитацию (Глава 8).

ГЛАВА ШЕСТАЯ:
Закрепление опыта в медитации: Как удерживать погружение и состояние после погружения.

Зачем сохранять медитацию даже после обретения постижения тождества добродетельного созерцания.

Этот раздел будет объясняться тремя способами:
1 Зачем поддерживать медитацию даже после открытия присущего ей состояния. 2 В общем, как сохранять медитацию опираясь на внимательность, бдительность и самообладание. 3 В частности, как важна роль внимательности в медитации.

Основание для сохранения медитации даже после обнаружения присущего ей состояния.

Как сказано, если медитатор, после того как реализовал медитационное состояние, снова возвращается на обычный уровень и доставляет себе удовольствие постыдными занятиями на вроде тех, которыми занимаются бессовестные люди, его внутренние качества ухудшатся настолько, что он становится жертвой экзистенциального порабощения. Сараха поясняет:
Ах, если однажды осознав постоянную природу ума, предаешься постыдным занятиям, то поступаешь, как царь, предпочитающий мести мусор. Если отказываешься от неисчерпаемого блаженства и находишь удовольствие в распущенности, будешь связан налётом излишней чувственности.
Дже Гъяре замечает:
Кто оставляет медитационное состояние, стоит ему реализоваться, тот похож на потерявшего в циклоне всё своё богатство. Он, как лев, скитающийся с заблудившимися собаками; он, как драгоценная жемчужина упавшая в болото.
Более того, медитатор – реализовавший видение неразличающей простоты236, но всё ещё поглащённый медитацией на созданных образах и добродетельными упражнениями тела,

речи и т.п. – характеризуется как, отклоняющийся от истинного курса. Он похож на человека, предпочитающего обычный камень уже найденному драгоценному самоцвету. Сараха снова разъясняет:

Алас, йогин, который осознал внутреннюю простоту ума, и который всё ещё занят формальными религиозными практиками, похож на того, кто нашёл самоцвет, но всё ещё ищет обкновенный камень. Как бы сильно он не старался, его практика лишена главного.

Тилопа советует:

То, что запредельно, не может быть воспринято способностью интеллекта; то, что необусловленно, не может быть осознанно с помощью концептуальной формулировки.

Атиша говорит:

Когда ум жёстко приведён в сосредоточенное равновесие, не следует много отдавать времени добродетелям тела и речи.

Джетсун [Миларепа] учит:

Когда начинает рассветать внутренняя простота, не гонись ни за какими понятийными формами, дабы не попасть в ловушку восьми мирских принципов237.

И далее он говорит:

Медитируя махамудру, не стремись к добродетели тела и ума, дабы не потерять своё неразличающее осознавание; приведи [ум] в неизменяемую простоту.

Точно также как огонь получается от постоянного трения двух палок, так и врождённая свобода рассветает благодаря непрерывной медитации и невизуализации. Это состояние нельзя прерывать излишней визуализационной медитацией. Мастер Вира (Ашвагхоша) показывает:

Огонь не разгорится, если тереть палки с чересчур частыми перерывами; то же самое и с медитацией изначальной чистоты; не останавливайся пока сие высокое состояние не реализовано.

Постоянное исследование и медитация в высшей степени рекомендуются. К примеру, Абхисамаяланкара сообщает:

Аспекты дифференциации составляют путь видения. Путь медитационного достижения построен из частого созерцания, прямого восприятия, и точного понимания.

В общем, как сохранять медитацию опираясь на внимание, бдительность и самообладание.

В общем, все такие только что описанные медитации, должны опираться на вниментельность, бдительность и самообладание при любых обстоятельствах. Следующая цитата из сутры поддерживает этот подход:

Когда постоянно употребляешь внимание и бдительность, ни один воспринимаемый знак никакой мысли не сможет овладеть тобой.

Бодхичарьяватара соглашается:

Всех, кто хочет защитить свой ум, я заклинаю охранять внимание и бдительность даже ценой своей жизни.

Быть внимательным означает быть сознающим смысл медитации – не забывать его. Касательно этого Тсукна Ринченгьи Чжупа (Ратнакутапарипричча-сутра) сообщает:

Когда внимание настойчиво, не могут возникнуть ментальные загрязнения, не могут причинить вред мешающие силы, тогда не скатишься на уровень злости. То, что описывается как совершенное внимание, – это то, что не открывается – не дверь – для недобродетельного сознания или категорий эмоциональных раздражителей.

Таким образом, внимание как конструктивное состояние ума, защищает от недобродетели и поднимает на уровень добродетели. Что касается различных категорий этого созидательного источника ума, Дхармасамгити-сутра объясняет:

Ладно, каково значение совершенного внимания на пути к просветлению? Именно благодаря вниманию, можно понять все вещи [дхармы], исследовать их, глубоко вникнуть в них, созерцать их и вспомнят их все. Благодаря такому вниманию поймут присущие всем вещам особенности.

Эти функциональные категории внимания объявляются аспектами просветления! Лодро Мизепей Чжупай Дхо (Аксаяматипарипричча-сутра) утверждает:

Хорошо, каков смысл совершенного внимания? Совершенное внимание – это, что остаётся везде-сущим, невозмутимым, откровенным, не двусмысленным и щепетильным относительно присущего жизни недостатка. Внимание ведёт к нирване и заставляет всегда сознавать возвышенный путь.

Таковы атрибуты совершенного внимания. Чо Янгдакпар юпа (хармасамгита) продолжает:

О благородный сын, я отвечу на твой вопрос: "что такое устойчивое внимание бодхисаттвы? Что такое внимание? Что такое уровень внимания?" О благородный сын, внимание – это знание нерождённых свойств всех вещей, коим обладают бодхисаттвы. Они совершили погружение, чтобы осознать не рождённое. Внимание этих бодхисаттв полностью очищено осознаванием не рождённого. Такое внимание всегда находится в неподвижном и невозмутимом состоянии, глубина и протяжение которого не могут быть охвачены обыкновенными людьми, слушателями и молчаливыми буддами-отшельниками.

Несмотря на то, что всесторонняя внимательность бодхисаттвы обозначается различными терминами, Чатухшатака говорит:

Когда [однажды] воспринятый предмет не присутствует сейчас, и уму не удалось удержать это событие, по возвращении того, что называется "память", возникает та самая мысль.

Чандракирти изображает то, как рождается внимание из сращения предыдущего и последующего чувственных событий:

Внимание возникает благодаря сращению неискажённых чувств с объектами. Причём их восприятие, как двойственных реальностей, означает ложное различение.

Абхидхармасамуччая объясняет:

Что такое внимание? Оно – удерживающая сила, не забывающая ничего из того, что уже встречалось. Именно его функция – оберегать ум от возможности быть охваченным рассеянностью.

Следовательно, это особый вид внимательности, он является обязательным средством реализации успокоения. Два других типа внимательности, о которых упоминалось ранее, представляют собой различающее внимание, играющее роль при дифференциации или анализе вещей, но от которого необходимо отказаться в медитационном равновесии. Полагаясь на такое внимание и осторожно следя за действиями трёх входов [тела, речи и ума], можно вызвать бдительность способную различать между принятием и отказом. Бодхичарьяватара разъясняет это так:

Когда внимание стоит на страже у входа в ментальную облсть, возникает бдительность.

И опять говорит:

То, что снова и снова рассматривает тело и ум, вот точное определение бдительности, осторожной охраны.

Раз так, то существенно важным требованием на сей стадии является соединенное употребление внимания и бдительности, имеющее целью сохранить осознавание присущей уму природы и продвинуть его через упражнение по различению того, что должно быть принято либо отвергнуто. Относительно вредных последствий не применения внимания и бдительности, Бодхичарьяватара сообщает:

Как бы ты много ни слушал, не изучал и не медитировал [дхарму], если отсутствует бдительность, невозможно ничего сохранить, это вроде дырявого горшка, который не может удержать воду. Каждый, у кого нет бдительности, лехко может отступить от своих моральных правил, пусть бы даже он и обладал знанием, верой и самоотверженностью. Когда ему не удаётся быть бдительным, внимательность исчезает, страсти, как грабители, украдкой преследуют её и воруют духовные заслуги. И потом он падает в нижний миры, подобно тому, как жертвы грабителей впадают в нищету.

К тем, кто распоряжается вниманием и бдительностью естественно приходит самоконтроль. Сутью самоконтроля является то, что он защищает ум от всякого зла осквернений и вызывает расцвет добродетелей временного и трансцендентального уровней. Дечжин Шекпай Сангвай Дхо (Татхагатацинтьягухъяниpдеша-сутра) учит:

Термин "самоконтроль" так определяется, чтобы указать не только на приручение ума и доставление удовольствия другим, но ещё и на устранение привязанности к внутренним осквернениям и на радостную устремлённость к дхарме238.

Она продолжает:

Самоконтроль определяется лишённым всяких тлетворных и вредоносных мыслей.

Сверх того, Дава Донмай Дхо (Чандрапрадипа-сутра) делает такое наблюдение:
Самоконтроль остаётся корнем всех добродетелей, таких как к примеру нравственность, учение, щедрость, терпение и тому подобные. Лелей его как неисчерпаемое сокровище, как заклинал тот, кто достиг внутреннего успокоения239.
Сухриллекха комментирует:
Что касается скупости, воровства, хитрости, вожделения, лености, самомнения, желания, ненависти, а также гордости из-за кастовой принадлежности, физического телосложения, учёности, молодости и обширной собственности – ты должен смотреть на них как на противников. Великий мудрец объявил самоконтроль всемогущей амброзией, потворство своим чувствам – миром рабства. Поэтому, для того чтобы исполнить практику добродетели, всегда благоговейно стремись сохранять самоконтроль.
Эти [слова мудрости] отражены в следующих изречениях нашей медитационной линии, кои побуждают посвятить себя медитационной реализации переставая отвлекаться и приходя в естественное безмолвие ума:
Отвращение к сансаре – это "ноги" медитации или хозяин медитации; вера и благоговение – это "макушка" медитации или предвестник духовного прогресса; внимательность – "страж" медитации или её основание; любовь, сострадание и дух просветления составляют вечно-развёртывающееся "действо" медитации; добросовестность и честность составляют доспехи медитации.
Медитатор должен сознавать эти максимы, и настойчиво заниматься медитацией и самореализацией, оттягивая ум от рассеяния и приводя его к внутреннему успокоению.

В частности, насколько важна роль внимательности в медитации.

Вообще, внимание считается необходимым не только для троичной религиозной подготовки посредством слушания проповедей дхармы, исследования и медитации, но, в частности, и для поддержания медитационного погружения. Медитатору следует, посему, удерживать сосредоточенное внимание. Если он теряет внимание, то непременно упускает центральный пункт реализации. Сухриллекха советует:
О повелитель, те, кто достигли высшего успокоения, показали, что внимательность ко всем элементам в теле является одним общим путём к освобождению. Посему, тебе следует стараться что есть сил пристально оберегать это внимание. Если ты теряешь внимательность, любые твои практики дхармы ухудшаются обязательно.
Дже Гампопа учит:
Медитируй на видении реальности опираясь на верховное внимание; старайся сохранять его невозмутимым ни при каких обстоятельствах; ничего другого не надо кроме потока внимательности.
Дже Пхагмо Трупа предупреждает:
Если внимания нет на страже, обязательно попадёшь в окружение четырёх злых разбойников240. Тогда есть опасность потерять жемчужину осознавания.
Дрикхунгпа заключает:
Непрерываемый поток внимательности – это, в самом деле, срединный путь будд в трёх периодах времени. Если не знаешь как добиться непрерываемой внимательности, делаешься добычей своенравных тенденций тела и ума.
Внимательность согласно традиции подразделяется на два функциональных аспекта: (1) предупреждающая внимательность и (2) сохраняющая внимательность. Первая просто решает быть ли внимательным к выбранному предмету, тогда как последняя фокусирует ум на предмете и удерживает его без рассеяния. Начинающие воспринимают эти два аспекта в последовательном порядке, но позже, когда будет достигнуто некоторое умение, они испытываются как одно единое движение. [Гуру нашей] Медитационной Линии описывали их, как действующее внимание и самопроизвольное внимание, соответственно. Затем они расширили область действующего внимания на энергичное внимание или напряжённое внимание и отражающее внимание к пустоте или распознающее внимание. Потом самопроизвольное внимание далее развилось во внимательность к соединению двойственности и трансцендентальное состояние ума. Касательно энергичного внимания, (1) здесь фокус внимания напряжённо фиксируется на переживании, зарождающемся с осознаванием уверенности. (2) Отражающее внимание

сохраняет точное осознавание неотъемлимой пустоты всякой мысли и каждого явления, которое возникает. (3) Внимание к недвойственности вызывает преобразование ментального усилия и привычного схватывания уверенности в недвойственное осознавание, безотносительно к удерживающему вниманию. (4) Неразличающее внимание помогает добиться умиротворения всех дуалистических представлений в состоянии неизменяемого равновесия, возвещая тем самым безостановочное вращение колеса осознавания. Святой-схоласт Огъенпа полагал возможность совпадения этих четырёх видов внимательности с чистым состоянием медитации, причём не сопротивляясь разделению последнего на двенадцать частей. Он считал, что особенно эффективно медитировать, прилагая как можно больше усилий, на каждом предыдущем внимании, с тем чтобы возвестить появление каждого следующего внимания. Из всевозможных видов, начинающим надо, на данной стадии, концентрироваться в основном на энергичном внимании241. А раз они достигли осознавания нерождённой [пустоты всех явлений], им разрешается использовать удерживающее внимание242. Существуют два направления этой практики. Первое – это интенсивное применение каждой из двух форм внимания согласно только что изложенному. Во втором, внимание само автоматически устанавливается. Дже Готсангпа считает, что первое [энергичное внимание] напряженно сконцентрированно, подобно зимородку, когда тот ловит рыбу. Оно является сращением двух событий внимания, когда увядающая энергия предыдущего внимания оживляется новым усилием. Могут поинтересоваться, почему данная система так напирает на внимательность, тогда как писания и экзегетические тексты то и дело ссылаются на "не память243" и "отсутствие ментальной активности244". Последние применимы только к медитационному равновесию. Относительно смысла термина "не память", Лодре Гьятшо Чжюпа (Сагарматипарипричча) сообщает, что медитатор:

Сперва поддерживает всесторонее внимание не прибегая к памяти или к ментальной активности.

Пхакра Сангье Дрова (Арья-будхасамгити) говорит:

Вопрос: О Манджушри, что значит термин "успокоенный во всестороннем внимании?"

Манджушри: Все вещи суть память или деятельность ума.

Дренпа Ньерчжак (Смритьюпастхана) и Анусмрити содержат множество выдержек, говорящих о всестороннем внимании без памяти или ментальной деятельности. Один такой пример иллюстрируется следующим двустишьем:

Медитируй на всестороннем внимании просветления,
Кое лишено памяти или ментальной активности.

Опять, относительно отличительных форм внимания, даются следующие описательные термины:

Всестороннее внимание – это внимание, невозмутимое, прямое, недвусмысленное, вспоминающее, удерживающее и незабывающее о высшем пути.

Термин "не память" используется для обозначения успокоения беспорядочных мыслей. Следовательно, не считается, что он подразумевает запутанность, происходящую в результате забывчивости, потери внимательности, или таких бессознательных состояний как обморок или сон. Подобным же образом, в Нампар Митогпала Джукпай Зунг (Авикальпаправеша-дхарани) разъясняется термин "отсутствие ментальной активности":

[Будда:] О благородный сын, какова причина обозначения протяжения неразличающего состояния, как незанятого ментальным конструированием?

[Ученик:] Та, что некто превзошёл все познающие признаки двойственности. Этот термин "отсутствие ментальной деятельности" подразумевает, что в ходе такого процесса [освобождения] выходишь за рамки дуалистических мыслей.

Бхаванакрама цитирует Авикальпаправеша-дхарани:

Освобождаясь от всех ментальным построений, возможно оставить познавательные признаки формы и т.п.

Термин "незанятость ментальной деятельностью" предназначен показать прекращение исследования, коль скоро непостижимая природа ума была определена посредством различающей мудрости. Тот же самый текст сообщает: "Этот термин не включает ментальные действия как целое". Таким образом, он употребляется для обозначения специфической созерцательной стадии, на которой освобождаются от любых

различающих мыслей и иных привычных внутренних волнений. Очевидно, он не подразумевает полного отсутствия ментальной активности, как показано Сарахой:
О йогин, вступи в этот единый первозданный ум.
Шавари вторит:
Тогда овладевают процессом осознания состояния простоты.
Ньенса (Шравакабхуми) также говорит:
Тот, кто созерцает должен сначала действовать не прибегая к памяти или ментальной активности, так чтобы не тащиться вслед за познавательными признаками и не становиться рассеянным.
Таким образом, заявляется, что термины "не память" и "отсутствие ментальной активности" имеют смысл "отсутствие познавательных признаков двойственности" и "неразличение". Третья Бхаванакрама объясняет:
Когда, однако, принимают, что простое отсутствие памяти и ментальной деятельности означает не внимательность и не ментальную активность, то в этот момент следует изучить, каким образом то и другое может быть сведено к нулю. Невероятно, что несуществование может быть причиной [соответствующего результата]. Как может возникнуть неразличающее состояние из них – не познавательного признака двойственности и не ментальной активности? Если они просто достигают неразличающего состояния, тогда это значило бы, что обморок, в котором нет ни памяти ни ментальной деятельности, вполне мог бы стать неразличающим состоянием.
Теперь я просуммирую разнообразные объяснения, на которые я ссылался. Было сказано, что термины "не память" и "не ментальная активность" означают поддержание потока неразличающего осознавания245, раскрытого ранее в исследовании посредством мудрости. Третья Бхаванакрама далее разъясняет:
Таким образом, надо понимать, что совершенный анализ предшествует созерцательному состоянию "не памяти" и "не ментальной активности", показанному в святом учении, ибо один только совершенный анализ может эффективно привести к неразличающему состоянию "не памяти" и "не ментального построения". Таким образом, когда йогин размышляет посредством различающего интеллекта, он сознательно не познаёт абсолютное возникновение действительности ни в этот момент, ни в прошлом ни в будущем. Тогда он входит в медитативное состояние описываемое, как "не память" или "не ментальная активность". Только достигнув этого состояния, он осознаёт пустоту [реальности] и затем сможет избавиться от сплетённых в узел ошибочных понятий.
Соответственно, медитаторам не плохо бы знать как избавляться от дуалистического ума, памяти, ментального построения, и как и когда удерживать поток неразличающего внимания, и соответствующую ментальную активность. Полагать, будто в медитации внимание и прочие ментальные действия должны быть совсем отброшены, значит впасть в крайность. Наставления относительно того, как уверенно поддерживать погружение и постпогружение246 делятся на пять пунктов:
1 Идентификация погружения и постпогружения. 2 Методы поддержания общего медитативного состояния. 3 Метод поддержания погружения. 4 Метод поддержания состояния после погружения. 5 Метод смешения погружения и постпогружения.

Идентификация состояний погружения и после погружения.

Погружение и постпогружение разделяются на точном состоянии необусловленности и при других более высоких состояниях. Поскольку строгое погружение и постпогружение в сосредоточенном состоянии невозможно осуществить из-за сильного воздействия воспринимаемых явлений и внутренней чувствительности, считается, что приблизительное погружение и постпогружение, относящиеся к данному уровню, раздельны. Равновесие погружения представляет собой состояние ума, не рассеиваемое мыслями или тупостью, кои успокоились в присущей им совозникающей природе, смысл которой уже пойман благодаря наставлениям учителя. Таковое равновесие погружения должно удерживаться до тех пор пока не отвлечётся на воспринимаемый признак или различающее мышление. Атиша в Мадхъямакаподеша говорит:
Удаление всех изъянов, таких как мышление или тупость приводит ум в состояние неразличения, несхватывания, не памяти, не применения, насколько это возможно, и пока

оно не прервётся вражескими или разбойничьеми познавательными признаками или дуалистическим мышлением.
Как обсуждалось ранее, значение "не памяти" или "не ментального применения" отнюдь не подразумевает отказ от внимательности или ментального применения. Оно означает, что надо отбросить лишь немедленно возникающую память или ментальную деятельность. Мышление не возникает до тех пор пока внимание остаётся нерассеянным. В момент, когда оно отвлекается, появляется подвижное мышление. А когда ум окончательно рассеян, возникает либо спутанное мышление, либо явление [чувственного объекта] с врождённым прилипанием к воспринимаемому признаку. У них – мышления и видимости – природа заблуждающегося сознания. Они описываются, как мышление после созерцания и видимость после созерцания247, соответственно. Когда внимание опять задействовано, и беспрепятственные мсль и явление поддерживаютя накалом внимательности, медитатор воспринимает присущую им природу, как непрекращающийся неопределяемый союз видимости и пустоты. Из-за того, что внимание было прервано и снова оживлено, такое созерцание называется "восстанавливаемым состоянием". Равновесие погружения само уподобляется пространству, а переживание после погружения илююзорной форме. Если в ходе или после медитации медитатор переживает сосредоточенное равновесие, оно рассматривается как действительное равновесие погружения. Если, с другой стороны, в течение непосредственно самой медитации она прерывается кратковременным рассеиванием, но медитатор способен применить то, что обычно называется "покраской внимания", такое состояние считается состоянием после погружения. Дже Шанг подробно останавливается на этом:
Как центр чистого пространства, оно ясное, открытое и безграничное; оно яркое и прозрачное. Таково равновесие первой йоги. Если это состояние прервано мысленной проекцией, оно превращается в восприятие после погружения, пусть даже медитатор и занимается им в настоящий момент; пока его ум остаётся в состоянии кристальной ясности и присущей пустоты, он находится в равновесии погружения, пусть даже он разговаривает, сидит или двигается.
На этой стадии медитации возникает кажущееся сращение равновесия погружения и восприятия после погружения248, как следствие овладения спонтанным потоком внимательности. Хотя здесь и не фактическое сращение равновесия погружения и восприятия после погружения, оно относится к "кругу внутреннего опыта". В этом отношении, смысл махамудры подразумевает осознание присущей каждой мысли или явлению природы – в отсутствии какого бы то ни было беспокойства по поводу различения или неразличения – и последующего поддержания осознавания без изменений. Такому состоянию совсем не может помешать никакое напряжение одобрения или неприятия. Теперь, в ходе настоящей медитации, начинающие сосредоточенно концентрируются на равновесии погружения, осознавании сущностной природы ума, до тех пор пока они не достигнут сращения равновесного погружения в полученном постижении и его восприятия после погружения. В промежутках медитации они главным образом концентрируются на восприятии после погружения возвышая все мысли и явления до пробуждённого переживания. Они справедливо истолковывают, что такой подход – это замысел данной Медитационной Линии. Тем самым, большинство начинающих возможно сумеют построить прочный фундамент равновесия погружения и превратить переживание после погружения в эффективную практику. Пргресс медитации значительно убыстряется от использования этих двух практик в обоюдном совершенствовании.

Методы поддержания общего медитативного состояния.

Дже Гампопа рассказывал о трёх типах навыков при медитации. Первый навык относится к умению начать медитацию. Медитатор принимает подобающую позу, приводя в порядок жизненные цетры. Затем, как описывалось выше на этапе успокоения, он пробует очистить ум от тревог и конфликтов, происходящих из него самого, и усиливает веру и стремление медитировать, размышляя над благими результатами практики. Второй навык представляет собой искусное поддержание осознавания присущей уму природы и одновременное удаление течения тупости или мысленного потока, а также умение

отделаться от ощущения тяжести. Третий навык – это искусство удобно заканчивать каждую медитацию и повторять короткие ясные медитации по многу раз [ежедневно], с тем чтобы предупредить потерю интереса к медитации и получать удовольствие в перерывах. Такой образ действия предлагается для блага начинающих. Дже Гампопа ещё раз поясняет:
В начале медитатору следует всячески избегать сильного напряжения и для этого надо до конца расслабить тело и ум.
Здесь он имеет в виду содержание тела и его жизненно важных частей в естественном положении без грубого давления. Ум должен быть расслеблен в своём состоянии в отсутствии всякого нетерпения или чрезмерного напряжения. Гампопа продолжает:
В середине, медитатор без малейшего беспокойства должен привести ум в естественное состояние.
В этом отрывке он подразумевает, что не следует изменять или вмешиваться в первозданную природу ума, и что следует отбросить всякий скептицизм относительно вида его действительности или недействительности249. Он заключает:
В конце, медитатору надо понять, что все течение мыслей и чувств есть нерождающаяся [пустота].
Этот отрывок из Гампопы означает, что когда медитатор устанавливает присущую каждой мысли или каждому чувственному восприятию реальность, то осознаёт, что она не имеет абсолютного способа рождения, пребывания или прекращения, и что каждая мысль и восприятие достигают самораскрытия в неизменяемой простоте ума. Более того, когда он говорит: "Подними [дух] на высоту голубой бесконечности", Дже Гампопа имеет в виду расширение возможности ментального восприятия на бесконечное протяжение. Фразой "раскинься просторно как земля", он думает показать увеличение пространства внимательности и бдительности. "Сделать ум столь же устойчивым как величественная гора" означает фиксацию ума через концентрацию [в отсутствии какого-либо волнения]. "Зажгись как маслянная лампа" означает возрастание присущей осознаванию ясности. "Будь чистым как кристалл" означает сохранение сияющего осознавания, свободного от пелены внутреннего ощущения. Поскольку большинство этих методов одинаково подходят и для равновесия погружения и к восприятию после погружения, они разъясняются как общие им средства их поддержания.

Метод поддержания погружения.

Он будет описываться по двум способам:
1 Перечисление методов поддержания присущей уму природы. 2 Сжатое разъяснение этих методов.

Перечисление методов поддержания присущей уму природы.

Они будут объясняться тремя путями:
1 Шесть методов поддержания состояния погружения. 2 Хорошо известные методы успокоения ума. 3 Прочие методы успокоения ума.

Шесть методов поддержания состояния погружения.

Согласно Тилопе они следующие:
Не вспоминание, не мнение, не мышление, не медитация, не изучение, но позволение уму находиться в естественном состоянии.
Термин (1) "не вспоминание" относится к отсутствию мысли о прошлых событиях, ибо пока медитатор вспоминает он остаётся рассеянным. (2) "Не мнение" значит не изменять и не оценивать фокус ментального познания, ибо оно вмешается в настоящий ум, который должен быть установлен в равновесное погружение. Термин (3) "не мышление" относится к отсутствию старания представлять какие-либо идеи о будущих действиях, потому что

тем самым ум отвлекается на эти идеи, которые делают его неустойчивым. Эти три момента достаточно хорошо известны. Сараха ещё поясняет:
Оставь мышление и объект мышления; оставайся невинным как младенец.
Снова он говорит:
Ум нельзя рассматривать как внешнюю или внутреннюю реальность. Тот, кто оставляет мышление и объект мысли находится в естественном состоянии ума, распевая песню неразрушимости.
И в заключение он суммирует:
То, от чего [присущий ум] свободен – это созерцание. Что там надо созерцать?
Шавари указывает:
Таким образом, ум, обособляющийся от действий на всём протяжении трёх периодов времени, не омрачён завесами каких-либо видов различения. Поддержание этой внутренней простоты называется медитацией.
Вышеупомянутый термин (4) "не медитация" означает отсутствие созерцания каких бы то ни было объектов, например визуализации, невизуализации, и т.п. Противное значило бы вовлекать ум в дуалистическое различение. Сараха объясняет, почему:
Ах, не занимайся созерцанием присущей уму природы, в коей нет никакой самоприроды. Созерцая двойственность медитации и медитаторы теряют просветлённый дух. Такой человек навлекает бедствия на свою голову.
Далее, он добавляет:
Для ума, лишённого самоприроды, нет ни медитации ни медитатора. Предельная независимость от ожидания и страха есть неделимый ум.
Шавари говорит:
Если у невежественного ума нет ничего, на чём медитировать, то в реализовавшемся уме нет двойственности медитации и медитатора. Последний, по природе, как пространство, ибо пространство не мыслит иного пространства.
Вирупа объясняет:
Протяжение присущей уму реальности пусто по сути; посему, оно свободно от двойственности медитации и медитатора.
Термин (5) "не исследование" значит, что раз ум актуализировал свою неразличающую простоту, исследование не должно повторяться. Увлечение дискурсивными рассуждениями на этой стадии возвещает о дуалистических явлениях и прилипании к воспринимаемым признакам. Сараха комментирует:
Присущая [уму] природа незапятнанна никакими разновидностями различения и неполноценности. Будучи чистой с безначальных времён, её нельзя определить интеллектуально. Делать так, всё равно что сердить ядовитую змею.
Ещё он говорит:
Изучая ум посредством логики, сводя на нет одну или многие самостоятельные реальности, теряют внутреннюю ясность ума и тем самым остаются скитаться по мирам сансары. Может ли быть кто более жалким, чем некто, идущий прямо с открытыми глазами в бездну?
Наконец, он резюмирует:
Ум не встревоженный исследованием остаётся тихим как пространство. Это непребывающее пространство выходит за рамки всех понятийных определений; такой неразличающий ум не надо ни исследовать, ни анализировать.
Шавари объясняет:
Критический анализ заточает ум в рабство.
Вирупа заявляет:
Самоприрода ума невыразима. Её сущностное тождество не принадлежит никакой взаимозависимой относительности. Её нельзя ни изучать ни анализировать и нельзя её проиллюстрировать никакой аналогией.
Вышеупомянутый термин (6) "позволение уму быть в его естественном состоянии" означает приведение ума к его естественному или экзистенциальному виду без какого-либо вмешательства в него. Делать иначе значило бы искажать постоянную природу [ума]. Относительно этого, Сараха сообщает:
В удерживании ума в его точной природе покоится безграничный плод, с безначальных времён свойственный [уму].
Он продолжает:

Не марай естественной чистоты ума действием концентрации. Не мучийся таким образом, но находись в успокоении.
Шавари советует:
Внутренняя природа ума не нуждается в изменении; пусть она остаётся в естественном состоянии без цепляния или проектирования.
Вирупа подробно описывает:
Осознавай предельную чистоту ума и непривязанность; пусть ум пребывает в естественном ему удобном виде, мимо принятия или отказа, стремления, управления, или порчи, ибо таков совершенный предел.
Майтрипа заключает:
Удерживай [ум] в его чистом состоянии не меняя его.
Эти методы сохранения равновесного погружения ума включают в себя большинство жизненно необходимых начал, имеющих дело с сосредоточенной медитацией на присущей уму природе. Они суть чудесные методы определения внутренней реальности [дхарматы].
Тилопа ещё раз утверждает:
Не вспоминая, не думая, не исследуя, не медитируя, не практикуя, не ожидая, и не страшась, получают самоосвобождение от цепляния ума к эти двойственностям, и тогда достигают внутренней реальности.

Хорошо известные методы успокоения ума.

Дже Гампопа в Тсокчо упоминает четыре разновидности:
Наблюдая присущую уму природу, следует (1) ослабить его, (2) дать находиться в его исконной природе, (3) удерживать его в приятном состоянии, и (4) позволить покоиться в расслабленном виде.
(1) "Ослабить ум" относится к очень эффективному методу расслабления, знание которого даёт возможность удалить предположения и сомнения касательно способа существования и неизменной природы ума. Дже Гампопа разъясняет это таким образом:
Наилучшее расслабление означает наилучшую медитацию; среднее расслабление означает среднюю медитацию; тогда как плохое расслабление означает плохую медитацию.
Почему это так? Когда ум полностью расслаблен, какими бы ни были воспринимаемая форма или способ существования, он, не попуская вмешательства привязанности [или беспокойства], при каждом чувственном сознании [автоматически] умиротворяется сам, и рассветает неразличающее осознавание с присущей ему ясностью. Такое осознавание нерождённой [пустоты] с силой [присущей ясности] представляет собой нераздельный союз успокоения и постижения, а также совозникновение ума и присущей ему природы.
Шанг, великий реализовавшийся, сообщает:
После ослабления ментального сознания при релаксации, возникают ощущения ясности и неразличения, вроде простора чистого неба. Так показывается сияющая ясность дхармакаи.
Сараха учит:
Ум связанный напряжением без сомнения обретёт самоосвобождение за счёт расслабления.
Он также говорит:
Когда ум под гнётом, он подпадает в зависимость; если он раскрыт, искажения прояснятся сами собой, ведь то, что сковывает невежественных людей, освобождает мыслящих людей.
Тилопа соглашается:
Ослабь ум в неизменяемой простоте; с ослаблением пут, без сомнения приходит самораскрытие.
И продолжает:
Как простор космоса, ум [в присущей ему природе] превосходит интеллект. Пусть он покоится в своей расслабленной природе, не руководимый и не направляемый, ибо ум лишённый фокуса воздействия представляет собой махамудру; углубляя тесную связь с ним, достигают высочайшего просветления.

Вышеупомянутий термин, (2) "пусть он находится в своей исконной природе [сома]", означает плавное приведение ума в его первозданное состояние, и подразумевает, что медитатор должен просто дать уму покоиться в присущем уму совозникновении. Это его неопределяемая природа превозданной простоты, что была опознана [в процессе инициации] благодаря гуру. Она вроде внутренней природы золота, которая с самого начала своего существования сохранялась неизменной во всех процессах очистки таких, например, как плавка, и т.п. Некоторые [тексты] говорят о том же самом термине [исконной природы] как о решительном без колебаний успокоении ума, по аналогии с тем как голубь возвращается в своё гнездо. Другие ссылаются на него как на поддержание ума в неизменяемом состоянии. Сараха поясняет:

Для того чтобы созерцать внутреннюю действительность, не имеющую ни какого корня, её извлекают посредством сущностных наставлений своего гуру.

Далее он продолжает:

Медитировать на невообразимом осознавании значит медитировать на тотальной реализации.

Шавари поддерживает:

Когда располагают совершенным пониманием внутренней простоты ума, получают то, что осознал обитатель горы.

Вирупа:

То, что сразу совозникает с умом, что нельзя обнаружить другими средствами, есть махамудра, неотъемлемая пустота и простота, когда она обозначена через понятия.

Фраза (3) "удерживай его в приятном состоянии" подразумевает возможность постоянной природы или способа существования ума оставаться в довольстве или точно как есть. Если он скован направляемым фокусом или сильным желанием, ум станет неподатливым, вроде заключённого, взволнованного мыслями о побеге, зато вновь обретающему равновесие, стоит ему оказаться на свободе. Так и с умом. Сараха объясняет:

Те, кто закованы в кандалы, пробуют разбежаться на десять сторон. Но когда они отпущены, то сохраняют спокойствие и твёрдость. Мне кажется, что вернуть их обратно, всё равно что повернуть назад верблюда.

Этот пример одинаков [шести методам Тилопы], о которых уже говорилось как об "отпускании ума в его естественное состояние". Фраза (4) "пусть он расслабленно покоится" значит дать ему спокойно находиться не будучи скованным кабалой утверждения или отрицания, реальности или нереальности, добра или зла, и привязанностью или цеплянием. Как сено лежит небрежно на земле, когда не связано, так и несвязанный ум остаётся расслабленным. Сараха умоляет:

Откжись от привязанности, сковывающей тебя.

И далее он советует:

Субстанция и несубстанция закабаляют ум, не давая ему добиться состояния высшего достижения [сугаты]; вместо того, чтобы раздваивать, актуализируй одинаковость сансары. О йогин, пребывай сосредоточенно в нетронутой простоте ума!

Дже Гампопа описывает присущую уму реальность тремя терминами: исконная, неизменяемая, и расслабленная. В неизменяемом состоянии она тождественна уму в его естественном виде. Сохраняя ум неизменным, даже когда тот расстроен каким-либо враждебным обстоятельством, его возбуждённая форма спокойно раскроется внутренней простотой и спонтанным осуществлением. Такой ясный ум, свободный от дуалистического прилипания, похож на ум младенца. Шавари описывает:

Обыкновенное осознавание – просто по своему выражению. Пусть оно остаётся неиспорченным какими бы то ни было надуманными идеями и образами, ведь внутренней чистоте ума не нужна никакая модификация.

И он подчёркивает:

Не сдерживай дыхание и не сковывай ум, пусть неизменяемое осознавание будет как у младенца.

Майтрипа говорит:

Неизменяемый и простой ум – это дхармакая. Внутреннюю чистоту нельзя актуализировать средствами меняющегося интеллекта, посему отпусти ум в высшем спокойствии.

Он продолжает:

Видоизменённый образ действия тела и ума не даёт медитации. Медитация – это приведение ума в нерассеиваемое состояние. В самом деле, ему не мешают противоядия для равновесия или от неравновесия.

Иные методы успокоения ума.

Нагарджуна даёт такие наставления:
Не различай, не размышляй, не меняй, но дай уму расслабиться, ибо неизменяемый ум есть естественная сокровищница нерождённой [пустоты], недвойственный путь потусторонней мудрости.
Так он перечисляет четыре метода, а именно, не различать, не размышлять (reflect), не изменять, но дать уму расслабиться. Самньи Нгалсо250 (Читтавиштрамана) советует:
О послушай, сын мой, для того чтобы не быть скованным или закабалённым, ни коим образом тебе нельзя различать, не отвликайся, оставайся неизменным, и естественным, освобождаясь тем самым от огорчений.
Здесь сказано о трёх методах поддержания естественного состояния ума, когда ум успокаивается (1) естественным образом, (2) без изменений, и (3) без рассеяния. Дже Гампопа предлагает:
Пусть твой ум остаётся как небо, когда нет облаков! Пусть твой ум остаётся как океан, когда нет волн! Пусть твой ум остаётся как масленная лампа, когда нет ветра!
Он вспоминает три метода, а именно, неразличение, невозмутимость и ясность ума. Чакгья Ченпо Йиге Шипа251 упоминает шесть способов:
Держи свой ум в неизменной простоте, свободным от давления и напряжения, подобным огромному орлу, парящему в пространстве. Успокой ум в тишине, подобной безмолвному океану! Сохраняй полнейшую ясность, подобную чистому солнцу! Знай, что восприятия и ощущения рождаются из ума, как волны появляются на реке, а посему приведи ум в его естественное состояние. Пусть твой ум будет ясным, незатуманенным, и без прилипания, подобно уму ребёнка, разглядывающего храм с изумлением. Сохраняй непроторенное сознание в котором не остаётся следов как в небе, когда по нему пролетает птица!
Кхедруп Чегонпа252 ссылается на четыре ряда методов. Первый ряд – (1) поддерживать блестящую ясность ума, (2) неразличение, (3) неспутанность, и (4) безопорность. Второй ряд состоит из трёх методов: (1) отсутствие модуляции, (2) отсутствие искажения, и (3) простота. Третий ряд имеет три метода относительно того, как сделать, чтобы ум находился (1) в его первозданном состоянии, (2) в раскрытом состоянии и (3) в нерождённом блеске. Четвёртый ряд состоит из двух методов осознания (1) состояния не медитации и (2) не рассеяния. Я не разъясняю этих методов. О них можно составить представление из того, что было и ещё будет сказано. Кроме того, труды древних наставников говорят о методах стабилизации ума, как мягкого, спокойного, безмятежного и раскрепощённого. Они также упоминают методы сохранения ума ясным, светлым, живым, свежим, блестящим, и отчётливым. И всё же, для начинающих, Дже Гампопа наставляет, как поддерживать чистое осознавание в ходе медитации:
В начале, учись актуализировать ясное осознавание, защищать его от рассеяния, и поддерживать его в присущем ему виде. Но стоит достигнуть глубокой близости, возникнет осознавание уверенности.
И он продолжает:
Ясность – это внутреннее ощущение. Оставаться нерассеянным значит быть устойчивым, а вникнуть в нереальность осознавания есть реализация.
Однако без проникающего постижения сущностной природы ума, переживания блаженства, ясности и неразличения, как бы они ни были хороши, будут просто неопределяемыми познаваемыми явлениями. Без достижения сосредоточенного равновесия, фокусирование на присущей природе ума – просто интеллектуальное упражнение. Джетсун [Миларепа] поясняет следующим образом:
Что является лишь интеллектуальным восприятием, но не осознаванием; то – лишь ствол, не плод; то – лишь свойство, не неразличение.
Таким образом, каким бы ни было отклонение, всякое созерцательное погружение должно достигать союза ясности осознавания и нерассеиваемой устойчивости. Вот что составляет сосредоточенное, нерасторжимое состояние успокоения и постижения.

Краткое разъяснение перечисленных методов.

Оно будет рассмотренно тремя способами:
1 Медитация вне интеллектуального усилия. 2 Сохранение нерассеиваемого осознавания внутренней реальности. 3 Каким образом эти два метода включают живые наставления по медитации.

Медитация без интеллектуального усилия.

Медитировать махамудру значит не отвлекаясь сохранять внутренний способ существования ума. Медитировать заново на чём-то мыслимом значит отступать от естественной медитации на постоянной природе ума. Ум, по своей природе, беспристрастен. Не следует различать между влечением или отвращением к распускающемуся восприятию видимости, осознавания и пустоты. Подобным же образом, так как сущность ума лишена любого тождества, не следует медитировать отождествляя сущность ума с реальностью или нереальностью; не следует так же ни утверждать ни отрицать её. Ведь присущая уму природа неопределяема, поэтому медитатор не должен воплощать её в объект, полагая ум раскрытым, фиксированным или сфокусированным. Поскольку присущая уму природа неизменна, надо медитировать не волнуя его надеждами, страхом или мотивацией. Так как ум, по природе, лишён доброй или злой сущности, в медитацию нельзя вмешиваться утверждая или отрицая. Потому что присущий ум невообразим, не следует видоизменять медитацию посредством визуализации или интеллектуального вмешательства. Вкратце, суть ума – по ту сторону медитации. Следовательно, о ней не медитируют. Увлекаться такой медитацией значит заниматься интеллектуальным упражнением, воплощать ментальные представления, различать восприятия, или липнуть к дуализму. Посему, такая медитация не может выражать ни совершенное видение ни совершенную медитацию постоянной природы ума.
Текст праджняпарамиты поддерживает такой подход:
Медитировать на потусторонней мудрости означает не медитировать ни на чём.
Гухьясамаджа объясняет:
Не может быть медитации на том, что лишено сущности. Медитация на чём-то [мыслимом] – не медитация. Так как действительность – ни субстанция ни несубстанция, медитация должна быть без концептуального образа.
Гур (Ваджрапанджара) говорит:
Не следует медитировать ни на понятии пустоты ни на – непустоты.
Сараха советует:
Надо отказаться от привязанности.
И он поясняет:
Фокусируясь на каком-либо мыслимом образе, мы заслоняем путь освобождения.
Он резюмирует:
Человек, очарованный чем-то приятным, липнет к этому из-за привязанности. Он обязательно будет страдать, даже от боли, маленькой как семя сезама.
Шавари комментирует:
Махамудра – это состояние не-различения, в коем нет ничего [мыслимого], на чём стоит медитировать, даже атома; итак, не медитируй [интеллектуально].
Вирупа объясняет:
Ошибка – концептуализировать постоянную природу ума, либо развивать привязанность к внутренним ощущениям, либо мыслить их внутреннюю природу.
Тилопа настаивает:
Не созерцай ни какие ментальные действия. Смотри на природу своей вполне определённой реальности [осознавания].
Майтрипа подводит итог:
Не считая отпускания ума покоиться в его собственной природе, не бывает медитации посредством управления телом и речью. Не бывает медитации посредством противоядия для равновесия или от неравновесия.

Поддержание нерассеиваемого осознавания внутренней реальности.

[В системе махамудры] нет ни чего такого на чём стоит медитировать интеллектуально, а есть лишь путь поддержания нерассеиваемой внимательности, непроходимый для нормального сознания. Просто оставаясь нерассеянным, ум не может дифференцировать свою отличительную роль [в четырёх стадиях], пока не свершил медитацию [махамудры]. Таким образом, внимательность на каждом из этапов четырёх стадий должна быть жёсткой, неотвлекающейся от соответствующего уму значения, который она воплощает. Внимание в этом отношении должно быть полностью неотвлекающимся от смысла ума, совозникающего с присущей ему природой, кою медитатор раскрывает предварительно через процесс инициации. Новым медитаторам, кои ещё не разрешили свои предрассудки [о присущей уму природе], следует практиковать концентрацию, на подобие сосредоточения, кое позволяет им оставаться нерассеиваемыми в любой медитации уместной для соответствующего им уровня. Сараха поясняет:
О, смотри в своё собственное я, ведь оно представляет собой внутреннюю реальность. Раз не можешь смотреть с нерассеиваемым умом, ты не сумеешь проникнуть в лес субстанции и потеряешь жемчужину истинной реальности, ибо рассеянный ум неспособен к реализации.
Шавари повторяет:
Ло! Взгляни в себя нерассеянным умом.
Вирупа заявляет:
Сохраняй нерассеиваемое осознавание не концептуализируя его как реальное или нереальное.
Тилопа объясняет:
Оставаться нерассеянным – быть царём среди медитаторов.
Майтрипа резюмирует:
Ничего иного не надо делать, кроме как находиться в нерассеиваемом состоянии....
Некоторые недостаточно развитые интеллекты бывает, действительно, воспринимают внутреннее ощущение нерассеиваемого состояния, и всё же они не могут знать, отвлечены ли они от сознания постоянной природы ума. Как такое происходит? Постоянная природа ума превосходит интеллектуальное восприятие. Когда медитатор мыслит её концептуальное значение, он отчасти отвлекается от медитации равновесия. Аналогично, истинный смысл ума находится вне знания. В момент, когда медитатор концептуализирует его, он до определённой степени рассеян. Присущая уму природа – не предмет и не непосредственный объект интеллектуального изучения; в момент, когда медитатор применяет критический анализ по отношению к присущей уму пустоте или непроисхождению, он отклоняется от медитативного равновесия. Природа ума – не предмет и не непосредственный объект ментального фокуса; в момент, когда медитатор фокусируется на внутреннем ощущении блаженства, ясности и неразличения, он рассеивается. Вкратце, присущая уму природа выходит за рамки всех измерений интеллекта. Медитатор будет отклоняться от этого состояния или из-за созданной визуализации, концептуальной абстракции, или даже просто из-за решения закончить всякую деятельность. Сараха поясняет:
Ум, очищенный от скверны, совозникает с присущей ему природой; в такой уме нет разногласия.
Далее он объясняет:
Обращая ум в "состояние не ума" [неразличения], добиваются высочайшего просветления.
Вирупа утверждает:
Концептуализировать или дуализировать предельную реальность значит творить фундамент сансары и становиться беспомощным скитальцем. Наблюдай присущую уму природу, являющуюся основанием всех вещей. Когда прекращают ментальную деятельность и ничего не воспринимают, тогда определённо достигают освобождения.
Он продолжает:
Упражнять интеллект на пустоте, непроисхождении, на виде реальности или нереальности значит удаляться от постоянной природы ума.

Шавари настаивает:
Смотри, держи наблюдение, но не наблюдай ничего. Медитируй! Сохраняй медитацию! Но не медитируй ни на чём!
Могут поинтересоваться, как начинающим медитаторам, кои не осознали точного смысла запредельной природы ума, надлежит практиковать. Те, кто ещё не реализовал смысл присущей уму природы, как было объяснено, должны непрерывно медитировать на уме, совозникающем с присущей уму природой, и поддерживать осознавание уверенности и сокровенное переживание. Им надо излечивать всякое отклонение и устранять всякое препятствие [так, как объясняется их учителем]. Они в своё время безошибочно осознают значение запредельной природы ума пройдя четыре стадии сокровенной ясности. Этот постепенный процесс похож на пребывание луны, рост львёнка или человеческого детёныша. Они узнают более из дальнейшего разъяснения.

Каким образом эти два метода включают живые наставления по медитации.

Все эти вышеизложенные методы поддержания медитативного равновесия сводятся к двум: немедитации и нрассеянию. Термин "немедитация" охватывает собой не вспоминание прошлого, не созерцание [настоящего], не предожидание [будущего], не изменение, не искажение, не размышление и т.п. Термин "нерассеяние", фактически, включает в себя такие термины, как первозданный покой или раскрепощённое состояние, внутренняя природа, способ существования, и присущая реальности природа. Подобным же образом, выражение "привести ум в его немедитативное естество" указывает на приведение ума в успокоение; "не отвлекайся от осознавания" подразумевает постижение; "сочетание одинаково немедитации и нерассеяния" заключает в себе слияние успокоения и постижения. Оно описано в сутрах, как недвойственное осознавание, непонятийное, вне заблуждений сознание, и естественная пустотность. Трактаты по Мантраяне изображают его как совозникающее осознавание, естественную ясность и всеобщую пустоту. Наша традиция [махамудра] описвает его [сращение успокоения и постижения], как совозникающий ум, присущая уму сущность, постоянная природа ума, и т.п. Они – изумительное средство достижения ровного погружения.
Праджняпарамитасамучаягатха подчёркивает это:
Живые существа говорят, что видят пространство, им надо исследовать, как они его восприняли. Татхагата применяет к воспринимаемой реальности это сравнение. Её нельзя объяснить никак иначе. Тот, кто так воспринимает пространство, воспримет все реальности.
Согласно Сампуте:
Привести [ум] в неразличающее погружение значит остаться чистым, как пространство.
Бодхисаттвабхумивритти сообщает:
Пусть невизуализирующий ум удерживает свойства пространства и медитирует на пространстве – это составляет медитацию на пустоте.
Чойинг Топа (Дхармадхатустотра) убеждает:
Оставь различение и анализ реальностей – главным образом реальностей ментальной природы. Медитируй на протяжении внутренней реальности, кое охватывает собой несубстанциональность всех вещей.
Бодхичарьяватара описывает:
Когда перед воспринимающим интеллектом не остаётся ни реальных субстанций ни несубстанций, и раз не существует другой альтернативной реальности, ум, отъединённый от концептуальных образов, умиротворён на самом деле!
Атиша говорит:
Успокой ум без какого-либо различения в непонятийном просторе реальности.
Просветлённые изречения великих святых уже цитировались выше, посему дальнейшее детализирование не требуется. Начинающие [медитацию махамудры] должны знать, что "немедитация" здесь дополнительно означает состояние успокоения и расслабления. Однако избыток расслабления производит тупость. "Не рассеяние" относится к измерению постижения и напряжения. Излишек напряжения порождает чувственное побуждение253. Медитатору надо знать те методы удаления тупости и чувственного побуждения и поддержания ровного погружения и постижения, кои обсуждались ранее. На

данном уровне необходимо сохранять равновесие погружения, гармонично сочетая расслабление с напряжением, по типу аналогии, показывающей как гладко прядёт пряжу брахмин, не слишком отпуская не слишком натягивая. Дже Гампопа советует:
Дай уму раскрепоститься и оставаться неизменно в своём исконном естестве; не направляй его, пусть он будет сам по себе; не познавай, но фиксируй ум в неразмышляющем состоянии.
Средь многих похожих высказываний есть одно, сделанное Дже Пхагмо Трупой:
Медитировать на неизменной дхармакае значит дать уму расслабиться и пребывать без изменений в своём изначальном состоянии, подобно тому как брамин прядёт нить. Коли ум заволакивается тупостью успокоения или качается близ направляемого фокуса, медитируй на соединённости с совозникающей природой ума.
Некоторые учителя критиковали содержание этого изречения в следующей манере:
Было сказано: "пусть ум расслабиться и остаётся неизменно в исконном состоянии, вроде того как брамин прядёт нить. Такова медитация махамудры". Мне кажется, что дозволение уму покоиться в его первозданном состоянии, напоминает скорее шерсть оставленную находиться естественно, но скручивание её в нить подразумевает изменение естественного состояния ума; а посему, аналогия неправильна.
Эти критики не знали, что данное сравнение изображает лишь состояние равновесия между расслаблением и усилием необходимым для поддержания ровного ума. Они не только не понимают смысл исконного состояния [сома], но также ошибаются полагая, что просто оставить ум в первоначальном состоянии является махамудрой. Относительно метода поддержания равновесного погружения Дже Готсангпа сообщает:
Наблюдай ум с проникающей остротой; ты ни чего не воспримешь, ибо он лишён субстанции. Дай уму находиться в этой пустоте свободно и сияя, не воображая и не прилипая.
Природу ума нельзя наблюдать отпуская "ум следить за умом" проницательно. Когда переживаешь несамостоятельность ума, надо дать этому осознаванию раскрепощённо оставаться в своём естественном виде. Дабы не дать ему увянуть в нейтральном состоянии, надо поддерживать ясное внимание и невоображающую простоту, лишённые непосредственного фокуса, вне прилипания к утверждению или к отрицанию. Это достаточно резюмирует жизненно важные моменты медитации махамудры.

Метод поддержания состояния после погружения.

Его можно объяснять четырьмя способами:
1 Распознание внимательности после погружения. 2 Метод сохранения медитации через внимательность после погружения. 3 Возвышение различающих мыслей. 4 Восприятие ощущений после погружение как волшебного зрелища.

Распознание внимательности после погружения.

Медитатор в ходе медитации соответствующим образом сохранил сосредоточенное равновесие ума в совозникающей ему сущности. Тогда какова процедура его практики после погружения? Сначала медитатор должен научиться удерживать поток внимательности и бдительности непрерывным усилием. Дже Дрикхунгпа советует:
Тот, кто осуществил внимательность, становится хозяином медитации. О мои сыны, лелейте внимательность!
Внимательность в данном случае относится главным образом к точному осознаванию и опыту совозникновения ума, возможность осознать которые медитатор получил благодаря инициации. Тем не менее медитатор должен, немного по-другому, поддерживать внимание ко всякого рода добродетельным поступкам и так, чтобы оно не теряло своей мощи или сияния, одновременно кристаллизуя каждую непосредственную мысль или восприятие формы или звука, при этом совсем не заботясь об утверждении или отрицании какой бы то ни было реальности. Медитатору следует проделывать всё это с длительным напряжением, чтобы актуализировать ясность, открытую внимательность, которая лишена всякого прилипания, быть ребёнком, смотрящим на алтарь. Итак,

медитатору следует сохранять совершенное состояние двух благотворных погружений, а именно, совозникающие уму мысли и совозникающие явления, как объяснялось выше. Бодхичарьяватара резюмирует:
Что касается восприятия формы, звука или знания, они не являются объектами отрицания; что надо отринуть, так это понятийный дуализм, причину всех страданий.

Метод поддержания медитации посредством внимательности после погружения.

Как сохранить добродетельную практику используя внимательность? Это делается так же, как опытный пастух следит за скотом. Не сгоняя в кучу и не бегая за каждым животным, он держит их всех под наблюдением, позволяя свободно пастись, пусть даже некоторые и заблуждаются. Подобным же образом медитатор не должен препятствовать развитию мысли или явлению пытаясь подавить или исказить его, стесняя тем самым медитативный ум. Кроме того, медитатору не следует позволять вниманию, обращённому к каждой мысли или явлению терять остроту из-за рассеяния, когда наблюдают объект, и из-за врождённого цепляния к идее принятия или отвержения. Он немедля должен кристаллизовать каждое из шести познавательных проявлений и, в то же время, сохранять точное осознавание его неопределимой природы. Он особым образом должен в невзволнованной и незажатой манере удерживать осознавание того, что каждая развивающаяся мысль – это вибрирующее движение присущей пустоты, и каждое явление – манифестация имманентной пустоты. Дже Готсангпа советует:
Всякий раз, когда возникает мысль, крепче хватай её, отпускай её в естественное ей состояние; и без сомнения достигнешь внутреннего освобождения! Следи за внешней видимостью проницательно, она – иллюзия как и сам ум; фокусируй ум на том, что появляется, не цепляясь. Пусть раскручивается промежуточное сознание, оно струится как поток воздуха лишённый субстанции. Пусть в этом потоке не останется цепляния. Всё это называется – мысли, возникающие как медитация, таково постижение внутреннего тождества, где нет ни утверждения ни отрицания. Не существует иной медитации отличной от того, чтобы оставаться таким нерассеянным. Не покидай немедитативное состояние.
Такое сжатое объяснение просто понять. По мере того, как начинающие пробуют поддерживать связное внимание к четверичному ежедневному поведению254, они первоначально обнаружат, что часто рассеяны. Однако благодаря объединённой силе интенсивной внимательности в медитационном погружении и поддерживаемой внимательности после погружения, они не только будут внимательны, но в своё время перестанут отвлекаться от ясности и пустотности мыслей и от ясности и пустотности явлений и пустоты. Если им постоянно не везёт добиться такого переживания, то значит, что вопреки своему притязанию они по-прежнему не устранили преувеличения и клеветы по отношению к совозникающему с умом мышлению и видимости. Поэтому им следует в состоянии погружения вызвать мысль или воспринять чувственное явление и всеми способами исследовать их с точки зрения происхождения, течения и движения, а также присущей им природы. Рассматривая так каждую мысль и каждое явление, им надо удерживать ровное состояние погружения, как делалось прежде. Сараха учит:
Все эмпирически установленные вещи лишены всякой сущности; также нет и концептуального обозначения в отстутствии взаимодействия причин и условий. Когда понимаешь самораскрытую природу присущей реальности, осознаёшь, что она находится по ту сторону зрительных, слуховых и прочих способностей чувств, ибо она лишена какой бы то ни было самоприроды.
Пойми, что двойственные проявления себя и других суть монистическая реальность. Полностью осознавай это не отвлекаясь, но отбрось цепляние, чтобы не вовлекать ум в страдание. Реализуй покой лишённый любой привязанности.
Шавари говорит:
Все реки, Ганг и остальные, приобретают один вкус в солёном океане. Пойми, что различающий ум, ментальные события, все становятся одного вкуса в пространстве внутренней реальности.
Вирупа заключает:
Таким образом вся видимость и существование обусловленных феноменов лишены сущности. Они – просто миниатюры, символы, или обозначения.

Возвышение различающих мыслей.

Дже Гампопа упоминает три способа актуализации пути:
1 Распознание созерцательного тождества. 2 Оживление осознавания внутренней реальности. 3 Возвышение воссозданных расстройств.

Распознание созерцательного тождества.

Метод опознания созерцательного тождества был развит во благо тем, кто имеет некоторый опыт после погружения. Такой медитатор, с врождённой осведомлённостью, опознаёт спонтанное самораскрытие мысли или явления в непроисходящей простоте ума. Такой процесс аналогичен мгновенному опознаванию меж друзей при неожиданной встрече. Сараха указывает:
Внутренняя реальность везде, перед тобой, за тобой, и в каждом из десяти направлений.
Он спрашивает:
Всё это проявляется из ума и содержит тождественную природу Мастера [Будды]; а потому, могут ли волны отличаться от воды.
Майтрипа провозглашает:
Всевозможные явления – лишь манифестации присущей уму природы. Они не выделили действительного тождества посредством взаимодействия чувств и чувственных объектов. Они суть махамудра.

Возрождение осознавания внутренней реальности.

Что касается (2) оживления осознавания внутренней реальности, то настоящая практика была развита для тех, кто располагал небольшим опытом, как таяние снега от соприкосновения с тёплыми камнями или падения в реку. Такие медитаторы переживают непроизвольное самораскрепощение каждой возникающей мысли или явления в пустоте непроисхождения. Сараха поясняет:
Это как ворона, слетающая с лодки, парящая вокруг, потом дальше, и которая возвращается обратно.
Шавари использует тот же образ:
В точности как ворона, слетающая с мачты возвращается на корабль после кружения и парения, так и страстный ум, волочащийся в хвосте мысли, возвращается в первозданную чистоту ума.

Возвышение воссозданных огорчений.

"Возвышение воссозданных огрчений" – это то, как опытные медитаторы должны интуитивно воспринимать спонтанное самораскрытие фактически всех мыслей и явлений в пустоте непроисхождения. Более того, такие продвинутые медитаторы должны вызывать тяжёлые и возмутительные мысли или явления и тем самым воспринимать их, как манифестации внутренней пустоты непроисхождения ума. Этот процесс сродни огромному пожару, поглощающему лес, и раздуваемому ветром, между тем как эти стихии никак не помагают малому огню [неопытному медитатору]. Сараха говорит:
Ты должен пустить все эти явления объединяться в их фундаментальной пустоте, вроде того как в распространяющемся пожаре сгорает лес.
Майтрипа наблюдает:
Заблуждающийся ум [по присущей ему природе] – это великое осознавание; он значительно способствует медитаторам. На подобие того, как лес питает огромное пламя.
Далее он сообщает:

Возникающие мысли растворяются в просторе внутренней реальности. Возникающие мысли спонтанно раскрываются в великом осознавании. Гармоничное единство чувств и мыслей есть дхармакая.
Дже Пхагмо Друпа подробно останавливается:
Когда медитируешь четыре раза (в день) и умиротворяешь дуалистические мысли по недвойственном пути, получишь четыре опыта, описываемые как встреча старого друга, таяние снега на разогретой скале, распространение лесного пожара, и внутреннее ощущение блаженства, ясности и пустоты.
Первый опыт сродни встрече старых друзей, которые узнают друг друга тотчас как увиделись. Так и йогин, воспринимающий возникающие мысли, мгновенно, схватывает их тождественность присущей уму пустоте. Отсюда его описание как всстречи старых друзей.
Второй опыт называется "тающий снег на разогретом камне". Снег, который падает из водоносных облаков, тает как только коснётся тёплых скал. Так и мысли, родившиеся в различающем уме; когда воспринимаешь их как истекающие из самого ума, не упорствуя, осознаёшь, что ум есть неразличающая дхармакая. Отсюда термин "возрождение осознавания".
Третий опыт сравнивается с "распространением лесного пожара". Бушующий лесной пожар сжигает всё без различения – деревья, траву и животных, чистую и грязную землю. Ветра и ливни не могут остановит его, напротив они усиливают пламя. Подобно этому, когда горит огонь мысли, пусть он предаст пустоте непроисхождения все различения, хорошее и плохое, себя и других, все эмоции, вожделение и ненависть, не принимая и не отказываясь, не утверждая и не отрицая. Чем больше разнообразных мыслей, тем более сильную помощь они окажут для внутреннего превращения. Отсюда название "возвышение воссозданных расстройств".
Четвёртый опыт относится к полученной реализации, в которой ум становится ясным, открытым, запредельным, блаженствующим, сияющим, недвойственным и несвязанным. Даже досада превращается в восторг; тот же опыт торжествует в течение дневных и ночных промежутков, когда гуляют, сидят, отдыхают и так далее. Таков четвёртый сверкающий опыт блаженства, ясности и пр.

Восприятие ощущений после погружения как подобия магической картины.

Это будет исследовано двумя способами:
1 Смысл магической картины и восхождение иллюзии. 2 Восприятие после погружения как подобия иллюзии.

Смысл волшебного зрелища и начало иллюзии.

Некоторые придают аналогии иллюзии значение просто видимости без действительного, которая возникает перед взором ментального заблуждения. Другие рассматривают иллюзию как возникновение мыслей или явлений, более напоминающих смутные расплывчатые декорации, явившееся следствием переживания внутреннего ощущения успокоения и пустотности. Ещё одни считают, что иллюзия – это непрерывное сознание того, что каждая возникающая мысль или явление есть иллюзия. Первый взгляд неправилен. Хотя он и не отверг видимости чувств, он всё же содержит отрицание взаимозависимого приведения в действие. Второй взгляд ошибочен, потому что он просто воспринимает внешнюю видимость внутреннего ощущения не удостоверясь в природе такого рода видимости. Третья точка зрения так же неверна, потому что в ней лишь умозрительно понимается, что каждое явление есть иллюзия. Тогда каков правильный подход? Сказано, что термин "иллюзия" обычно применим к двум категориям: (1) внутренней реальности [дхармакая] и окончательному знанию [сарваджняна], и (2) феноменам таким, например, как агрегат формы [рупа скандха] и прочим. Внутренняя реальность или окончательное знание устанавливаются лишь посредством вывода [и опыта], потому как они не появляются видимым или осязаемым образом. Последние [феномены] описываются как иллюзия, поскольку они появляются в форме видимой

реальности, пусть даже и лишены при этом всякой сущности. Это-то и относится к рассматриваемой природе иллюзии. Праджняпарамита-самучаягатха объясняет:
Пойми, что пять агрегатов суть иллюзорные феномены. Не принимай иллюзию за отличную от самих пяти агрегатов.
Самадхираджа сообщает:
Медитация на воспринимаемых признаках не имеет нерождённой сущности, подобна миражам и призрачному городу гандхарвов255, подобна иллюзиям и снам. Пойми, что все вещи таковы.
Таким образом подаются многие примеры иллюзии. Я прибегну к простому объяснению. Волшебник вызывает иллюзорное видение коня или слона за счёт демонстрации приспособлений и использования заклинаний. Как маг так и визуально обманутые зрители видят магическое изображение. Разница в том как последние воспринимают эту фигуру, то есть, словно она является самосуществующей реальностью. Поэтому, зрители создают внутреннее цепляние к ней. Волшебник, который знает о нереальности фигуры, не обманывается на её счёт. Схожим образом каждый воспринимает любые чувственные объекты такие как форма, звук и т.п. и познаёт различающие мысли. В точности как маг понимает внутреннюю нереальность магической формы, так и медитатор после того, как установил, что субъект-объектная реальность лишена какой бы то ни было внутренней сути или самоприроды, воспринимает реальность за простую видимость, без врождённой сути, то есть как магическое изображение. Самадхираджа подтверждает:
Колдуны рождают призрачные формы – коней, слонов и прочее. Как бы те ни выглядели, они лишены реального. Узнай все вещи как эти.

Восприятие после погружения – подобно иллюзии.

Чтобы воспринимать реальность как иллюзию, должны присутствовать одновременно два фактора: первый, внешняя видимость воспринимаемая чувственным сознанием и второй, точное осознавание пустотности. Например, опытный маг воспринимает видимость призрачной лошади или слона через своё зрительное сознание. Вместе с тем он уверено осознаёт тот факт, что форма нереальна. Он, потому, не сомневается в обмане чувств. Точно таким же образом после погружения йогин безошибочно воспринимает и разные ментальные переживания, благодаря непосредственным обстоятельствам, или явлениям формы, звука и т.п., которые возникают в результате взаимодействия многих факторов. В этот момент восприятие йогина должно совпадать с осознаванием присущей всем переживаниям и явлениям после погружения пустотности. Такое осознавание необходимо усиливать при помощи неразрывного внимания к внутреннему ощущению и уверенности в совозникающих мыслях и явлениях ума. В результате всего этого, медитатор воспримет иллюзию в течение того, что является состоянием после погружения. Шавари разъясняет:
Если исследовать реальность, у неё не окажется трёх концептуальных образов. Будучи нереальной, она как сон или иллюзия. Бесстрастный ум пребывает в радости и свободен от печали. Он, как владеющий искусством магии, творит волшебство.
Он продолжает:
Всякое явление или звук подобны иллюзии, миражу или отражению; они – субстанция без признака реальности. Ум, воспринимающий такую иллюзию – как пространство.
С тем чтобы это возникновение такого, подобного иллюзии постпогружения было установлено при осознавании пустоты, медитатору существенно важно располагать осознаванием совозникающего уму мышления как непроисходящей [пустоты]. Он должен оживить сокровенное осознавание через медитативное погружение. В равной степени ему необходимо усилить осознавание истинной природы совозникающих мышления и видимости. Не надо никаких особенных усилий, когда определяется измерение внешней манифестации, ведь нормальные мысли и явления возникают через силу взаимодействующих причин и условий. Некоторые люди, которых одолевает привязанность к пустоте, как видно, отрицают взаимозависимость действия и результата. В этом состоит крайний нигилизм, абсолютно неверный. Им следует излечиваться от него разыскивая точное понимание и ясное видение тонкой стороны взаимозависимой кармы и её результата. Короче говоря, существенно важно осознать два следующих

представления одновременно: совершенное понимание неизменных последствий чьего-либо действия и точное осознавание пустоты и бессущностности всех вещей. Они описываются как объект удивления в Бодхисаттвабхумивритти:

Полностью осознавая, что все вещи внутренне пусты, придерживаешься принципа кармы и следствия. Это поразительно, в высшей степени поразительно! Это чудесно, в высшей степени чудесно!

Исследование самоприроды или сущности всех вещей приведёт к осознаванию тотального неразличения. Пусть даже лишённая самоприроды или сущности [внутренняя пустота] и проявляется как форма, звук, и т.п. Эти два аспекта [реальности] описываются древними учителями как подобная пространству пустота и подобная иллюзии пустотность [видимость] соответственно. Следуя этому, теперешние истолкователи предельной реальности характеризуют два данных аспекта как подобное пространству равновесие и подобное иллюзии равновесие после погружения, иногда первое называют запредельным осознаванием, тогда как последнее – осознаванием преходящего мира. Величественные изречения нашей Медитационной Линии содержат упоминания методов прочного и неизменного сохранения свойственного уму вида, одновременно не вмешиваясь в возбуждённое сознание, подверженное обстоятельствам. Неправильно истолковав их, некоторые положили, что взволнованное сознание должно удерживаться как спонтанное переживание. Другие ошибочно думают, что высказывание означает, будто даже введённое в заблуждение осознавание надо поддерживать без изменения. Все они совершенно неправы, потому что им не удаётся выделить точный уровень и состояние [ума и медитации], а также провести различие между тем, что надо принять, а что отвергнуть. Изречения ссылаются на метод сохранения возбуждённого сознания без изменения и появления мыслей без вмешательства, принятия или отбрасывания, лишь на одном таком уровне. Том уровне, где от медитатора требуется поддерживать неизменным всякое всплывающее восприятие, а также сохранять любое возбуждённое сознание, не пробуя вмешаться в него. Так делается только после того, как медитатор обрёл постижение ума, его сущности, природы и свойств. Это уровень, где вышеупомянутые высказывания могут применяться буквально. Говорится, что, если не получилось осуществить кристальной ясности сокровенного осознавания путём проникающего анализа, по типу того как изучают кость с силой раскалывая её, необходимо сразу же очистить мощное переживание блаженства и ясности, необходимо отторгнуть сознание от эмоции этих ощущений, и затем необходимо вполне удерживать осознавание. В противном случае, сохранение ложного осознавания обусловленной реалности, не вмешиваясь и не переориентируя её посредством искренней медитации, означает создание для себя причины циклического существования. В этой связи, Дже Дрикхунгпа выделяет значение "неизменности" и различные уровни:

Оставаться неизменным в грязном сознании значит жить в трёх плоскостях сансары. Удерживать внутреннее ощущение и переживания значит создавать причину перерождения в высоком небесном мире; осознать неизменную внутреннюю природу ума значит вознестись на уровень нирваны; осознать неизменную недвойственность сансары и нирваны значит добиться их соединения на самотрансформирующей стезе Буддизма. Тот, кто реализовал то, что потусторонне интеллекту, что неизменно, окончательно, само-рожденно и спонтанно исполненно, осуществит цели других не прилагая усилий. Предельное завершение – это состояние потустороннее внутреннему развитию.

Итак, каково значение вышеупомянутого термина "неизменность"? Поддержание ума в его естественном виде без вмешательства в него, когда уже осознал его постоянную природу, выражается фразой "поддержание ума в его неизменном естественном виде". "Не вмешательство в сознание" относится к воздержанию от возбуждения осознавания постоянной природы реальности. Желание утверждать или отрицать обозначается как "неизменность обусловленного сознания". Подобно этому, термин "смешивание [ума] с каждым чувственным явлением" означает быть воистину внимательным к присущей уму природе. Термин "раскрыться в каждом возникающем чувственном сознании" так определяется из соображения, что медитатор достигнет естественного уровня ума освободившись от своей озабоченности по поводу утверждения или отречения. В заключении, если медитатор сохраняет непрерываемое внимание к присущей уму сущности во всяком сознании или всплывющем явлении после погружения, то любые сознание или явления станут восприятиями после погружения. Сохраняя не замирающее

осознавание присущей уму реальности, сможешь удерживать каждое возникающее восприятие в его естественном виде в продолжении состояния после погружения, и также добьёшься несомненного осознавания относительно постоянной природы всякого чувственного явления, когда не пытаешься его поменять. В высшей степени важно непрерывно поддерживать нерассеиваемое внимание к присущей [мышлению и видимости] природе. Такова причина, почему внимание составляет основную медитацию.
Дже Гампопа утверждает:
Медитируй на видении реальности с нерассеиваемым вниманием, которое вроде царя. Стремись к этому состоянию одновременно уберегая его от мимолётных отклонений; не ищи ничего кроме потока нерассеиваемого внимания!
Опять он говорит:
Пока крючок цепляния не сломан, до тех пор проходящие мысли будут создавать карму. Лучше будь на страже с неотвлекаемым вниманием!

Метод сочетания погружения и состояния после погружения.

Совсем не легко описать как в точности происходит соединение погружения и постпогружения, главным образом из-за того, что люди испытывают его по-разному. Я не видел большого количества томов по этому. В одном из записанных диалогов с Дже Гампопой, он обращается с вопросом: "что значит термин "сращение сущности ровного погружения256 и сущности состояния после погружения"?" Он ответил:
Такое сращение происходит если ум всегда пребывает по существу сознательным относительно присущей ему природы, не отторгнутым от его сияющей ясности во всех четырёх способах ежедневного поведения.
Когда спросили значит ли "не сращение", что внимание блекнет и ум познаёт различая, а по возвращении внимания, начинает осознавать присущую ему природу, Гампопа ответил: "Это не сращение". Дже Дрикхунгпа комментирует:
Тот, кто овладел погружением и постпогружением на раздельных уровнях, называется бодхисаттвой. Тот, кто в совершенстве соединил погружение с постпогружением, называется буддой или махасиддхой.
Как видно, согласно этой цитате, истинное сращение ровного погружения и равновесия после погружения не происходит до тех пор пока медитатор не достиг великого уровня одного аромата и не медитации [последних этапов йоги]. Вместе с тем сказано, что окончательная, сияющая ясность ума, который умиротворил дуалистическое различение, не возникает даже за постпогружением на великом уровне неразличения. Твёрдые чувственные явления то и дело воспринимались бы на уровне одного аромата. Дже Гомтсюл задал Гампопе следующий вопрос:
Каково мерило сращения погружения и состояния после погружения? Можно ли заниматься разными делами [после погружения] не разлучаясь с сосредоточенным погружением? Совместимы ли постпогружение и дуалистическое различение? Тождественно ли состояние после погружения сну или иллюзии? Установили ли те, кто восприняли дуалистическое различение после погружения, присущую ему природу?
В ответ на вопрос о том можно ли заниматься делами [после погружения], будучи обособленным от сосредоточенного погружения, Дже Гампопа говорил:
Если переживаешь его так же как указывалось в первом вопросе, это прекрасно, хотя и редко случается. Что касается второго вопроса [тождественено ли состояние после погружения сну или иллюзии], да, это действительно так. Что касается последнего вопроса, то если двойственное различение остаётся обыкновенным, лишённым определённого осознавания присущей ему природы, сращение погружения и постпогружения не имеет места.
Заключая из высказываний некоторых старых гуру, принадлижащих к нашему Медитационному Ордену, как мне кажется, не возникнет противоречия, если употребить термин "сращение погружения и состояния после погружения, когда погружён на великой ступени неразличения". Когда имело место такое сращение, весь опыт в состоянии после погружения не заключается только в сияющей ясности, но его вполне можно связать и с подобными иллюзии мыслями. Как сказано, когда ум непроизвольно рассеивается на короткое мгновение, надлежит немедленно воспринять постоянную природу такой

апперцепции и тем самым восстановить то, что было определено. Такой опыт имеет место сразу же до или на уровне великого неразличения. Праджняпарамита-самучаягатха сообщает:
Это погружение свободно от различающих чувств пребывания в нём или ухода из него, ибо оно [погружение] воплощает собой законченное осознавание присущей всем феноменам природы.
Изложенное основание подтверждает, что, когда есть понимание истинной природы феноменов, обязательно есть сращение ровного погружения и постпогружения. Шавари подтверждает:
Осознав присущую "себе" природу, даже рассеянный ум пробуждается к махамудре.
Таким образом высказано, что когда реализуют внутреннюю реальность, переживают зарождение медитативного состояния, не зависимо от того внимательны ли они или рассеянны. Подходящий момент приходит также на великой ступени неразличения, на которой медитатор может испытать сращение равновесного погружения и постпогружения. Я опишу способ согласования ровного погружения и постпогружения. Такое согласование, как предполагается, имеет место на любом уровне четырёх йог; однако, необходимо всё ещё держать в поле зрения то, как оно переживается на каждой из ступеней. Идеальное сращение погружения и состояния после погружения отсутствует на этапе сосредоточенности, потому что ум ещё не очистился от прилепания к внутреннему ощущению и переживанию. Тем не менее на данном уровне может присутствовать поверхостное сращение погружения и состояния после погружения. В продолжение определённого периода постпогружения на среднем уровне сосредоточенности то, что было сильной апперцепцией или явлением, теперь стихает само. Мало помалу оно возникает всё реже как твёрдая действительность. Когда всплывает апперцепция или явление, оно или успокаивается или исчезает. Это показывает некоторую тенденцию созерцательного погружения и поспогружения к слиянию до определённой степени, на их уровнях. Упоминание о нескончаемом восприятии внутреннего ощущения и переживания на верхнем уровне сосредоточения надо рассматривать как сращение погружения и постпогружения на их уровне. Идеальное сращение погружения и постпогружения происходит на уровне неразличения. Однако в течение времени после погружения, на среднем уровне неразличения, медитатор не всегда может достичь осознавания присущей уму природы, и всё же хорошее внимание присутствует и в сознании после погружения. В это время, когда медитатор переживает осознавание и его пустотность, и видимость и её пустотность, и медитация приходит очень просто, это указывает на лёгкое слияние погружения и постпогружения. На верхнем уровне неразличения, когда медитатор способен поддерживать погружение в течение суток без перерыва, в состоянии отъединённом от внутренних ощущений, его следует признать слиянием погружения и постпогружения. Подобным же образом, на среднем уровне одного аромата, медитатор испытывает гораздо меньше заблуждений после погружения от возникновения явлений благодаря данной медитации. Таким образом, на этой ступени достигается лёгкое тонкое слияние погружения и состояния после погружения. После погружения, на верхнем уровне одного аромата, медитатор воспринимает без какого бы то ни было цепляния всевозможные явления как ясные и пустые, словно видение эфемерной иллюзии, что надо трактовать как слияние погружения и постпогружения. На основании этих причин великое трио Гампопа и его два племянника, а также Дже Пхагмо Трупа и Дже Гъяре, вместе с их учениками, утверждали, что естественное слияние погружения и постпогружения имело бы место на уровне одного аромата. Помимо этого, существует много других отличий между добродетельной практикой, погружением и постпогружением йоги неразличения и йоги одного аромата. С ними мы будем иметь дело позднее.

ГЛАВА СЕДЬМАЯ:
Закрепление опыта через медитацию: Как избежать медитационных отклонений.

Рассмотрение будет вестись по двум направлениям:
1 Удаление заблуждения и отклонения по отношению к равновесию погружения. 2 Методы устранения препятствий медитации.

Удаление заблуждения и отклонения по отношению к равновесию погружения.

Такое удаление имеет две части:
1 Удаление четырёх заблуждений. 2 Удаление трёх отклонений.

Удаление четырёх заблуждений.

Здесь ещё два раздела:
1 Идентификация четырёх заблуждений. 2 Методы защиты от этих заблуждений.

Идентификация четырёх заблуждений.

Четыре заблуждения [каждое имеющее две части] относятся к тому, как медитатор сводит общее значение пустотности к определённому интеллектуальному разумению. Поэтому, каждое обозначается (а) как изначальное заблуждение; а (б) имея в виду ошибку в каждой медитации на пустоте, обозначается как непосредственное заблуждение. Первое заблуждение содержит две части. (а) Изначальное заблуждение случается когда медитатор находится в неведении относительно высшей пустоты всех форм257, медитационное состояние описывается как неразличимость видимости и её пустоты, то есть недвойственная разновидность пустоты и относительности. В этой ситуации медитатор заключает, что природа пустоты состоит из абсолютного отрицания, несвязанного с различением на благое и недоброе, и следовательно пренебрегает действенностью кармических результатов по отношению к пороку и добродетели. Другими словами, медитатор демонстрирует тотальную нигилистическую склонность мысля присущую вещам пустоту как "абсолютную пустоту". Уводимый в сторну этой интеллектуальной оценкой пустоты, он не может понять видимую относительность, происходящую из взаимодействия причин и условий. (б) Заблуждение, обозначенное как "непосредственное заблуждение", совершается, когда медитатор, несмотря на своё понимание всеобъемлющего смысла пустотности и свою способность объяснить его для других, воспринимает пустоту как находящуюся где-то в другом месте. Таким образом ему не удаётся понять её в отношении к своему собственному уму и обрести подлинный опыт. Второе заблуждение распадается на две части. (а) Первая, изначальное заблуждение, происходит, когда медитатор полагает, будто медитируя на пустоте с целью возведения своего опыта на путь, он добьётся, в другой форме, просветления, содержащего три верховных аспекта [трикая], наделённого пятью трансцендентальными осознаваниями [панчаджняна]. Это случается, когда медитатор не смог осознать то, что имманентным постоянной природе ума является спонтанно осуществляющаяся дхармакая, объект реализации, а также что неделимо присовокупленным к присущей уму природе является базис экзистенциальной жизни, процесс внутреннего преобразования и реализации. Придающие законченный вид ментальные аспекты подразумевают, что медитация, путь и цель суть ничто иное как присущие уму грани. (б) Второе, непосредственное заблуждение относительно медитации, совершается когда медитатор, находящийся в неведении из-за отсутствия доверия и стойкого применения соответствующих методов медитации, коими он уже располагает, стремится найти что-то другое или что-то лучшее где-то ещё, или когда он фокусируется в своей медитации на безмерном чувственном удовольствии и блеске, будто они выше присущей уму природе. Третье заблуждение бывает двух видов. (а) Первое заблуждение относительно пустоты происходит вследствие ошибочного понимания медитатором пустоты, как интегрального аспекта запутанного ума, и восприятия её как естественного противоядия причастного всем внутренним недомоганиям. "Первоначальное заблуждение" совершается когда медитатор, вслед за созданием двойственности осквернения и пустоты, считает, что необходимо удалить сперва своё осквернение, а потом медитировать на пустоте, как духовном противоядии. Так происходит главным образом из-за его неумения понять, что истинная природа ментальных осквернений выражается в пустоте, которая является неотъемлимым противоядием от них, тем самым производя ненужное созерцательное различение между

применением и неприятием каких бы то ни было запасных противоядий, и что благодаря присущей осквернениям пустотности, он может испытать зарождение осквернения как осознавания, сокровенного противоядия. Доля того же самого заблуждения принимает участие в фокусировке ума жёстко на концептуальном выводе, отправляющемся от интеллектуальной оценки, будто природа осквернения лишена всякой самоприроды. (б) Второе, "непосредственное заблуждение", случается когда медитатор фиксирует ум в медитации умиротворяя возникающие мысли или явления вместо того чтобы, после того как вновь удостоверился в них, быть внимательным к присущей им пустоте. Четвёртое заблуждение бывает двух форм. (а) Первоначальное заблуждение относительно понимания пустотности имеет место, когда медитатору не удаётся воспринять, что пустота – это истинная природа всех реальностей, что включает в себя среди прочего созерцательное неразличение искусных средств и потусторонней мудрости [т.е., союз блаженства и пустоты-осознавания], визуализируемых и невизуализируемых медитаций, и так далее. Он последовательно медитирует на воспринимаемом образе или концептуальном взгляде на щедрость и другие подобные искусные средства. А затем, полагаясь на дедуктивное обоснавание или на осознавание "мантры отсутствия сущности258", определяет, что восприятие [щедрости] лишено внутренней самоприроды. (б) Непосредственное заблуждение относительно стабилизации погружения случается когда медитатор – в своей попытке удержать его – не умеет вызвать связность и порядок. В то же самое время, у него не получается возвысить возникающие мысли на уровень погружения и оживить их, полагая, что таково надлежащее созерцание. Вследствие своего качания, ему даже не удаётся поднять осознавание после созерцания на уровень практики и, как результат, он останавливает поток мыслей, что им рассматривается как медитация.

Методы защиты от этих заблуждений.

Из всех наиболее ошибочно заблуждение, в котором пустота сводится к концептуальному знанию. Сараха указывает на это в следующей цитате:
Придерживаться ничто ещё более глупо.
Нагарджуна соглашается:
Не развитый интеллект вызывает своё собственное падение неправильно разумея пустоту.
Таков великий взгляд абсолютного нигилизма. Следствием его будет падение в нижние миры, как об этом сказано, что тот, кто придерживается абсолютного отрицания нисходит в нижние миры. Дже Гампопа поясняет:
Сводя пустоту к сфере знания, выказывают отсутствие понимания, даже если не связаны ни каким прилипанием.
Медитатор не должен становится жертвой и всех других заблуждений. Пусть даже прочие медитационные заблуждения менее заметны по сравнению с подобного рода неправильно помысленными взглядами на реальность, они не смогут привести к постижению, сполна проникающему в постоянную реальность. То, что обозначается как махамудра, является по присущему ей свойству непроисходящей [пустотой], совершенно лишённой тождества, будь оно существующим или несуществующим, преходящим или вечным, действительным или нереальным. И всё же, из её непрекращающегося абстрактного "тона" происходят всевозможные феномены [взаимозависимое происхождение]. Таким образом, понимая, что пустота является средоточием взаимозависимого происхождения и что взаимозависимое происхождение внутренне пусто, [осознавание медитатором] пустоты не будет уходить в сторону интеллектуального заблуждения. Муламадхьямака-карика объясняет:
Нет ничего, что не происходит не взаимозависимо; посему, нет ничего, что не пусто.
Бодхисаттвабхумивритти иллюстрирует:
Видимая реальность обозначается как пустота; пустота неотъемлема от видимой реальности.
Воспринимая махамудру, присущую обыкновенному осознаванию природу, коя подобно властелину, олицетворяющему собой или распоряжающемуся всеми вещами, включая основание, путь и завершение существования, медитатор может избежать отклонения от природы пустотности на пути самореализации. В этом отношении Сараха увещевает:

Ум должен исследовать ум относительно чистого осознавания, ибо оно соединяет целиком опору, путь существования и просветление в один аромат.
Он продолжает:
Медитировать на невообразимом самовозникающем осознавании значит медитировать на окончательном исполнении.
Он заключает:
Беспрепятственное завершение всегда внутри тебя. Поэтому, не замыкай своё сознание ни страхом ни сомнением.
Арьядева поясняет:
Одна субстанция воспроизводит все иные субстанции; все субстанции воплощают природу одной субстанции259.
Дже Гампопа резюмирует это так:
Теперь я понимаю, что это сокровенное осознавание, ясное и пустое, есть дхармакая. Сейчас я понимаю это безначальное, чистое осознавание как неотъемлемое от завершения. Ох! В сём безбрежном просторе драгоценного ума, источнике циклического существования, хранится спонтанное внутреннее исполнение.
Отклонение от пустоты вследствие пренебрежение духовными противоядиями не случится с медитатором, стоит ему понять единство всех вещей и узнать, что ментальное осквернение и осознавание, объект избавления и средство лечения, суть самопроизвольное совозникновение одинакового аромата. Хеваджра-тантра утверждает:
Нет ни малейшей разницы между совершенным осознаванием и различающими мыслями на плане существования.
Опять она говорит:
Циклическое существование, ненависть и иные эмоции в самом деле олицетворяют собой нирвану.
Нагарджуна учит:
Не существует какого бы то ни было различия между сансарой и нирваной.
Майтрипа говорит:
Лежащее в основании ментальное загрязнение есть великое осознавание.
Медитатор не войдёт в заблуждение интеллектуализируя пустоту, если несёт печать дхармы, т.е., благодаря пониманию неизменяемой махамудры как властелина, который распоряжается всеми явлениями и существованиями, и если он тем самым уразумеет, что присущая визуализации и всем таким практикам природа – это ничто иное как естественная, чистая пустота. Вирупа разъясняет:
Счастье, страдание и все другие вещи, несущие знаки двойственности – лишь манифестации внутренней природы, махамудры; даже и в качестве проявлений они нереальны, непостоянны и изменчивы, но они не несут ничего кроме печати сплошной (abiding) пустоты, коя является подлинной природой всех вещей.
Шавари говорит:
Мысли всегда всплывают не иначе как из всеохватывающей реальности.
Майтрипа резюмирует:
Когда осознают присущую себе природу, осознают все явления и существования как махамудру, всепроникающую дхармакаю.
Далее, Дже Гампопа говорит о двух других отклонениях: (1) отклонение от точной оценки реализации в сторону возвышенных ощущений, и (2) отклонение от понимания [присущей им пустоты] в сторону возвышенных ощущений. Первое, по получении переживания ощущений блаженства, ясности и неразличения, полагает, что они являются непревзойдённым состоянием. Но эти ощущения – просто следствия медитации на присущей уму природе, коя применяет особую технику согласования животворных энергий в физических центрах центральной нервной системы. Последнее отклонение относится к медитации, фокусирующейся на сильном желании медитатора этих ощущений или его неудовольствии от их отсутствия. Чувства блаженства, ясности и неразличения – побочный продукт его ума, в которм проблеснула благодаря благословениям гуру сущность ума, как лишённая какого бы то ни было тождества или сущности. Дже Дрикхунгпа разъясняет:
Это блаженное блаженство и его ясная ясность иногда возникают, иногда пропадают! Медитатор, который страстно желает их и который медитирует на погружении, сродни

ребёнку, таращемуся на призрачную радугу. Она делается всё более тусклой и тускнеет до тех пор пока не исчезнет в небе!
В связи с этим высказывались некоторые критические замечания, как например следующее:
Намерение отбросить четыре заблуждения является дуалистическим различением; оно несовместимо с махамудрой. Если бы оно не было дуалистической мыслью, от него нельзя было бы отказаться; если бы его можно было отбросить, пусть даже и нет дуалистического мышления,тогда почему же присущая всем махамудра не рождается в чувствующих существах без всякого усилия? Если бы это была действительная медитация махамудры, не могло бы существовать областей заблуждения или отклонения. Там, где они присутствуют, на может быть махамудры.
Этот комментарий был сделан исключительно чтобы покритиковать нашу систему. Каково объяснение ему? Благодаря вышеупомянутым изречениям Майтрипы и другим, таким как "самораскрывающаяся мысль представляет собой великое осознавание", было доказано, что на уровне постижения постоянной природы мыслей, они спонтанно становятся махамудрой. Данная система не допускает в качестве махамудры возникающее ментальное познание, что подразумевает отказ от общих медитационных заблуждений. Поэтому, такая критика неспраедлива. Если бы не могли удалить [врождённые] осквернения в отсутствии всех дуалистических мыслей, высказывания цитируемые ниже были бы неправильными. Сутраламкара утверждает:
Не переставая согласовывать опираясь на власть неразличающего осознавания, разумные медитаторы уничтожают густой лес осквернений, так же как сильное лекарство выводит яд из организма.
Бодхичарьяватара объявляет:
Пустота – это мера протводействия непроглядному туману знания и эмоциональности. Тот, кто думает скоро обрести просветление, должен медитировать на пустоте.
Подтекст критики подразумевает, что те, кто медитируют на неразличении, были бы способны устранить внутренние недостатки, и что чувствующие существа оставались бы свободны от какого бы то ни было дуалистического различения, что было бы нелепо. Заявляя, что никакие заблуждения или отклонения не имеют место в медитации на махамудре, критик отрекается от своего собственного заявления:
Большинство невежественных людей медитация на махамудре могла бы привести к перерождению в мире животных.
И опять критик объявляет, что никакие заблуждения или отклонения не встречаются в медитации на махамудре. Если на то пошло, так невероятно, чтобы имело место какое-либо отклонение и на разных этапах пути к просветлению. Такая позиция навлекла бы на себя серьёзное опровержение со стороны [Буддистской] логики и учений.

Удаление трёх отклонений.

Эта часть иеет три подраздела:
1 Частные опыты, как возможная почва для заблуждений. 2 Как заблуждения превращаются в отклонения. 3 Методы предупреждения появления отклонений.

Частные опыты, как возможная почва для заблуждений.

Сказано, что вероятность отклонения содержится в переживании множества изумляющих ощущений. Такое может случиться только с немногими энергичными медитаторами. Когда, в результате непрерывного медитирования без малейшего ослабления контроля над привычными удовольствиями, медитатор побеждает угрюмость, достигает ясного осознавания, и когда, в частности, он переживает разнообразные возвышенные ощущения, возникает длящаяся гармония и лёгкое владение центральной нервной системой и животворными энергиями. Тогда, среди возможностей для отклонения остаются видения форм, внутреннее чувство звука, запаха и прочих отчётливых чувственных восприятий, и всевозможные мысли, кои текут словно волны прилива и отлива. Считается, что многие из последних являются манифестацией загрязнённого

психического отпечатка и кармической силы. Однако те, кто чередуют медитацию с обычной деятельностью, за исключением нескольких внутренних переживаний, этого не испытывают. Согласно нашей медитационной системе существуют три типа возвышенных ощущений [происходящих из медитационного погружения]: блаженство, ясность и неразличение. Первое может состоять из чистого блаженства, которое пропитывает тело, блаженства, кое происходит в результате чувства осязания, или блаженства, кое принуждает забыть о теле, а также различии между днём и ночью. Оно включает успокоение, счастье и чувство веселья. Второе внутреннее ощущение составляет ясность ума, которое подобно кристаллу отражает разнообразие внутренних ощущений и подобно сверкающему свету. Ясность ума возникает настолько ярко, как сверкающий свет, что даже в темноте ночи вещи вдали и вблизи кажутся видимыми. Помимо этого, сила ясности состоит из сверхпознания, кое читает в мыслях людей. Третье внутреннее ощущение происходит из погружения в неразличающее состояние. Некоторые учат рассматривать видение "пустого образа", возникающего благодаря психическому потенциалу медитатора, как возвышенное чувство пустотности. Я предпочитаю трактовать его как относящиеся к чувству ясности. Третье ощущение будет состоять из познания всех статических и подвижных феноменов как внутренне пустых, лишённых помрачённого восприятия чувств, и разновидности помутнения, вроде дымки. Кроме того, медитатор будет воспринимать двойственные явления себя и других как манифестации пустоты, и воспринимать то, как окончательно ослабевают мысли во всепронизывающей пустоте, подобной чистому пространству. Как будет видно в отрывке, цитируемом ниже, некоторые учителя приписывают внутренним ощущениям, возникающим посредством тела, речи и ума медитатора, пророческие знаки того, что близится реализация постоянной природы ума, вызванная благословением трёх незыблемых источников [триваджра].

Когда познают первый проблеск постоянной природы ума, видят сны со смыслом и получают возвышенные ощущения. Мастера трёх верховных неделимых источников олицетворяют собой эту глубинную, постоянную действительность, являющеюся властелином всех феноменов. Благословения неделимых тел [ваджракая] пробудят в медитаторе телодвижения трепета, дрожи, волнения, прыжков и бега. Благословение неделимой речи вызовит выход разнообразных вокальных выражений разговора, смеха, плача и стенания. Благословение неделимого ума приведёт к реализации совершенного погружения и сверхпознания.

Не смотря на большое количество похожих упоминаний, такие чувственные переживания случаются только у немногих – но не у всех – медитаторов, как результат контроля за животворными силами, и гармоничного взаимодействия центральной нервной системы и творящими энергиями с ментальным состоянием. Наш Медитационный Орден рассматривает их как переживания, представляющие собой три следующих чувства: возвышенное ощущение ментального успокоения, объединённого успокоения и постижения, и внутренней реализации. В соответствии с Дже Гампопой "опыт ментального успокоения" означает "блаженство исходящих чувств", кое влечёт за собой создание совершенного благополучия тела и ума прямо в результате контроллирования и направления животворных энергий по каналам в вагус центральной нервной системы. "Ощущение ясности" означает переживание этого блаженного состояния. "Неразличение" значит уход в глубокое погружение неразличающего состояния, чему способствует "память" [т.е. исконное осознавание]. Гампопа поясняет:

Пять внутренних знаков260 каналирования животворной энергии в вагус и восемь благотворных исходов261 произойдут в результате объединённой медитации успокоения и постижения, но без сомнения не благодаря краткосрочному фокусу установленному на трудно уловимом образе.

Возвышенные ощущения не могут не возникнуть, раз пробудилась чёткая реализация. Реализация состоит из восприятия присущего осознаванию состояния, о котором гуру возвещает в инициационном ритуале восклицая: "Вот оно!" – так что инициируемый получает чувство тождества, как если бы он знал его сам с самого начала. Что касается "возвышенного ощущения блаженства", – это поднятое состояние великого блаженства, запредельного вытекающим чувствам. "Ясность" относится к ясному осознаванию, кое могло бы показаться ясным светом, проникающим тело, или спонтанной трансформацией того, что до настоящего времени было концепцией или подцвеченной ясностью, в естественную ясность. "Неразличение" относится к такого рода [ясному блаженному]

состоянию, в коем нет и тени крохотной мысли, причём такое состояние возникает вне двойственности возвышенного ощущения и ментального опыта.

Как заблуждения превращаются в отклонения.

Когда медитатор стремится воссоздать внутренние ощущения блаженства, ясности и неразличения – или совместно или по раздельности – вследствие его страстного желания их и испуга при их отсутствии, происходит отклонение от присущей вещам природы. Причина, по которой эти ощущения часто становятся препятствием к истинной реализации заключается в том, что обыкновенно какой-либо направленный ментальный фокус становится задержкой освобождения. В частности, прилипание к ощущениям блаженства, ясности и неразличения, как к высочайшим уровням приводит к перерождению в верхних мирах, [которые всё же ещё сансара], тогда как небрежение отрицательными ментальными состояниями, как низшими, приводит к перерождению в нижних мирах. Словом, любое стремление, привязанность и направленный ментальный фокус считаются отклонениями от благородного пути. Сараха иллюстрирует это:
Направление ментального фокуса на какой-либо образ задерживает освобождение; цепляние к этиим образам как к высшему опыту втягивает в суматошную сферу существования; небрежение низшими переживаниями, как таковыми, становится причиной бесконечного страдания262.
И опять он говорит:
О, не стремись ни к каким чувственным удовольствиям, ведь это великое недомогание исказит состояние высочайшего блаженства. Устремляясь к предмету привязанности, ты можешь поразить незапятнанный ум оружием желания.
Наконец, он советует:
Если ты взлееешь то, что даёт удовольствие твоему сердцу, задумавшись об их очаровывающей особенности, ты почувствуешь боль, пусть даже и такую малую как шелуха семени сезама.
Согласно Вирупе:
Отклонение от пути возникает, когда интеллектуализируют постоянную природу ума, когда стремятся к высоким ощущениям, и когда медитируют на концептуальном образе действительности.
Что касается того, как отдельное внутреннее ощущение может привести медитатора к отклонению от медитативного курса, то [желание] блаженства втягивает медитатора на плоскость желания, [желание] ясности побуждает отклониться от пути и приводит на план высокой формы, а [стремление к] неразличению заводит на плоскость бесформенности. Таким образом они не годятся в качестве причин для просветления. После исчерпания чувственных удовольствий на любом из высших планов, являющих собой лишь временную свободу от страданий нижних миров, медитатор отправится в три нижних мира и будет там скитаться бесконечно долго. Дже Гампопа разъясняет так три зоны отклонения:
Стремиться ощутить блаженство, пронизывающее тело и ум, и рассматривать такое ощущение как высшее переживание значит нестись по течению к перерождению на плане желания. Такой медитатор, после смерти, переродится на этом плане [где он будет предаваться чувственным наслаждениям] и будет бесконечно долго скитаться по трём нижним мирам. Стремиться ощутить ясность, кою медитатор обретает, когда убраны тупость или угрюмость, и рассматривать это ощущение как высочайший опыт значит вступать на плоскость высшей формы. После того как ты некоторое время там предавался удовольствиям, ты с лёгкостью низвергаешься в нижние миры. Стремиться к успокоению ума, где не бушует шквал мыслей, и рассматривать такое ощущение, как высочайшее переживание, приводит на план бесформенности. Если медитатор умирает в ходе этой медитации, он переродится на этом плане. После того, как его наслаждение безмолвием закончилось, он начинает бродить бесконечно долгое время по трём нижним мирам.
Дже Пхагмо Трупа сообщает:
Практикуя живые наставления полученные от гуру, переживаешь блаженство, пропитывающее тело и ум. Но стремясь к этому переживанию, скатывашься на план

желания. Ясность [ума], как чистое небо; он сияет, как восходящая луна. Его свечение воспринимается и внутри и снаружи, открываешь ли закрываешь ли глаза. Если стремиться к этому опыту из одного желания, то спустишься на план высшей формы. Наблюдая себя внешне и внутренне, воспримешь, что в уме нет и крохотной мысли. Когда рассматриваешь это состояние как дхармакаю и удерживаешь его с надеждой и страхом, тебя постепенно сносит [с пути] на план бесформенность.

Дже Лингрепа замечает:

Некоторые великие отшельники, ведущие себя как простодушные дети, желают видений и ощущений подобных радуге. Они не понимают, что это отклонение.

Дже Барава объясняет:

Отклонения от медитации махамудры бывают: в случае, когда медитатор устанавливает ум в равновесном погружении и мыслит его беспредельным, как космическое пространство, он смещается к "пространственноподобному, бесконечному сознанию". Когда он помыслит, что сознание бесконечно, он смещается к "бесконечному сознанию". Когда он мыслит феномены как ничто, он смещается к "ничтовости". Когда он не мыслит феномены ни как реальность и не как нереальность, он смещается к "не восприятию ни реальности ни нереальности".

[Четыре состояния концентрации]

Когда медитатор анализирует состояние погружения, состоящее из радости и блаженства, происходящих вследствие сосредоточенной концентрации, он скатывается на первый уровень созерцания. Когда он медитирует с сосредоточенным умом на радости и блаженстве, он скатывается на второй уровень. Когда он медитирует с сосредоточенными вниманием и бдительностью на неразличающей безмятежности и блаженстве, он скатывается на третий уровень. Когда он медитирует с сосредоточенным умом на совершенной гладкости совершенного внимания, одновременно выходя за границы блаженства и боли, он достигает четвёртого уровня.

[Глубокое погружение архатов]

Когда медитатор погружён в приблизительное неразличение, то подавляя внимание и шесть способностей чувств, он увлекается по направлению к "глубокому непознающиму погружению". Когда медитатор погружается в бессознательную косность, лишённую внимательности, он скатывается к нейтральному состоянию. Когда медитатор сохраняет простое неразличение, состояние оцепенения, угрюмости или запутанности, он скатывается на уровень животных.

Дже Пхагмо Трупа добавляет:

Медитируя без привязанности на трёх внутренних ощущениях, блаженстве, ясности и неразличении, можно достичь уровня архатов [пробуждённых слушателей] и пратьекабудд [одиночных будд].

Дже Янггонпа подводит этому итог следующим образом:

Привязываясь к блаженству, цепляясь за ясность, и обдумывая неразличение, страстно желая их, сползаешь к трём планам существования. И даже если не подвержен желанию и прилипанию, медитация, в коей нет постижения внутреннего лика постоянной реальности, может снести медитатора на уровни архатов и пратьекабудд.

С другой стороны, Дже Гампопа считает, что возможно свернуть на уровень Хинаяны, или вследствие интеллектуализации пустотности, или из-за отсутствия сострадания и любви263. Однако сказано, что для того чтобы достичь уровня пробуждённых слушателей и единичных будд, надо полностью удалить ментальные загрязнения и добиться и совершенного успокоения и потустороннего постижения, кое воспринимает несамостоятельность личности. Я считаю в данном случае соображение, что уровней пробуждённых слушателей и отдельных будд достигают путём бесстрастного поддержания погружения смешанного с блаженством, ясностью и неразличением, непригодным, поскольку ими представлено лишь обыкновенное созерцание на мирском уровне. Тогда, как насчёт заявления Дже Гампопы о том, что [погружение на] не вполне определённой видимости несёт риск превращения его в "непознавательное" погружение?

В своём публичном выступлении озаглавленном Тсокчо Таши Пхунтсок, Гампопа говорит:

Гуру, который обрёл зрение дхармы [совершенное знание] и который осознал пустотность, должен помочь медитатору добиться чёткого понимания постоянной природы, непроисхождения трёх опытов – блаженства, ясности и неразличения. Если последний не может воспринять это с осознаванием несомненности, его медитация

превратится в то, что изображается как медитация сфокусированная на нераспознанной видимости. Она идентична глубокому нераспознающему погружению. Такой способ медитации на общем пути делает судьбу медитатора неопределённой.
Касательно этого, Абхидхармакоша поясняет:
[Всякому сознанию] постоянно мешает обнаружиться неразделяющее погружение, как противоположное совсем иному непознавательному погружению.
Автокомментарий на данный текст так разъясняет это:
Нераспознающее погружение надолго исключает возникновение любой формы сознания и отличается от другого умиротворённого погружения. Оно умиротворяет сознание посредством размежевания с различением, ибо это состояние нельзя осуществить в аналитическом процессе.
Как было объяснено, это – непознающее состояние, кое ввиду отсутствия подобающих условий не даёт возникнуть какому бы то ни было сенсорному потоку [на мирском уровне] и также никаким сверхпознаниям [на надмирском уровне]. Посему оно отлично от погружения с распознаванием. Относительно последствий [такого рода медитации] в очередной жизни медитатора, Бодхичарьяватара сообщает:
Поскольку в погружении нет осознавания пустотности, сознание всплывет опять. Оно вроде непознающего погружения.
Не имеет значения, как мирской ум медитирует на погружении, он не может разрушить врождённое представление о "я". Следовательно, ум насквозь взболамучен загрязнением. Он сродни погружению практикуемуму Удракой. Медитатор "без сознания" переродится в качестве непознающего небесного существа с полной остановкой познавательных функций. Что касается "бессознательного однообразия", то оно актуализируется в четвёртом созерцательном состоянии, где сознание пребывает в бездействии как в смысле общих так и особенных ментальных функций. Такой медитатор неверно истолковывает, что это состояние и есть освобождение. "Непознавательное погружение" приключается, когда познание и непознание меняются ролями. Оно имеет место, когда медитатор, жадно стремящийся к успокоения для того чтобы усмирить познавательные способности и ощущения, начинает практику непознающего погружения с упорной решительностью. Причина, почему эти ступени погружения представляют собой отклонения, заключается в том, что в них отсутствует осознавание бессамостности. Поэтому они никак не могут умиротворить какое бы то ни было прилипание к себе, корень круговорота существования. Следовательно, эти люди будут продолжать и далее создавать карму и загрязнение, которые, в свою очередь, будут откидывать их в водоворот существования. Дхармакирти разъясняет:
Когда воспринимается "я", возникает понятие других. Из раздвоения на себя и других проистекает привязанность и злобность. Все огорчения происходят в результате этого затруднения.
Вот причина, почему медитатору, который медитирует как мистик Удрака, не удастся обрести освобождение от сансары, пусть он даже и достигает высочайшего мирского сознания. Погружение с распознаванием называется непознавательным погружением, свободным от любых вытекающих чувств. Это высшая точка достигаемая в ходе концентрации на смысле четырёх благородных истин установленных благодаря различающей мудрости на пути без препятствий264. Некоторые не достаточно осведомлённые люди не знали многого о концепции, относящейся к непознавательному погружению пробуждённых слушателей. Неправильно поняв предупреждение о том, что медитация на такой не распознанной видимости содержит риск скатиться к этому состоянию, они сделали множество оговорок, большая часть коих – просто выражение в словах их собственного невежества. Даже некоторые известные схоласты замечали "как бы не скатиться к непознавательному погружению слушателей". Этот комментарий с тех пор повторялся подобно распространяющейся молве о чудище265. Сумевшие добиться непознавательного погружения пробуждённых слушателей, были теми, кто невозвращается и победителями внутренних врагов. Данный критик266, по-видимому, не знал, что для того чтобы обрести такое глубокое погружение, необходимо сперва добиться запредельного постижения бессамостности личности. Поняв это, он был бы пристыжён своей критикой, коя говорила, что для невежественных умов медитировать на махамудре значит создавать причину своего перерождения в животном мире. Дордже

Шерап, который следует системе одного мышления267 ордена Дрикхунг Кагъюпа, сообщает:
Те, кто не превращают блаженство в вожделение, достигнут плана желания. Кто не превращает ясность в прилипание, достигнет плана высшей формы, а те, кто не превращает неразличение в текущее различение, достигнут плана бесформенности.
Весьма вредным было предположение, что медитаторы должны превращать внутренние ощущения блаженства в вожделение, ясности – в цепляние, и неразличения – в различение. В состоянии неразличения, без чёткого понимания непроисходящести, медитатор вынужден липнуть к пустотности и тем самым смещаться к абсолютному нигилизму. Постепенно он может опуститься в нижний мир. Я рассказывал в прежнем разделе о том, как избежать медитативного отклонения, о причине, почему бесстрастный ум, составляющие блаженства, ясность и неразличение и прочие промежуточные ментальные состояния могут стать ментальным отклонением. Дже Гампопа продолжает говорить далее о некоторых существенных моментах:
Знание пустоты двойственности может быть свободным от привязанности, но в нем отсутствует осознавание постоянной природы ума. Медитация не обособленая от дуальности может вызывать внутренние ощущения, и тем не менее в ней нет осознавания постоянной природы ума. Взгляд без осознания может превосходить любые виды концепций, и всё же он остаётся пока ещё актом интеллекта. Великий мистик, который не уничтожил привязанность, будет творить причину своего циклического существования. Не важно насколько хорошо его медитативное погружение, приверженец дхармы, у коего отсутствует сострадание, свернёт на путь слушателей.

Методы предупреждения появления отклонений.

Факторы, которые похоже более всего обращают возвышенные ощущения блаженства, ясности и неразличения в отклонения, происходят в результате (1) отсутствия у медитатора осознавания, что ощущения, в действительности, непроисходящи [т.е. пусты], лишены всякого абсолютного возникновения и прекращения, и из-за (2) его неверного представления о них, как о реальных, и схватывания их субстанции. Они только кажутся реальными, будучи просто проявлением его психических отпечатков, задействованых прямым объединением в одно целое центральной нервной системы с созидательным флюидом и животворной энергией. Однако не возможны ни какие отклонения, если медитатор поддерживает отчётливое внимание несомненности непроисхождения по отношению к этим внутренним ощущениям, причём не схватывая их как субстанции. Дже Гампопа настаивает:
Осознавай непроисходящесть [пустоту] блаженства, ясности и неразличения. Не осознавать их непроисходящесть [пустоту] называется "нераспознаванием видимости".
Далее, малое цепляние к этим возвышенным ощущениям принуждает медитатора отклониться от медитации [на мирском уровне] трёх планов, четырёх состояний концентрации, и четырёх высших чувственных способностей268. Отклонение от медитации на непознавательном погружении [на сверхмирском уровне] бесстрастных слушателей случается из-за [неподабающего] исследования пустоты. Никакое подобное отклонение не возможно, когда ум приведён к своей присущей природе в отсутствии прилипания. Отклонения обычно вызываются или из-за сильного желания или из-за прилипания. Поэтому медитаторам сперва надо отстраниться от желания и цепляния, а потом следует накрепко установить ум в естественном состоянии. Они должны дать уму спокойно расслабиться, в то же время не искажая его через принятие или отказ, ведь удержание ума в неизменном виде обозначается как медитация. Прадиподдьотана так иллюстрирует это:
Приведение ума в неизменности в ровное состояние называется медитацией.
Когда интересуются, не являются ли внутренние ощущения блаженства, ясности и неразличения существенно необходимыми, ведь сокровенная уверенность в непроисхождении [постоянной природе ума], как кажется, адекватно отвечает потребностям медитаторов, то это совсем не так. Дже Гампопа делает следующее наблюдение:

Медитативное состояние, кое осознаёт присущую уму непроисходящую природу, но в коем нет блаженства, ясности и неразличения сродни состоянию так описываемому гуру Миларепой: "Оно является лишь [частичным осознаванием], но не действительным [полным осознаванием]. Первое – как ствол дерева, но не плод; оно – свойство [ума], но не неразличение."

Атиша говорит о необходимости как возвышенных ощущений, так и реализаций:

У кого нет побуждения спастись от жестокой сансары и испытать возвышенные ощущения, тот, не может воспринять чистое состояние своего ума. Его практика будет похожа на пчёл, ищущих [нектар] [несуществующих] в пространстве цветов.

Как следует смотреть на это? Придерживаясь того, что определяется как "взгляд основанный на понимании", медитатор должен обрести непосредственное осознание сущности ума и природы, причём не только как лишённых всякой субстанции, но и как чего-то невыразимого и не поддающегося определению. Вместе с тем ему не следует довольствоваться исключительно интеллектуальным охватом присущей уму природы, как свободной от любых разновидностей существования, или как концептуальной простоты. Медитация на воспринимаемом видении, обогощённая опытом, означает, что он должен иметь ясное осознавание значения подобного рода охвата, нежели считать его интеллектуальным упражнением. Дже Гампопа настаивает:

В начале, практикуй чтобы добиться яркого осознавания и нерассеиваемого состояния. Совсем не отвлекайся от присущей уму природы. Когда овладеешь этим, ты обретёшь осознавание несомненности.

Далее он объясняет:

Ясность осознавания означает возвышенное ощущение. Не отвлекаться от этой ясности означает устойчивость. Наблюдение её посредством мудрости, как лишённой внутренней сущности, есть реализация.

Всё это описывается как самораскрывающиеся реализации или проявления присущего состояния и как безупречная медитация на нерасторжимом союзе возвышенного ощущения и реализации. Дже Гампопа описывает:

Что такое медитация наделённая внутренним ощущением? Это – выражение присущего состояния, нерождённый опыт совозникающей уму природы сокровенной чистоты, нерождённый опыт махамудры. Что каждое из обозначений показывает? Они говорят о присущей уму природе. Тогда что такое присущая уму природа? Присущая уму природа – не сущее, ибо она не содержит никакой идентифицируемой сущности, даже на мельчайшую кроху сотой доли волоска. Тем не менее ум не является абсолютно несуществующим, поскольку он может выражаться или быть осознан. В самом деле, он должен и будет пробуждён в каждом как неопределяемый союз ясности и пустоты, который как таковой проявляется не переставая. Подобный опыт можно описать как медитация, наделенная переживанием, одновременное зарождение опыта и реализации.

В этой связи некоторые учителя сделали следуещее наблюдение:

Блаженство, ясность и неразличение суть три ощущения, в коих проявляются отклонения. Блаженство, ясность и неразличение составляют вершину всех медитаций.

Первое подразумевает сильное стремление и прилипание к внутренним ощущениям в медитации, в то время как последнее подразумевает переживание действительной реализации. Некоторые сделали следующее замечание:

Если простое удаление трёх отклонений представляет собой медитацию махамудры, тогда она, в действительности, – непознавательное погружение на пути архатов.

Это замечание явилось результатом желания покритиковать медитацию махамудры. Простой уход из трёх областей отклонения никогда не рассматривался в качестве истинной медитации махамудры. Такой уход, однако, является необходимым условием данной практики. "Три области отклонения" означают три плана существования. Поскольку бывают и другие медитации, в коих не скатываешься к этим трём областям, вовсе не стоит особенно выделять непознавательное погружение достигаемое архатами. Что касается тех архатов, которые обладали способностью входить в непознавательное погружение, то было их два типа: те, кои реализовали посредством тела [т.е. физического успокоения] состояние откуда не возвращаются269, похожее на нирвану, и те, кои достигли освобождения от двух врождённых помех270. Сохраняя тело [т.е., питая физический остаток] на планах желания и высшей формы соответственно, они не

уничтожали трёх медитационных отклонений. Другие учителя сделали следующий комментарий:
Надо познакомиться с пустотой но не следует актуализировать её. Так говорит потусторонняя мудрость. Медитируя лишь на одной пустоте, нельзя реализовать самой пустоты. Даже если бы осознали её, можно отклониться в сторону непознавательного погружения архатов.
Это не точно. Нельзя познакомиться с пустотностью без её осознания. Заявление о том, что эта идея содержится в потусторонней мудрости, оказывается обманом. Медитировать на "верховной пустотности всех форм" не означает ложную медитацию на простой пустоте. Эти две ошибки бьют рикошетом по точке зрения [критика] относительно тотальной пустотности установленной посредством логики сведения к абсурду. Такая пустота установленная через критический анализ описывается в Джнянасиддхи из Калачакры как пустота мыслимая как абсолютное ничто. Как таковая она должна быть отринута.

Методы устранения преград к медитации.

Этот предмет будет рассмотрен с двух точек зрения:
1 Устранение помех, препятствующих общему погружению. 2 Устранение прочих внешних или внутренних препятствий.

Устранение помех, препятствующих общему погружению.

В общем, к какому бы медитационному погружению не стремились, должно быть такое, кое объединяет в себе два качества. Удерживаемый ментальный образ должен быть очень ясным, ни чуть не тусклым, и он должен сохраняться твёрдо и без рассеяния. Нарушение ясности происходит от тупости, в то время как преградой к нерассеянию является поток мыслей. Тупость и поток мыслей, следовательно, составляют корень всевозможных препятствий медитационному погружению. Тупость включает другие аспекты, такие как оцепенение, безразличие и сонливость. Разные аспекты потока мыслей – негодование, скептицизм, желание, тоска и злоба. Поскольку эти ментальные условия задерживают прогресс медитации начинающего, их необходимо убрать. Я объяснил методы распознования их и применения контрмер в главе об общем успокоении и постижении. Медитатор, который воспринимает присущую всем вещам природу, поймёт не только истинную природу тупости и потока мыслей, но и превратит их в медитацию. Преподобный Миларепа разъясняет:
Не удаляй тупость и поток мыслей, дай им стать медитационным состоянием. Убирать дефекты вроде оцепенения, тупости и потка мыслей всё равно, что зажигать лампу в ясный день.
Дже Гампопа призывает:
Следи за всякой возникающей тупостью или потоком мыслей!

Устранение иных внешних или внутренних помех.

Вайрочанабхисамбодхи перечисляет:
Два вида помех [для медитации] суть внешние и внутренние.
Далее в тексте советуется:
Знай внутренние помехи: простуда, астма, инфлюэнца, холера, гастрит, осложнённые высоким жаром, неврозом, гонореей и пр. Внешние помехи могут приходить от людей или нелюдей. Эти помехи осознаванию терзают как заноза; проявляясь в разннобразных видах, они подрывают мир медитаторов, впрочем медитаторы могут уничтожить их, сохраняя внутреннее спокойствие в непреклонном стремлении.
Причиной внешних помех могут явиться родственники или близкие, принуждающие медитатора к материалистическому взгляду на жизнь, или в насильственной форме – враги или грабители. Вероятно он уступит им и легко поддастся этим преградам. Из помех,

исходящих от нелюдского источника, сюда относятся невидимые препятствующие силы, вредоносные или голодные духи, кои ищут как бы подорвать медитацию своими сверхъестественными деяниями, и ещё силы в форме утомления из-за обезьян или иных диких животных. Внутренние помехи могут возникать вследствие дисгармонии четырёх первичных элементов или из-за всей психофизической конституции в форме болезней таких как неврозы, желтуха или чахотка. [Другие] внутренние помехи могут приходить в форме неуправляемых мыслей, представляющих собой каждое из пяти ментальных загрязнений, или в виде неумеренного увлечения любыми из восьми мирских первоначал после неудачной попытки очистить взгляд и медитацию по ходу реализации. Эти преграды следует воспринять и затем уничтожить. Согласно святому-схоласту Чегомпе, "сила, коя мешает вызывая депрессию," приводит ум в состояние апатии, портя его ясность; "сила, коя мешает используя речь," делает медитатора чересчур болтливым настолько, что он перестаёт следить за внутренним обязательством молчать о своих собственных переживаниях; "сила, коя препятствует через беспокойный ум," делает ум слишком энергичным, неспособным уняться в спокойном состоянии; "сила, коя препятствует через физическое беспокойство" делает медитатора слишком активным и стремящимся по быстрее выбраться из уединения. Медитатор должен уметь справиться с каждой преградой, визуализируя своего гуру сидящимм над макушкой, в горле, или в сердце соответственно, и обращаясь к нему с чувством, с просьбой очиститься. Таким образом он достигнет умиротворения. Вкратце, коль скоро осуществлённые духовные заслуги и простая психическая сила затрудняют совершенствование видения медитатора и мидетации, они задержат наступление реализации высочайшей цели. Эти проблемы надо лечить прибегнув к духовным контрмерам и к методам поднятия практики на уровень духовного пути. На этом завершается раздел, посвящённый методам удаления медитационных отклонений.

ГЛАВА ВОСЬМАЯ:

Закрепление опыта через медитацию: Как определить ум в качестве непроисходящей [пустоты] и улучшить медитацию.

Это будет рассмотрено двумя способами:
1 Определение ума как пространственного, открытого и непроисходящего. 2 Совершенствование действенности [осознавания] посредством возвышения пути.

Определение ума как пространственного, открытого и непроисходящего.

Этот раздел следует объяснять по пяти пунктам:
1 Эпитет, значение и время определения ума. 2 Определение постоянной природы ума. 3 Слежение за внутренней гранью ума как базисом определения. 4 Осознавание непроисходящей открытости ума. 5 Пребывание в состоянии определённого осознавания в течение всего дня и ночи.

Эпитет, значение и время определения ума.

Термин "лада" обозначает осознавание уверенности вне всяких сомнений, [кое достигается в процессе определения]. В данном случае он имеет смысл разрешения [в ходе аналитического определения] того, что присущая уму природа являет собой непроисхождение [пустоты], великую открытость, обособленную от любых концептуальных разновидностей абсолютного происхождения, прекращения или растворения, и которую не задевают три периода времени. Тилопа точно всё поясняет:
Наблюдай то, что было определено, без какой бы то ни было ментальной активности.
Сараха описывает его:
Подобающими средствами для созерцания не имеющей основания присущей уму реальности является получение живых наставлений от своего гуру.
Он добавляет:

Это изначально непроисходящая [пустота]. Сегодня реализация расцвела [во мне] благодаря объяснению моего великолепного гуру.
Шавари советует:
Находись в состоянии неразличения, непонятийности и первозданной чистоты в продолжение всех промежутков времени.
Тилопа заявляет:
Ум без направляемого фокуса есть махамудра.
Майтрипа резюмирует:
Все вещи внутренне одинаковы, словно пространство; отсюда обозначение махамудры.
Эти изречения демонстрируют [эпитет махамудры и её значение]. Что соответствует традиции данного Медитационного Ордена, который придерживается [первоначального] намерения несравненного Такпопы в том виде, как оно было раскрыто в его "развёртывании тайных наставлений". В последнее время приверженцами этой медитации были изложены разнообразные методы фокусировки на осознавании уверенности. Что касается удобного для поддержания осознавания уверенности времени, оно наступает, когда медитатор, убрав сильные ощущения блаженства, ясности и неразличения, добивается ясного осознавания вкупе с пустотностью, коя точь-в-точь как пространство и тянется в течение всего дня и ночи или по меньшей мере в продолжении целого дня. Либо оно наступает, когда медитатор познаёт с чётким вниманием каждую вытекающую мысль в её [неделимой] пустоте и ясности или пустоте и движении, и познает каждое явление шести чувств как соединение видимости и пустоты. Короче говоря, медитатор в совершенстве определяет [постоянную природу внешних и внутренних реальностей], когда испытывает зарождение определённого осознавания её вкупе с иллюзорным ощущением, воспринимая всякую мысль как союз ясности и пустоты, а каждое явление как союз кажимости и пустоты. Если медитатор начинает процесс определения преждевременно, у него не только не получится построить надёжного основания духовного опыта и не удастся обрести осознавание уверенности, но возможно также что он скатиться к простому схватыванию доктрины и тем самым станет выродившимся учеником дхармы, хвастливым и тщеславным. Потом его победят страсть и заблуждение. Даже если другие и воспринимают его как реализовавшигося человека, он останется тем же человеком, с обманчивой наружностью без содержания, вроде привлекательного, но брошенного дома. Так ему не удастся осознать истинной цели дхармы и он будет обманывать других. Если же медитатор слишком опоздал, чтобы начать процесс определения присущей мышлению и видимости природы, скорее всего он не достигнет знания о ней. Предуготовленные медитаторы реализуют внутреннее освобождение глядя на свой ум как на духовного проводника и смиряя его стремление и прилипание к возвышенным ощущениям и переживаниям. Но многие медитаторы могут быть снесены в сторону отклонения, характеризуемого выражением "великие медитаторы скованные томлением по переживаниям", вследствие их всевозрастающего цепляния к мысли о хорошем переживании. Дже Гъяре поясняет:
Многие медитаторы знают как медитировать, но лишь немногие знают как сбросить [ментальное прилипание].
В прцесс определения включены особые наставления. Коль скоро они применены в правильное время, они станут наиболее эффективным средством, следуя которому медитаторы мгновенно достигают освобождения. Они будут помогать другим медитаторам быстрее продвигаться с нижнего на верхние уровни четырёх йог махамудры. Сказано, что эти методы помогут и медитаторам с безразличным отношением или даже заблуждающимся умом осознать смысл медитации за несколько дней, что при других условиях потребовало бы многих лет практики.

Определение постоянной природы ума.

Предметом определения является непроисхождение [пустота] как постоянная природа экзистенциальных феноменов. Фактически, это уже ранее объяснялось на этапе определения сути или присущей уму природы. Я, однако, напомню кратко. Все феномены причастные сансаре и нирване – в сущности проявления ума. Сущность или природа ума лишены выделенной сущности; его нельзя помыслить как обладающего субстанцией или

несубстанцией, видимостью или пустотностью, реальностью или нереальностью. Он изолирован от всевозможных воспринимаемых признаков субъекта и объекта и не поддаётся никаким передвижениям, перенесениям или преобразованию, уходу или приходу. Поскольку он – непрестанный поток, на него не влияют три периода времени. Подобно пространству, он – безупречен и неизменен. Сараха поясняет:
Эта совозникающая уму природа не является ни субстанциональной ни несубстанциональной. Так Стрелок об этом всегда говорил.
Шавари подробно описывает:
Она – не движущаяся ни стоящая на месте, ни статичная ни динамичная, ни субстанция ни несубстанция, ни видимость ни пустота. Природа всех вещей, словно пространство, не тронута ни каким движением. Можно называть её "пространством", но она лишена какой-либо сущности и как таковая находится вне определений, вроде как реальная или нереальная, существующая или несуществующая, или каких-нибудь ещё. Потому не существует ни малейшей разницы между пространством, умом и внутренней реальностью. Только их обозначения отличаются, но все они недействительны и ложны.
Вирупа подтверждает:
Но по определению ум – пуст и непонятиен, что означает махамудру. Он изначально пуст, подобно пространству. Сущность ума нерождённая [пустота], она лишена всякой самостоятельной реальности. Вроде пространства, она всепроникающа. Ни перемещающаяся ни преобразующаяся, она всегда была пустой и бессамостной с самого начала.
Будучи таковой с самого начала, природа ума никогда не была обусловленна и не менялась. Подобно природе пространства она не поддаётся определению, пусть даже и пускались в обращение такие квалификационные термины, как "пустота" или "не пустота".
Вот почему Тилопа говорит:
Пространство обозначается как пустое, и всё же его точная природа не может быть выражена словами. Подобно этому хотя ум и обозначается сияюще ясным, его точная природа пуста, и не имеет почвы для определения. Тогда самоприрода ума есть и была с самого начала сродни самоприроде пространства.
В виду того природа ума и всё, что проявляется из него, изначально лишено какой бы то ни было самоприроды, всякого необусловленного происхождения, пребывания, или прекращения и не подвижно, не изменяемо, ум – не нечто приобретаемое посредством внимательности и утрачиваемое из-за рассеяния. Он, в самом деле, громадное протяжение и непроисходящая [пустота]. Шавари разъясняет:
Если бы ум был реален, все прочие феномены были бы реальными. Коль скоро ум нереален, кто может понять, что реальные вещи существуют? Ни ум, ни явления, ни исследователя нельзя обнаружить. Будучи нереальными, они нерождены и непрекращаются на протяжении всех трёх периодов времени. Присущая [уму] природа – неизменяемое, постоянное великое блаженство.
Он ещё говорит:
Первозданная чистота ума имеет природу пространства; нет ничего, что можно получить или оставить.

Наблюдение внутреннего лика ума как основы определения.

Будет объясняться двумя путями:
1 Наблюдение природы ума и явлений. 2 Природа медитации и медитатора.

Наблюдение природы ума и явлений.

Коль скоро это, в общем, путь благословения, медитатору следует усиливать свою веру и благоговение перед гуру, потому как продвижение вперёд в медитации особенно зависит от веры. Все сторонники нашего ордена согласны с этим. Дже Дрикхунгпа объясняет:
Вера в святого гуру – это средство улучшения медитации махамудры.
Далее он говорит:

Если солнце веры не касается заснеженных гор гуру, который олицетворяет собой четыре просветлённых аспекта271, то поток его благословения не заструится. Усиливай веру в своего гуру!

Сараха умоляет в Дохе Царицы:

Лишь святой гуру может привести к пониманию того, что в пустоте все разнообразные феномены суть одно и то же. Этот высочайший благородный – словно вода для лебедей. Превозноси его с глубоким почтением!

На данном этапе, прежде чем приступить к основной медитации, медитатор должен посвятить себя соответствующей подготовительной практике. Особенно ему надо практиковать гуру йогу, взращивая веру в своего гуру как в воплощение дхармакаи. Он должен обращаться к нему за благословениями, с тем чтобы смочь осознать все явления и существования как дхармакаю. Как говорилось ранее, когда медитатор начинает [основную] медитацию, он должен уничтожить всякое чёрное настроение и кристаллизовать сияние осознавания, сосредоточенно установив ум в равновесном погружении. Ему следует удерживать это нерассеиваемое осознавание в расслабленном состоянии, не управляя фокусом ума. Затем ему надо продуцировать едва заметную мысль, не связанную ни с приятным ни с болезненным, и наблюдать присущую этой мысли ясность. Такая [нейтральная] мысль затем должна быть заменена на безудержно радостную или мучительно страшную эмоцию. Ему надо внимательно рассмотреть всё это и тогда провести различие между присущей природой такой сильной мысли и природой – слабой. Коль скоро оно было определено, ему следует попытаться найти отличие природы данных разных мыслей от успокоенного состояния ума. Подобным же образом ему надо пронаблюдать каждую из восьми мирских мыслей – желание и прочие загрязнения. Временами он должен прекращать думать вовсе, иногда же он должен производить множество мыслей или же следить за единственным течением мысли. Он должен наблюдать их с намерением получить определённое осознавание ума и его проявлений. Таким же образом ему следует наблюдать каждое чувственное явление, включая сюда формы разнообразных размеров, фигур, и видов, а также звуки разных тембров, высот, октав и интонаций. В ходе таких наблюдений медитатор должен создавать и наблюдать различные явления каждой из форм, изменяя свою позу тела и способ рассмотрения, держа глаза иногда открытыми, временами закрытыми, иногда смотря в сторону то вправо, то влево. Медитатор должен наблюдать всякое чувственное явление в течение нескольких дней зараз, для того чтобы определить присущую ему природу, а затем проверить воспринимается ли хоть одно отличие между природой каждой мыслей и каждым чувственным явлением. Такое наблюдение и определение должно привести к тому, что медитатор обретёт абсолютную уверенность относительно того, что присущая всем мыслям природа представляет собой союз ясности и пустоты и что присущая всем явлениям природа представляет собой союз видимости и пустоты. Поскольку медитатор таким образом осознает спонтанную ясность всякой мысли или всякого чувственного явления, чья внутренняя сущность остаётся лишённой тождества, у него нет необходимости контролировать или подавлять её. Это уже объяснялось прежде в разделе о совозникающих уму мышлении и видимости. Теперь я процитирую блестящее высказывание Сарахи:

Согласовывай всё, что возникает перед тобой, с его фундаментальной природой пустоты.

Шавари учит:

Ганг и все иные реки текут в солённый океан, становясь одного вкуса. Ум и ментальные события покоятся в просторе внутренней реальности называемой один вкус. Пойми это!

Согласно Вирупе:

В точности как мираж – без воды, так и память и мышление – без реальности. Не связанные и не раскрепощённые, они нерасторжимы с их исконной чистотой.

Тилопа сообщает:

Подобно дымке и облакам, кои возникают в небе и кои не движутся к своей участи и нигде не останавливаются, так и разнообразные мысли, возникающие в уме, текут словно волны по реализованному состоянию.

Майтрипа делает наблюдение:

Преходящие мысли происходят из нерождённой [пустоты], и потому пребывают в просторе реальности.

И он добавляет:

Махамудра – это присущая уму природа, коя проявляется в разных восприятиях, и тем не менее она свободна от взаимодействия причин и условий.

Природа медитации и медитатора.

Предмет медитации в данном случае – это присущая уму природа. Медитатору не стоит довольствоваться простым интеллектуальным познанием и схватыванием того, что природа ума обособленна от необусловленного происхождения, пребывания, или прекращения и что, будучи лишённой распознаваемой сущности, она выходит по ту сторону измерения интеллекта. Вместо этого, он должен добиться осознавания несомненности относительно ощущений и переживаний через кои ум, настроенный на присущую ему чистоту непосредственно воспринимает [предельную реальность]. Для того чтобы осуществить это, медитатор сперва должен в расслабленной манере поддерживать нерассеиваемое осознавание, как он проделывал это в ранних медитациях. После того как он отчётливо фокусировался снова и снова на присущей медитационному субъекту природе, в отсутствии рассеяния или прилипания, медитатор должен переместить фокус на природу его сознания. Делая это, раз он воспринимает какие-либо дуальности, вроде двух протвоположностей или внешнего/внутреннего, то это значит, что медитатор всё ещё не уничтожил сомнения и предрассудки. Посему ему надо повторять процесс определения до тех пор пока он не реализует определённое осознавание. Короче говоря, медитатор должен добиться чёткого сознания нерасторжимого и нераздельного союза медитации и медитатора, кои должны быть на подобие эфемерной иллюзии. В то же самое время он должен быть уверен, что это чёткое сознание не является ничем иным как обозначением и что в действительности оно совершенно лишено всякой идентифицируемой сущности или сути. Это всё равно как сказать, что не существует ни какой реальности, даже величиной с крохотную частичку волоска. Раз такое состояние достигнуто, медитатор сменяет [предмет медитации]. Он теперь фокусируется на мыслях о трёх промежутках времени и размышляет о них с тем чтобы выяснить, существует ли какая-нибудь заметная разница между ними. Кроме этого, он изучает каждую временную фазу отдельно так чтобы проследить исход прошлой мысли, природу настоящей мысли и источник будущей мысли. Коль скоро он воспринимает эти мысли о трёх промежутках времени как объективные реальности происхождения, пребывания, или прекращения, он всё ещё не достиг определённой уверенности. Поэтому он должен продолжать медитацию до тех пор пока полностью не обретёт чувство уверенности, что эти мысли – лишь неразрывный поток, не только недифференцируемый на языке трёх временных фаз, но и подобный пространству – уникально чистому и открытому – во всех временах. Двойственность сознания должна быть исследована похожим образом: сперва то, что липнет к "я" или "себе", а потом то, что липнет к другим. Когда, в ходе их изучения, медитатор воспринимает двойственные явления, внешние и внутренние или две противоположные реальности, это показывает, что он не вычистил свои сомнения и предрассудки. Тогда ему следует продолжать наблюдать и исследовать, как прежде, до тех пор пока он не станет способен достичь сокровенной уверенности в том, что все эти двойственные восприятия – лишь манифестации ума и что ум сам с самого начала был свободен от субстанции, основания, или опоры и что он – это единый поток, самовозникающий и самораскрывающийся. Далее, медитатору следует добиться осознавания уверенности в том, что двойственные сознания себя и других, медитации и медитатора, и мыслей в трёх промежутках времени суть лишь различные названия или обозначения. Эти разные проявления не отделены от потока сознания, чья присущая природа лишена действительной сущности и чьё естественное состояние [чистоты и пустотности] не находится под влиянием ни преходящего заблуждения ни достигнутого освобождения. Присущая природа выходит по ту сторону хорошего и плохого, обретения и утери, объединения и разделения. Для того чтобы реализовать осознавание уверенности, медитатору надо фокусироваться в течение многих дней на всякой возникшей мысли или явлении, оставляя их находиться в естественном расслабленном виде, не вмешиваясь и не меняя, без какого бы то ни было утверждения относительно их, отказа от них, или прилипания к ним. Сараха поясняет:

Не претендуй на медитацию на внутренней реальности, коя лишена самоприроды. Когда разумеют медитацию и медитатора как дуальность, тогда оставляют дух просветления и тем самым обрекают себя на многие мучения.
Он далее разъясняет:
Ум, не имеющий самоприроды, должен освободиться от двойственности медитации и медитатора, ибо предельной свободой от упования и страха является неразрушимый ум [ваджрачитта].
Наконец, он говорит:
Ум в его грандиозном высочайшем блаженстве не раздвоен, ни на себя ни на других, ибо он воспринимает присущую реальность, коя переди, сзади и вокруг во всех десяти направлениях.
Шавари сообщает:
Для реализовавшегося ума двойственности медитации и медитатора не существует. Точно как пространство не может воспринять себя в качестве объекта, так и пустота не может медитировать на себе. В состоянии недвойственного осознавания разные восприятия смешиваются не замирая, как молоко и вода, в один аромат великого блаженства.
Вирупа соглашается:
Не существует никакого раздвоения медитации и медитатора в просторе присущей уму реальности, коя лишена тождества.
И он продолжает:
Отстраняясь от двойственности наблюдения и наблюдателя, ум достигает самоосвобождения от разделения; сокрушив таким образом [выдуманного] практикующего, ум освобождается от стремления и страстного желания; отбрасывая [заботу о] плоде внутреннего развития, медитатор лишается оков упования и страха; уничтожая [чувство] "себя" и "я", ум выходит победителем в битве с внутренними противниками; стряхивая цепляние к субстанции, медитатор обретает освобождение и от сансары и от нирваны.

Осознавание непроисходящей открытости ума.

Коль скоро медитатор добивается осознавания уверенности относительно объектов исследования упомянутых выше, он должен сбросить врождённое цепляние к субъекту медитации, облегчить свое внимание, отказаться от своего томления по переживанию, ослабить своё старание, оставить объект реализации, и сгладить направленность ума к самореализации. Короче говоря, такой [продвинутый] медитатор должен отказаться от всякого познания и представления о том, что такое это или то; ему надо совсем отказаться от своего желания медитировать, помнить, переживать, осознавать и т.п. Ему не следует даже и думать о том, чтобы связываться с какими-либо мыслями, но следует дать своему уму оставаться в нормальном, расслабленном состоянии, не вмешиваясь и не меняя его. Сделав так, медитатор должен позволить всякой мысли или явлению свободно течь, не отвергая, не изменяя, и не дробя её. Ему не надо следить ни за какими мыслями, и не стоит беспокоиться, порицать, или же исследовать в случае, если даже рассеян хоть на мгновение. Когда он вновь обрёл внимание, ему следует поддерживать обыкновенное осознавание в его неизменяемом состоянии, причём даже не думая о медитации, опыте или практике. В продолжение промежутков между медитативным погружением даже во время еды, или прогулки, медитатор должен насколько возможно сохранять неразличающее состояние, не познавая при этом сильных мыслей и не строя какие-либо проекты. За исключением небольших обращений и совершения подношений "тормы", ему следует не только уклоняться от всякой физической деятельности, но даже сторониться декламации текстов или выполнения иных форм религиозных упражнений. В затворе, медитатор должен спать держа ум в обыкновенном для него, неизмененном протяжении, свободном от всякого жгучего желания. Избегая таким образом всякой ментальной деятельности, ему надо оставаться, приятно проводя время, в течение многих дней. Он достигнет внутреннего раскрепощения от своей привязанности к хорошим переживаниям или же от цепляния к ощущению радости. Его отвращение к пагубным или ложным мыслям уберётся само. Какая бы простая мысль ни возникала, он будет познавать её как выражение пустоты, являющейся медитационным состоянием, лишённым

необусловленного происхождения или прекращения, неподверженным влиянию достижения или ослабления, приятия или неприятия. Не зависимо от того внимателен ли он или рассеян, в памяти или без памяти, переживает ли он или не переживает, осознаёт или не осознаёт, раз он познаёт все явления или существования, он должен суметь вызвать осознавание уверенности в том, что всякая мысль возникает, или растворяется сама по себе и является открытым, не имеющим опоры одиночным потоком, что всё – это медитационное состояние, и что медитация наполняет собой и длиться в течение всего [дня и ночи]. На данном этапе некоторые медитаторы могут очутиться в уме спокойной вялости272 вследствие чрезмерного напряжения контроля над ментальными функциями и мысленными потоками. Или же некоторые могут испытывать чувство тяжести, неудобства, или депрессии из-за смешения интроспекции ума и психосоматических энергий. В подобном случае данным медитаторам следует отдохнуть, расслабиться, используя подходящее средство восстановления сил, и дать мыслям течь свободно некоторое время. Однако, когда возникает безупречное переживание, его надлежит усваивать в течение нескольких дней. В этот период медитаторам надо время от времени выяснять есть ли такой ум и ментальное событие, кое не находится в медитационном состоянии. Раз они обнаруживают, что рассеянный или сонный ум не в медитации, им следует изучить сущностную или присущую каждому ментальному событию природу, с тем чтобы осознать его постоянную природу. Сараха объясняет это:

Всякий кто медитирует на самовозникающем, неразмышляющем осознавании, медитирует на самопроизвольном исполнении.

Он продолжает:

Непонятийный ум не ищут где-то в другом месте и не отыскивают его естественные достоинства иными путями кроме удаления неблагоприятных условий. Их нельзя раскрыть через тантры и шастры. Ум в отсутствие страстного желания и прилипания остаётся чистым от грязи существования.

И опять:

Сущностная природа ума свободна от хороших либо плохих качеств. Чтобы актуализировать её, не нужен процесс внутреннего развития, ибо ум-то, отказавшийся от таких процессов, и является громадным высшим блаженством.

Он так резюмирует это:

Тот, кто обратил свой ум в неразличающее состояние, достигнет высочайшего просветления.

И:

Когда ум прочно и неподвижно остаётся в своём естественном состоянии, произойдёт внутреннее освобождение от условий сансары.

И:

Никогда не отступишь от вида единственности, коль скоро понимаешь, что все эти действия суть продолжение ума – видение, слушание, касание и вспоминание, приём пищи и чувствование запаха, ходьба, прогулка и сидение, разговор и болтовня.

Далее следуют ещё некоторое другие просветлённые изречения. Первое – Шавари:

Тот, кто воспринимает реальности сансары и нирваны, признаёт, что они вовсе не содержат какой-либо самоприроды. Благодаря этому он устраняет упование и страх. Как сюда может затесаться стремление принимать или отвергать?

Так же он провозглашает:

Ах, нужно ли мистику, который уже реализовал чистое недвойственное состояние, принимать или отвергать что-нибудь? Я не воплотил и не отбросил никакие реальности; тебе, сын мой, не следует внушать кому бы то ни было поступать иначе.

Вирупа подробно объясняет это:

Для того, кто находится по ту сторону двойственности знания и знающего, не существует ни различения ни пристрасия; для того, кто достиг чистой равностности, нет двойственности разделения и объединения; тому, кто осознал это, не о чем спрашивать других; для того, кто воспринимает все разнообразные формы как дхармакаю, не существует мысли о приятии или отказе; у того, кто вышел за границы двойственности медитации и не медитации, нет порока ложного восприятия. Это [состояние] не зависит от чувственных явлений или не явлений; будучи отделенным от всевозможных понятийных образов, оно свободно от какой-либо озабоченности действием и действующим; оно не следует за желаниями, упованием или страхом.

И:
Где ум непричастен различению, там нет ни осквернения ни сомнения; где ум прямо воспринимает присущую реальность, там нет раздвоения знания и знающего.
И опять:
Актуализируй смысл того, что является чистой, предельной реальностью! Это лучшее средство дать осознаванию блаженствовать в естественном состоянии без какой бы то ни было озабоченности по поводу отказа или принятия, действия или остановки.
Тилопа говорит:
[Природа] ума ни изменяема ни неизменяема. Пойми, что она изначально чиста, и вне концепций.
И он объясняет:
Воздерживаясь от размышления или созерцания, изучения или анализа, медитации или совершенствования, также как и от упования и страха, ментальное прилипание к ним самопроизвольно успокоится, и ум сам настроится на исконную внутреннюю реальность.
И:
Сильное желание затемняет сияющую ясность ума; оно приводит к нарушению отличительных заповедей и священных обязательств. Когда ум не думает и не скован желанием, все возникающие мысли успокоятся сами, словно волны океана стихают сами собой. Когда ум не поддаётся своей обусловленной разновидности и не забывает значение непостижимой реальности, тем самым ум предохранится от несоблюдения священных обязательств, вроде того как свет предохраняет от нового наступления темноты. Тот, кто остерегается разнообразных внутренних желаний и крайних взглядов [на реальность], осознаёт доктрины воплощённые в три собрания писаний [трипитака].
Дже Гампопа поясняет:
Ни принимая ни отвергая, не разыскивая пути самореализации и не размышляя о результате, я умиротворил надежды и страхи. Осознав ошибочное обозначение реальности, я уничтожил внутреннее жульничество.
Он продолжает так:
С безначальных времён ум никогда не имел какого-либо действительного существования. Для того, кто реализовал осознавание посредством динамческих и устойчивых условий ума, все стремления и желания покажутся тщетной попыткой вырастить урожай в небе.
И:
Ум надо отпустить свободно без направления. Сохраняемое внимание должно быть отброшено в отсутствие объекта. Ум должен остаться в своём обыкновенном состоянии без медитации. Таким образом, в отсутствии контроля за ним, ум радостен и лёгок.
И далее:
Где внимание не подпитывается, нет опасения отвлечься; где нет разделения между погружением и постпогружением, там нет промежуточного состояния; где есть разные восприятия в протяжении реальности, там нет принятия или отказа; где есть ошибочное обозначение всего, присутствует осознавание ошибочности.
Гампопа заключает:
Для того, кто уже осознал нереальность ума, все космические явления и существования суть протяжение пустоты; для того, кто не придаёт значения различению, все [возникающие мысли] спонтанно раскрепощены; для того, кто стережётся внутренних желаний и привязанностей, все вещи остаются гармоничным единообразием; для того, кто осознал всё это, медитация – это непрерываемый поток.
Существует много похожих высказываний. Медитаторы могут почитать Кхаппа Нгончунг для дальнейшего разъяснения.

Пребывание в состоянии определённого осознавания на протяжении всего дня и ночи.

Медитатор должен продолжать всестороннюю медитацию, соединяя две стороны – погружение и постпогружение – в течение каждого дня, а позднее также и ночью. Методы для поддержания согласованной медитации уже объяснялись. На этапе определения, если медитатор перенапрягает своё постоянное внимание, существует вероятность того, что могут всплыть не только внутренние ощущения, но кроме того возникнуть страстное стремление и прилипание. Когда внимание восстановливается, медитатору следует

отказаться не только от своей привязанности к нему, но оставить также и просто мысль об отказе от него, и следует таким образом поддерживать совершенную медитацию. Медитация соединяет погружение и постпогружение без какого-либо напряжения или модуляции. Как в высказывании о том, что совершенная медитация покоится в совершенном расслаблении. Дже Шанг советует:

Когда медитируют на махамудре, то не размышляют делать так или этак, ибо она превосходит временные фазы первого и последнего. Расслабься пока освежаешь внимание!

Могут поинтересоваться, возможно ли поступая таким образом не захлебнуться в инертном безмолвии и утратить медитацию. Здесь нет такой опасности. Отпуская внимание, пока его освежают, оно само по себе становится нецепляющимся вниманием. Пребывание в неразличающем состоянии представляет собой совершенное внимание к точной природе ума. Гораздо лучше именно так контролировать внимание и чёткое внимание. Шавари разъясняет:

В дисциплине спокойной махамудры нет ничего на чём медитируют, даже атома. Не медитируй, ибо совершенная медитация должна оставаться нераздельной с состоянием немедитации.

Если, однако, медитатор вдруг потеряет сознание после погружения, ему следует восстановить его и обратить внимание на его постоянную реальность. Если сознание после погружения хорошо определено, оно может быть введено в объединённую медитацию погружения. Такого рода медитацию можно назвать всеохватывающей медитацией. Аналогично, медитатор распространяет полную ежедневную медитацию на ночь. Готовясь к ночному отдыху, ему следует оживить, поначалу с необходимым усилием, спокойное состояние, которое он достиг в ходе дневной добродетельной практики. Коль скоро он способен возвысить своё сознание до созерцательного состояния пока спит и видит сны, это стало бы для него совершенной практикой. Такое случается лишь с немногими медитаторами на данной стадии. Обыкновенно, когда они теряют активное сознание во время сна, то всё ещё могут познавать сон как иллюзию таким образом, что при просыпании, легко могут осознавать постоянную природу сна. Считается, что и этот тип практики подпадает под обозначение всеохватывающей медитации273. Дже Гампопа поясняет в своих Шюлен [Ответах на вопросы]:

[Вопрос:] Когда внимание отсутствует, сущностная природа ума не познаётся. Когда, однако, у внимания фокус на некоторой обыкновенной мысли, значит ли это, что предыдущие мысли стихли? Обязательно ли для внимания воспринимать все возникающие и исчезающие мысли или явления?

[Ответ:] Коль скоро внимание фокусируется на до сих пор непознаваемых обыкновенных мыслях, эти мысли стихнут сами. Вниманию необязательно удерживать все возникающие и исчезающие мысли. И всё же, раз медитатор может сохранять нерассеиваемое внимание, оно поможет ему получить сплав погружения и постпогружения. Даже если внимание не сфокусировано на всех мыслях, они не причинят вреда и не затуманят его ум и даже не остановят его практику. Сияющее осознавание неотъемлемо от его сна и сновидений. Стоит ему проснуться, медитатор вспоминает то, что прошло без касательства его внимания, но осознает, что оно не отличалось от собственно сияющего осознавания. Это непрерываемый поток [медитации].

Если медитатор чувствует недомогание из-за скачкообразного рассеяния внимания, это значит, что медитатор вывел поспешное заключение из своего определения присущей уму природы и также не реализовал как положено непрерываемый поток его постоянной реальности. Дже Гампопа объясняет:

Когда ум рассеян, возникает заблуждение; когда присутствует внимание, возникает сущностное состояние ума. Это на самом деле ложная двойственность. Такое перемежение утраты и обретения ускользает от моего понимания. Если бы такая двойственность была причастна медитации, то и приятие и отказ чего-то стоили, а удалять их было бы ошибкой.

Далее он объясняет:

Достижение посредством внимания, и заблуждение – из-за рассеяния суть создания ума. В действительности не существует ни достижения ни рассеяния.

Коль скоро имеет место пробуждение осознавания уверенности относительно объекта вывода, медитатор должен поддерживать определённое осознавание не затрагивая

визуализации и беспорядочных мыслей в течение пяти ночей кряду. За которыми должен идти дневной приятный отдых. Затем он возобновляет и проводит интенсивную практику вплоть до недели или десяти дней, всякий раз перемежая с отдыхом. Поняв постоянную природу ума медитатор стремиться укрепить своё определённое осознавание в течение всего дня. Когда это достигнуто, он распространяет его на ночь, до тех пор пока не сумеет в совершенстве связать дневную и ночную медитации. Цель определения ума состоит в гармоничном приведении его в его постоянную природу или к его "основанию существования" путём растворения всякого сильного желания и цепляния к дуальностям таким, как медитация и медитатор, переживание и переживающий, реализация и реализующий. Аналогично, всякое прилипание к пустотности должно также быть уничтожено. По истечении определённого количества дней медитатор с высоким или средним интеллектом осознает постоянную природу ума, незатемнённую никаким дуалистическим прилипанием. Нельзя с уверенностью говорить, что такая реализация может зародится в каждом человеке, поскольку она зависит от его владения медитацией. Если некоторым медитаторам не удаётся добиться такой реализации, им следует продлить медитацию на значительный период времени в соответствии с ранее изложенными методами поддержания погружения и постпогружения. Постепенно, путём отторжения ума снова и снова от врождённого прилипания к двойственности и пустотности, реализация мало помалу будет рассветать. В пробуждении совершенной реализации покоится квинтэссенция слов Будды – сутр, тантр и живых наставлений. Данная система потому гораздо более глубока и эффективна, нежели другие пути и линии передачи.

Совершенствование действенности [осознавания] посредством возвышения пути.

Объяснение будет даваться в трёх направлениях:
1 Идеальное время проведения практик. 2 Насущное значение данной практики в целом. 3 Шесть способов возвышения практик.

Идеальное время проведения практик.

Идеальное для медитатора время возвысить практику наступает, когда, в общем, он обрёл постижение присущей природы спонтанного совозникновения ума, и в частности, обрёл постижение спонтанного совозникновения мышления и видимости, а также, когда, благодаря внимательности, он познаёт сознание и видимость в качестве состояния после погружения. Без такого постижения сущностного тождества этих трёх видов спонтанного совозникновения нельзя поднять сознание, явившееся из непосредственных обстоятельств, на путь самотрансформации. Касательно времени, когда медитатор может взойти на благородный путь, оно наступает, когда, не думающему о своём осознавании медитатору, который заточил себя в обычную жизнь и которого всё ещё одолевают погоня и цепляние к материальным устремлениям этой жизни, мирские желания и ненависть, кажется сложным естественно возвести свой ум на стезю, из-за того, что он возбуждён влиянием обстоятельств. Либо это время, когда, продолжая наслаждаться миром и отдыхом, медитатор не может воспринять присущего всякой мысли тождества. Итак, пора поднять ум на стезю самотрансформации наступает, когда медитатору кажется сложным возвысить себя до пути, просто оставаясь внимательным в добродетельном погружении, или же когда его ум неконтроллируем вследствие нетерпения или возбуждения, вызванных упованием, страхом и т.п. С другой стороны, если медитатор в уединении переживает непрерываемое медитативное состояние, тогда для стабилизации практики необходимо испытывать [ум] в неблагоприятных обстоятельствах. Медитатор совершенствует процесс самотрансформации особенно когда ум возбуждён или страдает. И наоборот, если после достижения нерассеиваемого внимания в погружении и после погружения, он перестаёт поддерживать самопроизвольное течение постоянной природы ума и потом пытается очистить практику и медитировать с тем чтобы применить противоядия [от возбуждённого ума], тогда он совершает тот вид отклонения, о коем

упоминалось выше. О времени когда надо заниматься такого рода практикой самопреобразования говорится в Хеваджра-тантре:
Если медитатор достигает некоторой степени "внутреннего тепла" и хочет практиковать самопреобразование, ему следует делать это, лишь после такой реализации.
Следовательно, медитатор занимается этой практикой только после обретения "внутреннего тепла", как знака реализации. Наш Медитационный орден также считает, что практика самотрансформации должна предприниматься только в подходящее время. Бывает, что некоторые люди приступают к практике самотрансформации, когда переживают какое-либо из возвышенных ощущений, возникающих в результате медитации на успокоение, но без какой бы то ни было реализации постижения присущей уму природы. Другие принимаются практиковать даже и без такого большого медитационного опыта, как в первом случае, и занимаются тем что бродят близ распутий и диких местностей, куда сваливаются мёртвые тела. Мотивация таких "мистиков" чисто мирская, нацеленная на признание и матереальные выгоды. И некоторые люди, кои начинают с таким упорством и терпеливо переносят все тяготы практики, тем не менее вырождаются в самодовольных отступников. Такого рода подход к процессу самотрансформации никогда не приведёт к какому-либо продвижению вперёд. Он только показывает их невежество относительно постоянной природы ума и сущностной природы мыслей – первого как базиса, а последнего, как объекта самотрансформации. Цель такой практики совсем не в поднятии чувственных удовольствий к более высокому переживанию, но в достижении сплава динамических и устойчивых сторон ума в одном "сплошном аромате". Хеваджра-тантра иллюстрирует это:
Каким бы ни было разъяснение [самотрансформации], в нём не говорится о практике в отдалённых и кошмарных местах и о потворстве чувственным наслаждениям. Оно излагалось для испытания подвижных и устойчивых аспектов ума также как и всех остальных его сторон.
Относительно действительной практики самотрансформации, отцовская тантра упоминает три вида практики:
1 Различение. 2 Неразличение. 3 Полное неразличение274.
Материнская тантра перечисляет другие три вида275;
1 Тайная практика. 2 Незамкнутая практика. 3 Практика триумфа [над всеми неблагоприятными обстоятельствами].
Трубнъинг Сарахи упоминает четыре:
1 Преобразовательную практику всеохватывающего превосходства. 2 Тайную практику. 3 Практику перевёрнутого сознания. 4 Практику торжества над всеми враждебными обстоятельствами.
И в дополнение существуют ещё другие четыре практики самопреобразования:
1 Преобразовательная практика для начинающих. 2 Практика преобладающего осознавания. 3 Практика совершенно преобладающего осознавания. 4 Практика самопроизвольного освобождения.
Мне кажется, что если практикующие махамудру становятся тантрическими мистиками, [уже] хорошо знающими животворные наставления для созидательной визуализации и окончательному достижению, то они могут приспособить тантрические практики самотрансформации к этой частной медитации махамудры. Так мне кажется ввиду того, что [тексты имеющие дело с махамудрой, например,] Трубньинг, доха Сарахи и трактаты по махамудре Шаваришвары, Вирупы и Тилопы говорят, что в ходе настоящей фазы медитации махамудры следует выполнять какую-либо из этих преобразовательных практик. Однако Калачакра фактически запрещает принявшим обеты монахам практиковать самотрансформацию в сексуальном исполнении. Для усиления продвижения вперёд в медитации им разрешается проводить некоторые подобающие практики такие, например, как практика всеохватывающего великолепия, практика несозидательности, практика полной несозидательности, и практика победителя всех враждебных обстоятельств. Монахи вполне могут выполнять эти практики для быстрого прогресса пока их обет безбрачия остаётся нерасторгнутым. Что касается специфических мест для практики, то монастыри и города чересчур расслабляют и там слишком много приятного, и таким образом там нет внешних и внутренних условий, решительно необходимых чтобы возвысить страдающее сознание. В этих местах у медитатора не могут так легко возникныть спутанные мысли и грубые страсти. А без такого типа

спутанного мышления и страстей быстрое продвижение в возведении ума на стезю махамудры невозможно. Ум одолеваемый безразличием и ленью нельзя поднять над всеми мучительными обстоятельствами, улучшая продвижение по пути, пусть даже медитатор и проводит многие годы или же всю жизнь, обманывая себя, будто он занят медитацией. Пока он наслаждается мирной и неозабоченной жизнью, у него будет медитация, ориентированная чисто на такие условия и однажды выродится к обыкновенному мирскому уровню как-нибудь, когда вдруг прорвётся эмоциональный кризис. Наш орден полагает, что прогресса можно достигать более стремительно в течение всего одного месяца самотрансформации в ужасающих условиях в суровой местности и в "жилище злых сил", нежели когда медитируют по три года в городах и монастырях. По этой причине медитаторам рекомендуется начинать практику сперва делая подношение кузулуй тсок276, а затем совершая практику самотрансформации в полнейшем безмолвии на ужасающих или страшных вершинах, в горном уединении, в обиталище "нечеловеческих сил", которые, [как говорят,] вызывают пугающие видения; на кошмарных кладбищах, где свалены трупы и скелеты, под одиноким деревом одержимым богами-змеями или могущественным тсен, в покинутых городах, и на перепутьях дорог, часто посещаемых голодными духами и призраками. Относительно уверенности медитатора в себе и в способности выполнить тайную практику самотрансформации, старые учителя ордена Кадампа установили пять существенных условий [коими должен обладать медитатор:]

1 Быть честным при соблюдении заповедей в горном уединении. 2 Быть способным справится со всеми неблагоприятными обстоятельствами посредством духовных контрмер. 3 Владеть в совершенстве живыми наставлениями. 4 Уметь восстанавливать все течение бытия через веру. 5 Быть способным убирать тонкие едва заметные вредоносные влияния.

Дже Гампопа излагает следующие четыре существенных требования:

Надо добиться уверенности: 1 В собственном знании живых наставлений. 2 В могуществе ума. 3 В собственных переживаниях. 4 В видении [внутренней реальности].

Махаситха Шанг излагает такие четыре существенных требования:

1. Овладеть сокровищницей живых наставлений. 2 Уметь пересилить внутренние и внешние полчища злых сил [мар]. 3 Искренне соблюдать заповеди. 4 Быть способным жить в одиночестве в горном отшельничестве.

Непосредственно сама практика самотрансформации включает в себя пять правил:

1. "Вести себя как раненный олень". Раненный зверь сторонится соседей и не проявляет интереса ни к чему другому. Потому медитатор должен жить сам по себе, не завися от друзей, и оставляя все материалистические устремления этой жизни, что помогло бы ему справится со своими врагами, защитить друзей и угодить благодетелям.

2. "Вести себя как лев". Лев не боится никаких животных на вроде оленей или диких зверей. Так и медитатору не следует пугаться ни внешних препятствий [к его совершенствованию] создаваемых людьми или нелюдьми, ни внутренних препятствий, происходящих в результате его собственного ложного различения.

3. "Вести себя как ветер, дующий во всём пространстве". Ветер несётся свободно по всему простору космоса. Так и медитатору следует своим мыслям дать течь свободно и открыто, никак не привязываясь к своему телу, собственности, счастью или славе.

4. "Вести себя как пространство". Пространство не имеет какой бы то ни было опоры. Так и медитатору не следует ни направлять свой ментальный фокус на какой-либо особенный объект, ни созидать ментальной опоры ни для какого образа вроде визуализируемой формы или бесформенного объекта. И не следует направлять свой ментальный фокус ни на какое особенное действие.

5. "Вести себя как безумный". У сумасшедшего нет никакой цели или направления. Так и медитатор не должен иметь какой бы то ни было привязанности к чему-либо, на подобие утверждения или отрицания, принятия или отказа.

Таковы пять начал, кои рассматриваются в качестве средств возвышения любых возникающих восприятий и эмоций, всплывающих при неблагоприятных внешних или внутренних условиях и посредством коих улучшается видение постоянной реальности277.

Живительный смысл этой практики в целом.

В этот момент всякие спутанные мысли должна быть возведены на стезю самотрансформации, поскольку они пристёгивают каждое чувствующее существо к кругу существования [сансаре]. Вайрочанабхисамбодхи сообщает:
Двойственные мысли составляют великое неведение; они бросают чувствующие существа в океан сансары.
Однако, когда двойственное мышление приведено к сияющему пути, а не оставленно нестись в стороне, то благодаря присущей ему природе оно явится как трансцендентальное осознавание. Хеваджра-тантра говорит:
Дуалистическая мысль очищает дуалистическую мысль; экзистенциальный феномен очищает экзистенциальный феномен.
И Сараха говорит:
Двойственное мышление в своей сущности является великим осознаванием. Как таковое оно осушит океан сансары.
Как Наропа так и Майтрипа дают идентичное пояснение:
Двойственное мышление – это самораскрывающееся великое осознавание.
Некоторые могут спросить: "Если всё так, разве предыдущего разъяснения тождества двойственного мышления с дхармакаей не достаточно для самореализации? Почему для медитатора существенно необходимо возвышать всякую дуалистическую мысль до пути просветления?" Медитаторы предуготовленные к мгновенной самореализации достигнут освобождения воспринимая каждую мысль как дхармакаю. Большинство же медитаторов должны применять важнейшие методы возведения всякой дискурсивной мысли на путь просветления. [Без таких методов] лишь слабые, не сильные мысли могут быть трансформированы в запредельное осознавание благодаря поддержанию состояния внимательности; также не может быть трансформирована и большая часть ментального познания на стадии после погружения. Помимо этого, медитаторы могут достичь возвышения только нескольких прерывистых мыслей к медитационному состоянию. Многие медитаторы вероятно даже отклонятся в сторону, сбившись со следа нормальных мыслей и потому представляя себе их наделёнными природой дхармакаи. Далее, на [второй] стадии йоги неразличения, все малозаметные мысли всплывают в качестве дхармакаи просто вследствие поддержания медитатором нерассеиваемого внимания, однако же сильные волнения, такие как желание, ненависть и т.п. пока ещё не могут достичь той же высоты. Даже в [третьей] йоге одного аромата, ум, глубоко взволнованный яростным напором обстоятельств, не может быть легко возвышен без применения медитатором для их трансформации решающих методов. Посему данные методы существенно важны даже на высоких уровнях медитации. В наши дни некоторым медитаторам, преуспевшим в достижении медитативного состояния, и медитировавшим многие годы, не удаётся развить успех и они уступают лени из-за полнейшего расстройства. Все такие [проблемы] происходят вследствие не умения медитатора уловить насущную необходимость возведения ума на путь просветления. По этой причине, все медитаторы, включая начинающих и великих, должны ценить данный специальный метод и овладевать им. Суть его состоит в том, чтобы быть искусным в сохранении потока внимания уместного на каждом из этапов. Дже Дрикхунгпа подчёркивает:
О сыны мои, подводя всему итог я могу лишь заявить: "Тот, кто искусен с вниманием – искусен в медитации".
Он говорит далее:
Нерассеиваемое внимание существенно необходимо даже для медитации на течении чистого состояния.
Все иные практики, поднимающие различные практики на стезю просветления, являются составными частями возвышающих мыслей. В самом деле, последнии составляют корень первых. Один аспект ума должен быть понят как тождественный всем остальным, ибо зная о пустотелости одной тростинки, знают о пустотелости всех других тростинок. Рассаматривая это, Дже Гампопа излагает главным образом то, как возводят дуалистические мысли на стезю дхармакаи. Он считает, что этот принцип практики следует распространить на все прочие практики по возведению. Хотя и существует шесть видов медитационного возвышения перечисляемые современными практикующими нашего ордена, это не значит что Гампопа не делал подобных пояснений. В своём Зер

Нампа Нгай Меннгак [Пять словно гвозди наставлений], записанных [его учеником] Дюлва Дзинпа, он упоминает о методах пробуждения сознания посредством трансформации:
1 Препятствий к пути. 2 Болезней. 3 Смерти. 4 Эмоциональности. 5 Дуалистических мыслей. 6 Богов и демонов.
Последний относится к исследованию четырёх демонических сил278. Кроме того Гампопа касается этого вопроса в своём драгоценном собрании работ, хотя и в фрагментарном виде. Позже, Дже Гъяре заново открыл некоторые письменные наставления Дже Речунгпы [по тому же самому предмету], кои были захоронены под землёй и были озаглавлены "Скрытое сокровище". Эти наставления с тех пор стали широко известны как "одинаковый аромат" [роньом279] среди всех последователей великолепной школы Друкпа ордена Кагью. Существует три важнейших метода для всех форм возвышения сознания до пути:
1. "Идентифицировать каждую дуалистическую мысль" означает, что медитатору следует сперва идентифицировать всякую возникающую мысль или чувственное явление, происходящие или в хороших или в плохих обстоятельствах. То есть не позволяя ей блуждать, он должен стремится установить её тождество.
2. "Освободиться от цепляния к эго" означает, что какие бы мысли или явления ни возникали, медитатору следует оставить их в естественном состоянии, неосквернённом вожделением или ненавистью, приятием или отречением, не приписывая им при этом ни хороших ни плохих качеств и не цепляться к врождённому представлению об эго.
3. "Покинуть пропасть упования и страха" означает, что медитатору надо отказаться от упования на успех и от страха ошибиться, а также от ожидания достичь духовного роста или от сомнения относительно результатов. Это означает ещё, что даже если бы некоторая неуловимая надежда или страх и должны были появиться, им следует дать возможность свободно течь, не меняя, не вмешиваясь и не прилипая к ним.
Таковы три метода, кои следует применять ко всем видам духовного возвышения.

Шесть способов возвысить практику.

Сюда входят шесть разделов:
1 Возведение дуалистических мыслей на стезю посредством преобразования какого бы то ни было мучительного кризиса в благоприятное условие. 2 Возведение грубых эмоций на стезю посредством духовного процесса называемого "превращением отравы в амброзию". 3 Возведение помех, проистекающих из-за влияния высших и подчинённых духовных сил, на стезю. 4 Возведение страданий на стезю путём трансформации их в дух просветления [бодхичитту]. 5 Возведение мучений от болезней на стезю, одинаковый аромат элементов. 6 Возведение смерти на стезю путём соединения исконного сознания и внимательного созерцательно осознавания, подобно воссоединению матери и её дочери.

Возведение дуалистических мыслей на стезю посредством преобразования любого мучительного кризиса в благословенное условие.

Хеваджра-тантра комментирует относительно возведения мыслей на стезю просветления:
Так же как вода, попавшая в ухо, вымывается определёнными другими жидкостями, точно так и мысли о двойственной субстанции следует очищать определённостью недвойственности.
Таким образом дуалистические мысли должны очищаться при помощи различающих мыслей. Что касается метода очищения, то всякая ошибочнная мысль должна очищаться путём трансформации в её запредельную природу. Дже Гампопа наставляет:
Вместо того, чтобы отказываться от беспорядочных мыслей, следует взглянуть на них как на источник благ и на приносящих пользу и удовольствие. В этих спутанных мыслях содержится природа предельной реальности. Они – друзья и путь к топливу для [огня] мудрости.
Дже Гампопа упоминает много подобных способов, поднимающих практику на стезю. Что касается идентификации дуалистических мыслей, то для начала медитатор должен вспомнить либо слабую, либо сильную мысль доброго или злого сорта, коя возбуждает чувство удовольствия или недовольства. Ему затем надо установить тождество этой

мысли, используя внимание, не позволяя ей ускользать в сторону. В середине настоящего процесса ему стоит попытаться уничтожить цепляние ума к эго. Но для того чтобы добиться этого, ему не следует ни покидать данной воспроизведённой в памяти мысли и не следует контролировать её, с тем чтобы обратить в неразличающее осознавание, что рассматривается в качестве духовной контрмеры. Ему не следует ни анализировать ту же самую мысль в терминах её происхождения, пребывания или движения с тем чтобы установить отсутствие какой бы то ни было сущности, и не следует позволять ей блуждать, а потом преследовать, с тем чтобы сфокусироваться на ней, прибегнув к внимательности. Вместо этого, медитатор, по установлении её подлинного тождества, должен употребить эту мысль в не убавленной форме как действительную медитацию и удерживать её ясность, раскрепощённость, и открытость не вмешиваясь и не изменяя её. Делая так, ему не следует ни цепляться к этому состоянию, ни приписывать ему хороших или плохих качеств, не подавлять и не гнаться за ним. Без какой-либо попытки принимать или отвергать, утверждать или отрицать, вмешиваться или менять, разнообразить или поделить его, медитатор испытает, как то же самое воспоминание пробивается в медитативное состояние. Вот это и считается действительным возведением спутанных мыслей на стезю просветления. Майтрипа сообщает:

Преходящая мысль возникает из нерождённой [пустоты]. Она воплощает природу всеохватывающей реальности. То и другое – нераздельны с самого начала. Потому я заявляю, что они одного вкуса.

Дже Гампопа поясняет:

Неизменяемые мысли имеют природу внутренней реальности. Знай, что оставленные без вмешательства они самораскрываются.

Дже Готсангпа объясняет:

Всякий раз, когда мысль возникает, хватайся крепче за её образ, дай ей расслабиться в естественном состоянии; она без сомнения раскроется сама.

И он советует:

Она струится как невидимый ветерок; оставь её течь не задерживая её. Это состояние описывается как "мысль обращённая в медитацию". Как и постижение присущей эго природы, она свободна от утверждения или отрицания.

Медитаторы, кои уже практиковали важнейшие методы самотрансформации могут, тем не менее, испытывать некоторое сильное кружение эмоции, кое, как кажется, создаёт внутреннее беспокойство и превращает медитацию в нечто сложное. Так происходит главным образом вследствие несогласованности между мыслями медитатора и внутренними энергиями, правда, они и обладают тождественной динамической природой. Однако данное состояние ума в действительности не совсем свободно от медитации. Медитатор постепенно и в блаженстве достигнет возвышения ума на путь просветления. Стоит ему овладеть практикой, он испытает зарождение медитационного состояния в каждой мысли, в тот момент, когда он осознает её. Наконец, для того чтобы выбраться из пропасти волнения и беспокойства, деления и объединения, и особенно упования и опасения [относительно выполнения или ошибки] и таким образом поднять практику на стезю, ум должен быть оставлен в податливом состоянии без какого бы то ни было оценивания или прилипания. Тот же самый метод следует распространить и на другие практики поднятия ума на стезю.

Возведение грубых эмоций на путь в духовном процессе, называемом "Превращение яда в амброзию".

Хеваджра-тантра сообщает:

Как страдание от ожогов может быть облегчено прикладыванием тёплого, точно так же и сгорающий от желания может успокоится благодаря огоню желания.

Сампута говорит:

Желание может быть очищено желанием, ненависть ненавистью, зависть завистью и все эмоции схватыванием того, что является верховной нерушимостью.

Итак, поднимая разнообразные эмоции на возвышенную стезю и согласуя их с присущей уму природой в едином аромате, начинают воспринимать сквозь эти проявления эмоций зарождение пяти трансцендентных состояний осознавания. Распознающее осознавание

пробивается сквозь желание, пространство пустотности – сквозь ненависть, осознавание подобное зеркалу – сквозь неведение, гармоничное осознавание – сквозь самомнение, а спонтанно исполняющее осознавание – сквозь зависть. Таким образом реализуется уровнь пяти победоносных будд. Сампута описывает:
Запредельное осознавание и эмоция могут слиться воедино. Первое представляет собой пять будд и пять трансцендентных осознаваний.
Когда медитатор, который уже применил живительные наставления по самотрансформации, пользуется шестью чувственными наслаждениями, ему не смогут навредить их временные недостатки. Ведь он способен трансформировать их подобно тому как яд превращается в амброзию. Хеваджра-тантра разъясняет этот пункт:
Люди скованы их неисчерпаемой кармой. Однако применяя искусные методы они могут порвать узы циклического существования.
Сараха говорит:
Не будешь осквернён просто развлекаясь чувственными удовольствиями, так же как лепестки водной лилии неиспачканы грязью. Тот, кто ищет прибежища в корне сокровенной чистоты похож на владельца тайной формулы очищения от яда. Как же он может быть отравлен?
Он так же объясняет:
Солённая вода морей переходит в приятную свежесть за счёт облоков, и яд можно превратить в амброзию. Вроде того как уверенный ум преобразует [озабоченность собой] в искреннюю заботу о других.
В ходе практики возведения ума на стезю просветления медитатору следует сперва осознать и припомнить какое-либо яркое и сильное желание или материальной вещи или же человека. Когда он использует ненависть в качестве основания практики, ему следует возбуждать клокочущую ярость и сильное отвращение к своим врагам или же к "мешающим силам". Когда имеют дело с неведением, надо осознавать его в таких состояниях как угрюмость, сонливость, тупость, вялость, запутанность, или лень. Чтобы использовать самомнение в качестве базиса практики, следует принимать его как привязанность к себе и чувству превосходства над окружающими. Имея дело с завистью, надо осознать её как такую жесткую нетерпимость, когда мучительно из-за богатства и знания других. Медитатору надо знать, что распознав таким образом тождество каждой грязной эмоции, ему следует указанным путём оставить цепляться к эго, своим упованию и страху. Изредка медитатор должен нарочно вызывать ещё более сильное ощущение вожделения или ненависти к какому-либо предмету страсти – которая заставляет его задыхаться, менять выражение лица и даже трястись. Ему следует осознать эту неистовую эмоцию [для того чтобы превратить её в различающее осознавание или неразличающее сострадание]. Было провозглашено, что чем более сильна и мучительна эмоция, тем более она становится эффективна в качестве средства поднятия ума к стезе просветления и тем самым для достижения ментального очищения. Майтрипа объясняет:
Эмоции взращивают великое осознавание и поддерживают медитаторов, подобно тому как лес поглощается в огромном пожаре.
Основываясь на предыдущих практиках, медитатор должен узнать достиг ли он или нет нужной силы ума на пути возвышения эмоций.

Поднятие на стезю помех, проистекающих из-за высших и второстепенных духовных сил.

Различающие мысли сами по себе составляют препятствия. Все "мешающие силы" имеют своим источником такие мысли. Наропа говорит:
В дуалистических мыслях покоятся болезнь и "мешающие силы". Когда мучиишься от болезни, болезнь заключается в той самой мысли о ней; когда случается несчастье, зло находится в той самой мысли о нём; когда умираешь, смерть заключается в той самой мысли о ней; когда рождаешься снова, перерождение заключается в той самой мысли о нём; удовольствие, боль, или иное заключается в дуалистических мыслях, и тем не менее ум лишён какой-либо реальности. Когда устраняешь корень дуалистических мыслей, больше не случаются ни балезни ни несчастья из-за "мешающих сил".
Великий мастер Миларепа поясняет:

Что касается этих трёх – появления мешающего духа, ментального схватывания этого духа, и его различения – то они берут начало в уме йогина и исчезнут в его уме. Ибо мешающие духи – лишь манифестации его ума. Йогина одолевает его же собственное заблуждение, когда ему представляется действительность этих сил и не удаётся осознать пустотность такого рода явлений.

Демонесса пещеры так говорила Миларепе:

Если твоё двойственное мышление не проявляет себя как твой враг по твоему собственному внутреннему заблуждению, как же иначе может эта демонесса пещеры стать твоим врагом? Более того, эта демонесса твоего скрытого заблуждения возникает из твоего собственного ума. Если ты не осознаешь присущую уму природу, я не уйду просто потому, что ты меня спрашиваешь.

Всякое ментальное цепляние к концепции о злобных духах – всего лишь манифестация собственного ума. Видимые очертания богов или духов, кои могут появляться перед кем бы то ни было – исключительно внутреннее ощущение, произошедешее вследствие прилипания ума к той самой мысли о них. На самом деле это похоже на то, как ошибочно принимают верёвку за змею в то мгновение, когда ум первоначально представляет образ змеи. Непосредственная причина и условия такой иллюзии заключаются во взаимодействии между поглощением энергии-воздуха в психоневротической системе, коя является базисом трёх внутренних ядов в теле [колесница индивидуальной кармы], и ментальным схватыванием дуалистических мыслей. Таким образом невежество считается специфическим источником вводящих в заблуждение явлений змеев-богов и земных защитников. Ненависть – это источник явлений злобного тсена280 и других духов-мужчин. Желание – источник явлений демонесс и духов-женщин. Коль скоро медитатор успешно возвёл эти явления и мысли на стезю просветления, он будет достигать раз за разом, словно в такт качанию весов, сначала медитационного состояния, затем уничтожения страха и прочих ментальных заблуждений, исчезновения видений, подчинения духов, и под конец чувство благополучия. Относительно возведения мыслей о духах на трансцендентную стезю, Дже Гмпопа упоминает метод определения нереальности духов, именуемый "исследование четырёх сортов духов". Настоящий метод слегка отличается от тех, кои применялись на этапе согласования разных опытов в едином аромате. Метод заключается в предоставлении возможности этой ошибочной мысли без изменения находиться в недвойственном осознавании ума. Иные методы, о коих он упоминает в других местах, опять имеют дело с тем же самым предметом. И те и другие практики годятся на данной стадии. Что касается возведения [иллюзии] богов и духов на стезю, то медитатору следует ловить эти ошибочные мысли либо непосредственно, пока он воспринимает подобные ужасающие видения [богов или духов], или же когда он не может справиться с боязнью встретиться с ними. Начав осознавать свой ум при таких обстоятельствах, медитатор должен удерживать [это постижение] в качестве основной медитации, как и в случае предыдущих медитаций. Дабы усмирить более или менее пугающие видения, медитатору надо вообразить, что ему повстречались гораздо более кошмарные и неимоверно опасные привидения, что его атакует армия злых духов, чьи движения производят звуки как от схлопывания небес с землёй, и что его тело рубят мечами, поджаривают и волокут в воду. После такого разрастания страха, он должен вернуть свою ментальную ситуацию в медитационное состояние.

Возведение несчастий на стезю путём трансформации их в дух просветления [бодхичитту].

Дже Гампопа в Тсокчо, упоминает схожие методы усиления практики: (1) относиться к жизненным неурядицам как к источнику благополучия, (2) воспринимать природу этих несчастий как непроисходящую [пустоту], и (3) использовать эти несчастья как толчок к развитию любви, сострадания и духа просветления. Сейчас я дам наставления сообразно общим методам возведения ума на стезю. Медитатор должен сперва установить тождество ума, типичного для людей, следующих учениям традиции Хинаяны. Люди с таким умом не ощущают истинного сострадания к остальным чувствующим существам в несчастьи. Вместо этого они так явно пугаются подобных страданий и огорчений, обусловленных их собственным спутанным умом и злой кармой, что даже ощущают

острую муку. Так происходит когда, в общем, практикующие узнают или слышат о том, как другие чувствующие существа мучаются из-за трёх видов несчастий281 и когда, в частности, они видят как те насилуют, режут, и убивают других, или когда они видят, как оставшиеся страдают из-за всевозможных иных несчастий обусловленных их собственной злой кармой. Такие медитаторы поэтому стремятся практиковать дхарму просто чтобы усмирить свою злую карму и заблуждение, и достичь освобождения для себя. Посему медитатору надо воспринять тождество ума практикующих Махаяны и развивать любовь и сострадание ко всем чувствующим существам терпящим несчастья из-за различных огорчений. Этого надо добиваться принимая сверхобычное отношение, рассматривающее этих чувствующих существ, как "добрых отцов и матерей". Таким образом, когда медитатор сперва взращивает заботу и острое беспокойство по поводу своего собственного освобождения, а затем то же по отношению к чувствующим существам, ему стоит познать тождество каждого и поднять на возвышенную стезю, как делалось прежде. Завершая практику, медитатор пробуждает дух просветления, рождённый любовью и состраданием ко всем чувствующим существам, и сохраняет при этом возвышенное ощущение от данной медитации. Ему затем следует выразить торжественное пожелание того, чтобы его высокое устремление к благополучию других было осуществлено. Об этом виде практики особенно много было сказано. К примеру Нагарджуна заявляет:

Тому, кто для себя и других в этом мире страстно жаждет высочайшего просветления, фундаментом служит бодхичитта, коя столь же крепка как властелин гор Сумеру, безграничное сострадание и недвойственное осознавание.

Дух просветления [бодхичитта] определяется как союз сострадания и пустоты, являющийся квинтэссенцией пути, блеском безостановочного сострадания, кое не может вынести страдания чувствующих существ, и недвойственным осознаванием, кое познаёт сострадание как лишённое всякой сущности или самоприроды. Такова суть Буддизма Махаяны. Хеваджра-тантра поясняет:

Союз пустоты и сострадания называется духом просветления.

Ваджрапанджара объясняет:

Медитация на союзе пустоты и сострадания – вот настоящее учение будды, дхармы и сангхи.

Сампута говорит:

Неразличающая простота [ума] называется мудростью; то, что исполняет желания чувствующих существ подобно вознаграждающей драгоценности, есть сострадание.

Сараха сообщает:

Тот, кто разыскивает пустоту без сострадания, не осуществит высочайшего пути; однако, кто медитирует главным образом на сострадании, тот не реализует освобождения. Тот, кто соединяет и то и другое, ни останется ни в сансаре ни в нирване282.

Шавари провозглашает:

Тот, кто добился неоценивающего осознавания, кто не может вынести страдания помешанных чувствующих существ, и кто проливает слёзы сострадания, работая ради их блага, превращает заботу о себе в заботу о других.

Поднятие мучений от болезни на стезю, единый аромат элементов.

Болезни обыкновенно являются результатом [индивидуальной или коллективной] кармы и эмоций, то и другое берёт начало в первичном неведении283. Непосредственная причина – это рассогласованность четырёх основных элементов психофизической системы и склада каждого человека. Такая дисгармония вызывается током кармической энергии [кармапрана]. И тогда он страдает из-за мучений тела и ума. Количество болезний первоначально оценивалось числом 424. Они делятся на четыре класса:

1 Болезни вызываемые действием психофизической энергии [праны]. 2 Болезни вызываемые соком желчи. 3 Болезни вызываемые телесными токами. 4 Болезни вызываемые комбинацией трёх других соков.

В текстах по патологии говорится о многих методах лечения заболеваний. Медитатор же удаляет причину своей болезни применением действенного метода поддержания различающего осознавания в медитации погружения. Таково противоядие от более

глубокой причины – неведения. Для того чтобы устранить непосредственную причину рассогласованного тока кармической энергии, медитатор сохраняет своё исконное осознавание, не изменяя его. Таково действенное противоядие от непосредственной причины. Жизненно важное значение этих методов заключается в том, что и ум и внутренняя энергия имеют одну и ту же динамическую природу. Дабы эффективно нейтрализовать и свести мучения на нет, практикующий должен медитировать на постоянной пустоте. Настоящие методы возведения мучений ни стезю просветления считаются много более действенными нежели иные, применяемые для целительства хронических или вновь появившихся заболеваний. Относительно практики возведения всякого страдания от болезни на стезю, тройной метод упоминаемый Дже Гампопой в принципе сходится с нашим подходом. Его отсылка к "пересиливанию мучения в начале" означает, что медитатору следует в своём воображении многократно усилить свою агонию так, чтобы она превратилась в непереносимое переживание [создавая таким образом прочное основание для практики самотрансформацмии]. "Подчинение болезни в промежуточной фазе" означает, что медитатор должен проанализировать своё мучение в терминах его происхождения и движения, и изучить имеет ли оно какую-либо форму или цвет. "Возведение страдания на стезю на окончательной фазе" означает, что медитатору надо распознать, что именно ум мыслит мучение от болезни и что сам ум – это непроисходящая [пустота], подобная пространству. Однако на данном этапе медитатору не следует исследовать причину, условие и то, как это действует, и не следует определять возникновение страдания, длительность и исход. Он должен просто наблюдать в теле и уме присущую чувству, кое происходит от мучительной боли, природу. Поддерживая наблюдение в качестве основной медитации, он должен сохранять ясность осознавания [плохого самочувствия] без какого-либо вмешательства или изменения его средствами интеллектуального принятия или отрицания или же питая какую бы то ни было приязнь или отвращение к нему. Изредка ему следует анализировать то, как ум цепляется или озабочен страданиями эго, как переживающего боль. Раз медитатора изводит болезнь, ему стоит применять эти [три] метода Гампопы, упомянутые выше. В конце медитатор остаётся свободным не только от упования и страха по поводу его расстройства, но ещё и решает для себя, что ум [в присущей ему природе] по большому счету одинаков. Если медитатор захочет, он может повторить метод пересиливания страдания. В наши дни можно поднимать на стезю просветления неудобство или боль, причиняемые продолжительным сидением в позе со скрещенными ногами [падмасана], или же всякую целенаправленно вызванную боль. Таким образом, при помощи продлённой медитации по возведению расстройства от болезни и цепляния к себе на возвышенную стезю, медитатор в конечном итоге осознает те же самые неприятные переживания в качестве медитационного состояния, избавляясь тем самым от необходимости считать их своими противниками или бороться с ними. Тогда же он испытает исцеление от болезни в воссозданной гармонии психосоматических элементов, одновременно с достижением равновесия температуры тела и огромным прогрессом в медитации. Заявление, побуждающее практикующих единый аромат воздерживаться на данной стадии от ухода и употребеления лекарств, соответствует цели практики одного аромата, коя предназначена для постепенного и окончательного уничтожения обеспокоенности своими надеждами и страхами. Таковым был и традиционный подход великих святых [махасиддхов]. Во множестве анекдотов рассказывается о том, как Дже Дрикхунгпа и Дже Готсангпа приходили к полному исцелению от многих серьёзных заболеваний лишь одной практикой ровного аромата. И сейчас превращение недомоганий в медитативное погружение продолжает являться показателем практики медитаторов. Поскольку наше человеческое тело как бесценная опора в поисках просветления не может быть невежественно предоставленно на волю жребия жизни-или-смерти, медитаторы должны полагаться на общепринятые методы лечения и пригодные практики целительства. Им кроме того обязательно надо медитировать на предельном осознавании, дабы уничтожить всякую материалистическую надежду или страх. Было признано, что это отвечает назначению практики.

Возведение умирания на стезю путём соединения первичного сознания и воссозданного в памяти созерцательного осознавания, подобно тому, как мать соединяется с дочерью.

Посредством медитации медитатор овладевает возвышением своих ложных мыслей или явлений, кои проистекают из разнообразных условий его жизни. В частности он стремиться поднять успокаивающихся процесс засыпания и ясность осознавания, полученную в медитации, на стезю просветления. Следствием явится то, что он добьётся способности возвышать фазы умирания посредством визуализации, для того чтобы суметь применить эту власть к действительным фазам смерти, когда она приключится, и прийти тем самым к союзу сияющего осознавания, воспринимаемого в медитации, с фактическим осознаванием, возникающим в ходе нормальной сметри, подобно тому как младенец оказывается снова на коленях матери. Когда, в определённое время, приближается смерть, ему следует освободиться от привязанности к своей стране, своим родственникам, своим товарищам и собственности. Ему надо затем назначить большую часть его владений своему гуру в качестве дара, устроить подношение жертвенных хлебов и иных лакомств медитационным божествам, защитницам дакиням, и опекунам дхармы, и обеспечить ритуальное угощение братии ордена Ваджраяны, а также церемонию очищения. Он должен попытаться избегнуть всяких неблагоприятных условий, тем временем совершая добродетельные поступки, кои породят духовное благополучие его будущей жизни. Когда подходит момент смерти, ему надо либо лечь [на правый бок] в полулежащей "позе льва", либо же сесть прямо и наладить каждую жизненную часть своего тела. Ему надо начинать практику поднятия [процесса умирания] на стезю просветления, сперва визуализируя своего гуру над головой и вызывая сильную веру в него. Процесс умирания начинается с мучительного осознавания, что окончательно расстаёшься со всем, к чему был привязан сильнейшим желанием. И тогда сердце охватывает холодящая острая тоска. Между тем теряешь сознание по мере появления внутренних ощущений (происходящих из-за разъединения четырёх природных элементов и вследствие разложения субпсихических состояний), а именно, [белого] сияния, распространяющегося [красного] свечения, и нисходящих дакиней284. Что касается способа превращения этих переживаний в спонтанное достижение на пути, то лишь помешаешь своей практике, коль скоро позволяешь обуять себя отвращению к этим событиям или цеплянию к ошибочному различению на это или то переживание, или же если озабочен упованием осуществить ясное осознавание или страхом не суметь. Медитатор поступил бы разумно если бы в начале просто осознал эти мысли и внутренние ощущения, а потом превращал бы каждое, как только оно возникает, в сущностную медитацию. Поддерживая такое состояние погружения, ему не следует ни искажать его цеплянием к нему, ни подтверждая и не отвергая его. Остальная процедура такая же как и ранее. Учения Махаяны по "подготовке ума285" содержат много признанных и почитаемых наставлений по перенесению потока-сознания [в мир будды] в конечный момент смерти. Ни один из них не лучше, чем метод удержания каждой возникающей мысли или явления, при полном отсутствии какого-либо искажения ментальным цеплянием. Когда в процессе умирания завершается дезинтеграция психофизических элементов, сама собой возникает неотъемлемая сияющая ясность [исконного осознавания]. [Умирающий] медитатор воспринимает самопроизвольное смешение этого состояния с сияющим осознаванием, кое он испытывал в своей медитации. Союз этих двух состояний, первого как "матери" и последнего как " дочки", сродни слиянию воды с водой или поглощению пространства пространством. И тогда раскрывается просветление в дхармакае. Тантры иллюстрируют смерть следующим образом:

То, что называется смертью, означает дуалистическое мышление, и его надо вести в мир дакиней.

Сампал Тсенджо (Манджушринама-самгити) сообщает:

Благодаря совершенному различению в одно мгновение достигается полное просветление в это мгновение.

Дже Гампопа говорит:

Как смерть может быть, когда одна текущая мысль следует за другой? Как смерть может быть для того, что является совершенной дхармакаей? Как смерть может быть для того, что исчезает как радуга? Как смерть может быть для ума, который не рождается и не умирает?

Однако же, было заявлено, что если медитатору не удалось достичь просветления в жизни путём соединения исконного осознавания со всеохватывающей пустотой

(вследствие недостаточной практики обращения ума в достижение на пути), тем не менее он может реализовать присущую уму способность посредством многообразных методов самотрансформации, так что сумеет контролировать свою судьбу в бордо [промежуточном состоянии] и при перерождении. Такой медитатор сможет, благодаря силе своей кармы, по меньшей мере в следующей жизни, восстановить религиозную практику. На этом заканчивается глава об определении присущего уму состояния непроисходящей [пустоты] и о быстром улучшении опытов посредством поднятия ума на сияющую стезю.

ГЛАВА ДЕВЯТАЯ:
Результирующее зарождение реализации.

Глава делится на три секции:
1 Дифференциация способов рализации. 2 Как происходит реализация четырёх стадий йоги. 3 Как благодаря четырём йогам достигаются всевозможные ступени и пути [просветления].

Дифференциация способов рализации.

Как сказано, реализация четырёх состояний йоги зарождается в медитаторе одним из трёх способов в соответствии с его или её духовный потенциалом. Медитаторы делятся по трём группам – великие, средние и обыкновенные – согласно их настоящим духовным возможностям, считающимся результатом достижений в их прошлых жизнях. "Великий человек" означает медитатора, имеющего сильный потенциал для мгновенной реализации [чикчарва]. "Средний человек" означает медитатора, обладающего возможностью мимолётной реализации [тхолгва], а "обыкновенный человек" означает медитатора, обладающего возможностью постепенной реализации [римгьипа]. Медитатор с сильным потенциалом мгновенно охватывает, понимает и осознаёт сперва медитацию успокоения, а затем потустороннее постижение. Потом он, в ходе высшего тантрического посвящения [даваемого ему его гуру], сразу же открывает внутреннее тождество всего своего существа. Такого рода медитатор мгновенно осуществляет сосредоточенную стадию одну, или каждую из трёх оставшихся йогических стадий махамудры – стадию неразличения, стадию одного аромата и стадию немедитации286. Поскольку эти реализации – устойчивы, их сравнивают с восходящим солнцем, обогревающим камни и землю. [Средний] медитатор добивается мимолётного достижения вспышками287 сперва интеллектуального охвата, опыта и понимания, а затем и каждой из четырёх стадий йоги. Его опыт настолько изменчив, что прежде, чем он сделал устойчивой первую стадию, у него уже случаются проблески следующей, на подобие солнца попеременно то появляющегося то пропадающего в прорехах облаков. Однако такой медитатор может стабилищировать переживания упорно медитируя в уединении и взывая к своему гуру за благословениями с сильной верой и благоговением. Если же колебания сохраняются вследствие его недостаточной преданности, он тем не менее достигает реализации в состоянии бордо. [Обыкновенный] медитатор со стойким потенциалом сперва постепенно добивается интеллектуального схватывания, затем опыта и понимания, а потом и реализации каждой из четырёх стадий йоги. Только после стабилизации предыдущего опыты он может обрести следующий. Поскольку он последовательно осуществляет каждую стадию, не может сразу же или, применяя контрмеры, удалить внутренние недостатки. Такой вид переживания аналогичен восходу солнца далеко на горизонте, которое не может ни хорошо нагреть землю и камни, ни растопить лёд. И всё же, последние два типа медитаторов могут достичь мгновенной реализации без труда при условии, что они имеют глубокую веру и преданность медитации. Переживания медитаторов меняются от человека к человеку. Те, кто в некоторый момент уже достиг мгновенной реализации, получают вполне определённое постижение [внутренней реальности]. У иных может не удастся осознать присущую реализации, коей они уже добились, природу. Тогда они остаются безразличными и неразличающими. Существенно важно, чтобы такие медитаторы шли за руководством к своим гуру и духовным друзьям. Дифференциация трёх процессов реализации – это (1) интеллектуальное схватывание [го], (2) опыт [ньонг] и

(3) понимание [ток]288. Термин "интеллектуальное схватывание" означает достигнутое путём заключений определение, основанное на познании природы медитации любого уровня, высокого или низкого. Термин "опыт" означает поглощение воспринимаемой реальности и её переживание медитатором имея в виду осознавание. Термин "понимание" означает непосредственное понимание подлинной реальности и осознавание медитатором её определённой несомненности. Дже Гъяре поясняет:

Интеллектуальное схватывание возникает в результате изучения; зароджение или исчезновение ощущений блаженства и ясности суть переживания; осознание постоянной прирды ума – это понимание.

Разница [между этими тремя процессами реализации] может быть выведена из такой аналогии. Интеллектуальное схватывание похоже на то, когда некто визуализирует общую сцену Бодхгаи по мере того, как он слушает её описание. Воспринимаемый опыт – вроде того, когда тот же самый человек имеет мимолётный проблеск этого места. Понимание – когда тот же человек действительно обретает детальное знание о данном месте [благодоря продолжительному контакту с ним]. Наша традиция придерживается точки зрения, что воспринимаемый опыт – то, когда медитатор чётко сохраняет в своём осознавании уверенное медитационное состояние, что спокойное равновесие – это когда он сосредоточенно и без какого-либо рассеяния сохраняет погружение, и что реализация – это, где определённая несомненность, достигнутая через мудрость, лишена двойственности наблюдателя и наблюдения. Дже Гампопа разъясняет:

Воспринимаемый опыт – это безоблачная ясность [осознавания]; успокоение подразумевает удержание такой ясности без рассеяния; понимание означает познание [ума], как лишённого всякой сущности, что было определено с помощью аналитической мудрости.

Отвечая на вопрос о разнице между внутренним ощущением [ньям289] и пониманием [ток], Гампопа говорит:

Внутреннее ощущение не переступает пределы ума, но возникает в его королевстве. Как солнечные лучи пробиваются сквозь бегущие облака, так и внутреннее ощущение блаженства, ясности, или неразличения скачет, то возрастая, то падая в следующий миг, или же оставаясь на месте. Если медитация на внутреннем ощущении поддерживается в отсутствии привязанности ума к этому ощущению, то ментальное осквернение само очистится, и появится понимание. Понимание представляет собой безостановочный поток сияющей ясности ума, вне двойственности видимости и мышления, медитатора и медитации. Последнее описывается, как самопроизвольная реализация или свершение.

Некоторые учителя изображают три стороны опыта следующим образом:

Что касается трёх фаз опыта – внутреннего ощущения, интеллектуального схватывания и понимания – внутреннее ощущение [ньям] – нижняя, интеллектуальное схватывание [го] – средняя, и понимание [ток] – высшая фаза. Исследованием этого мы займёмся. Если бы внутреннее ощущение было тождественно опыту [ньям ньонг], тогда бы все чувствующие существа обретали медитационные переживания. Если [под внутренним ощущением] они имеют в виду опыт в медитации, то он достижим во всех медитациях, начиная с пути совершенствования добродетели и до этапа свершения. Если бы внутреннее ощущение было тождественно охватывающему себя осознаванию, тем самым чистое переживание пробуждённых было бы низведено на [земной уровень] внутреннего ощущения. Два термина "интеллектуальное схватывание" и "понимание" – синонимы, обозначающие одну и ту же вещь. Это две тибетские традиции оригинального санскритского термина.

Данное утверждение не справедливо. Описание трёх аспектов медитационного опыта, как высшего, среднего и низшего является преувеличенным. Никто никогда не заключал, что внутренее ощущение необходимо должно быть низшего вида. "Внутренее ощущение" никогда не определялось как низшее переживание. Посему, упоминание об ощущениях, переживаемых пробуждёнными архатами незаконно. Даже если бы такое определение было справедливо, всё равно существует возможность провести различие между внутренним ощущением и опытом архатов. Вместе с тем наш Медитационный Орден допускает наличие некоторых уровней медитации, на коих внутреннее ощущение опыта [токпай рангньям] и внутреннее ощущение понимания [ньям ток] не отличаются. Если бы, как они заявляют, интеллектуальное схватывание и понимание были всегда одним и тем же, необходимо бы было допустить, что отличительный термин лунг-ток – первоначальное изложение [лунг] и понимание [ток] – тождественен терминам лунг и гова

[пераоначальное изложение и интеллектуальное схватывание]. Более того, надо было бы признать, что понимание, достигнутое на ступенях и путях просветления – это интеллектуальное схватывание. Это заходит слишком далеко. По некоторым соображениям тибетские переводчики [лотсава] и индийские схоласты [пандиты] переводили эти термины обособленно. И снова у тех же учителей написано:
Если хотите, то можно описывать чистые и нечистые мысли как интеллектуальное схватывание и понимание, соответственно.
Это неправильно. Согласно им тот самый отличительный термин "чистые и нечистые мысли" должен быть тождественен терминам интеллектуальное схватывание и понимание. Тогда данная позиция противоречит тому, что было сказано ранее. Отождествляя неясное мышление с пониманием они зашли слишком далеко в противоречии системе лексикологии. И ещё здесь подразумевается, что понимание недвойственного осознавания должно быть признано двойственным мышлением.

Как происходит реализация четырёх стадий йоги.

Это показано в трёх разделах:
1 То, как сутры и тантры изображают четыре стадии йоги. 2 Общее значение четырёх стадий йоги. 3 Детальное разъяснение каждой из четырёх йогических стадий.

То, как сутры и тантры изображают четыре стадии йоги.

Ланкаватара-сутра говорит:
Махамати: О Сияющий Победитель, все бодхисаттвы и махасаттвы, кои обладают четырьмя дхармами достигают йоги великого свершения. Каковы эти четыре дхармы [стадии йоги]?
[Будда:] Они такие: (1) медитация на сиянии ума, (2) отказ от взгляда [абсолютного] возникновения, пребывания, или исчезновения, (3) понимание того, что внешняя действительность лишена субстанции, и (4) сильнейшее желание распознающего осознавания. О Махамати, все бодхисаттвы и махасаттвы, кои располагают сими четырьмя дхармами достигнут великой стадии йоги.
Этот пассаж демонстрирует четыре стадии йоги. Теперь я разъясню их последовательно. Фраза: "медитация на сиянии ума" указывает на сосредоточенную йогу [первая стадия]. Таже самая сутра говорит:
Махамати: Как бодхисаттвы и махасаттвы достигали искусности в медитации на сиянии их ума?
[Будда:] Они созерцали таким образом: "Три плоскости космического существования – всего лишь ум. Ум [по присущей ему природе] – неизменен, свободен от двойственности "я" и "моего", а также от беспокойства по поводу утверждения или отрицания. И всё же он с незапамятных времён был запятнан привязанностью к постыдному течению психики и тесно связан с действиями совершёнными в предыдущих жизнях на трёх плоскостях. Потому человек следует за своим заблудившимся умом, за телом, собственностью, привычками и движениями."
Этот отрывок из сутры в целом соответствует тому, что значит сосредоточенная стадия йоги. Говоря об "отказе от точки зрения абсолютного возникновения, пребывания, или исчезновения", эта сутра описывает неразличающую йогу [вторая стадия]:
Махамати: Как бодхисаттвы и махасаттвы избавлялись от взгляда абсолютного возникновения, пребывания или исчезновения?
[Будда:] Они избавлялись от этого таким образом. Они познавали, что все феномены – вроде эфимерной иллюзии и сна, что они не зависят от двойственности себя и других, и что они посему являются нерождённой [пустотой]. Они фокусировались на манифестациях ума и познавали внешнюю реальность, как нереальную. Воспринимая нереальность феноменов, они приходили к прекращению течения чувственного сознания. Ввиду того, что они познавали нереальность своих психосоматических агрегатов и взаимодействующих условий трёх планов космического существования, как имеющие источник в их спутанном уме, они видели, что внешние и внутренние феномены лишены

какой-либо неотъемлимой природы и превосходят все концепции. Оставив точку зрения абсолютного возникновения [феноменов], они осознавали призрачную природу и тем самым добивались постижения нерождённой дхармы [протяжения пустоты].
Толкование сутры отвечает значению стадии йоги неразличения. Фраза сутры об искусности "в понимании того, что внешняя реальность лишена субстанции" изображает йогу одного аромата [третью стадию]. Всё та же Ланкаватара-сутра сообщает:
Махамати: Как бодхисаттвы и махасаттвы достигали умения понимать, что внешняя реальность не имеет субстанции?
[Будда:] Они добивались этого проникая в присущую феноменам пустоту и воспринимая их самоприроду подобной миражу, сну, или расчёске запутанной в волосах. Они делали так, понимая, что с незапамятного времени всякая самостоятельная реальность брала начало в уме с его привязанностью к различным постыдным психическим токам.
Это описание сутры соответствует значению стадии йоги одного аромата. Фраза сутры о "глбоком желании распознающего осознавания" обозначает немедитационную йогу [четвёртую стадию]. Та же сутра говорит:
Махамати: Как бодхисаттвы и махасаттвы достигали такого проникающего аналитического осознавания?
[Будда:] Они достигали его таким образом. Вслед за обретением, силой терпеливости, постижения непроисходящей [пустоты] всех вещей, бодхисаттвы пребывают на восьмой ступени просветления. Они добивались состояния осознавания благодаря своему проникающему осознаванию мышления, ментальных событий, ментального сознания, пяти чувств, природы сих пяти чувств, и двух видов несамости.
Это описание соответствует значению немедитационной стадии йоги. Ланкаватара-сутра далее сообщает:
Представляй себе внешнюю реальность, выводя её из ума. Фокусируй ум на таковости [пустоты], а затем переступи по ту сторону самого ума! Установи ум в пустоте видимости выйдя по ту сторону феноменов видимости. Йогин, который установил ум в пустоте видимости, воистину увидит Махаяну.
Смысл цитаты, в том виде как она разъяснена в Бхаванакраме и в Праджняпарамитоподеше, отвечает значению четырёх стадий йоги. Сангва Самгьи Микхъяпай Гью показывает: что четыре уровня спокойного погружения и четыре стадии йоги тождественны:
Во-первых, спокойное погружение – всё равно что лев на отдыхе – оживляет сознание и устанавливает сосредоточенное, неподвижное состояние. Затем рассветает самопознающее осознавание, и появляется внутреннее тепло и власть над перерождением.
Во-вторых, подобное иллюзии спокойное погружение приводит к великому неразличающему равновесию. Тем самым вступает в силу невообразимое погружение, и начинает всходить кульминация пробуждения.
В-третьих, спокойное погружение великого героя вызывает сверхнормальное познание разных реальностей, как одного аромата. Бодхисаттва достигнув десятой ступени просветления, и став сыном будд трёх времён, будет непреклонно стремиться исполнять желания других чувствующих существ. Благодаря своей силе терпения он устранит несчастья существ нижних миров.
В-четвёртых, подобное алмазу спокойное погружение выводит на возвышенное состояние неразличения, так что [пробуждённый] медитатор узнает невообразимо-чистый мир всеведущих. И тогда он достигнет уровня спонтанного исполнения великой, высочайшей дхармы!
Хеваджра-тантра также описывает [четыре стадии йоги]. Стадия сосредоточенния изображается в следующем отрывке:
Останови ум в равновесии на весь день и ночь, будто плавный поток реки, словно устойчивый язык пламени.
Стадия неразличения описывается таким образом:
Сущность, форма и видящий – всё нереально. Звук и слушающий – также нереальны.
И ещё так:
Начало, середина и конец – нереальны; равно как сансара и нирвана!
Стадия одного вкуса показана вот как:
Состояние одинаковости достигается путём медитации на одном вкусе.

Стадия немедитации показана так:
Нет ни медитации ни медитатора.
Сараха комментирует по поводу стадии сосредоточения:
Будь спокоен, как младенец, оставив раздвоение на субъект и объект.
О стадии неразличения он говорит:
Медитируй на том, в чём нет какого бы то ни было действительного базиса.
И о стадии одного аромата он говорит:
Все вещи имеют природу одного сплошного аромата. Это невообразимое высочайшее осознавание!
Таким образом все упоминания о сосредоточенном погружении находящиеся в сутрах, тантрах и живых наставлениях следует рассматривать как йогу сосредоточения; ссылки на состояния невозникающей [пустоты], лишённой любых концептуальных разновидностей, следует считать йогой неразличения; ссылки не нереальность и равностность следует считать йогой одного аромата; ссылки на [потустороннее] состояние, свободное от всякого дуалистического беспокойства или размышления по поводу того, что надо принять или отбросить, уничтожить или создать, следует рассматривать, как йогу немедитации. Дже Янггонпа и другие полагали, что система четырёх стадий йоги возникла из личного опыта реализации Дже Такпопы [Гампопы], между тем как термин "четыре йоги" содержится в тантрических трактатах и, как известно, имеет то же значение. Мы обязаны Дже Гампопе за составление чёткого разъяснения каждой из четырёх йог махамудры с тончайшим разделением на высокие и нижние уровни опыта и понимания, с тем чтобы помочь современным медитаторм. Грубое употребление термина "четыре стадии йоги" очевидно уже существовало в совсем ранние времена. Как говорилось прежде, этот термин присутствует в тантрическом трактате, озаглавленном Сангва Самгьи Микхьбпай Гъю, а так же в Лхенчик Кьеджор, который был передан Гонпаве Атишей. Система из четырёх стадий йоги содержится в песнях великого мастера Миларепы. Методы осуществления успокоения и постижения посредством медитации имелись в прошлом и тем более теперь. Я не встречал иных орденов, располагающих такой системой как наши, для определения уровня внутреннего ощущения и понимания, возникающего в медитации [успокоения и постижения], и располагающих методами усиления прогресса или дифференциации на верхние и нижние стадии реализации. Наша система демонстрирует непревзойдённые характеристики ордена Такпо Кагью.

Общее значение четырёх стадий йоги: Сущность этих четырёх стадий йоги.

Сперва я поясню устное заявление Дже Гомпы че-чунг [старшего и младшего Дже Гомпы], касающееся четырёх стадий йоги, и воззрения учителей, содержащиеся в их многочисленных трудах, таких например как живые наставления по настоящему предмету Дже Гампопы и Дже Гомцюла, Дже Гомчунга и Дже Пхагмо Трупы. Я так же буду обращаться к наставлениям Дже Шанга, ученика Дже Гомтсюла, Дже Гьяре, и других учеников великого святого Линга. Дже Гомчунг говорит о том, как распознавать сущностную природу [четырёх йогических стадий]:
Покоиться в безмолвии – это стадия сосредоточения; перестать предполагать – стадия неразличения; находиться вне двойственности принятия и неприятия – стадия одного вкуса; всё пережить сполна – стадия немедитации.
Дже Гампопа определеяет их следующим образом:
Сияющее, непрекращающееся, моментальное осознавание – это стадия йоги сосредоточения.
Понимание сущностного состояния такого осознавания, как невозникающей [пустоты], коя выходит по ту сторону концептуальных разновидностей реальности и нереальности, есть йога неразличения.
Понимание того, что всевозможные явления – одно с точки зрения присущей им природы – это йога одновкусовости.
Непрерывное осознание союза видимости и присущей ей пустоты – это великое равновесие йоги немедитации.
Теперь я вкратце приведу несколько других описаний. Стадия сосредоточения означает прочно, тихо, и ясно покоиться в сияющем и пустом осознавании, не имеющем, как

пространство, центра и переферии. Это – слияние динамических и устойчивых аспектов ума290. Дже Пхагдру объясняет:
Когда в потоке сознания появляются первые проблески сосредоточенного погружения, его безмятежность и сияние нельзя описать. Оно – ясное и не имеет какой-либо субстанции, как пространство.
Дже Шанг обстоятельно разъясняет:
Когда пробуждается стадия сосредоточения, осознают, что присущая уму природа является непрекращающимся потоком ясности и пустоты, без центра и переферии, подобно протяжению пространства, в безмятежности и сиянии. Это – равновесное погружение на первой стадии йоги.
Стадия неразличения представляет собой несомненное осознавание того, что любые разделения на субъект и объект – всего лишь невозникающая [пустота]. Медитатор сразу достигнет этого состояния после того, как освободится от врождённой привязанности ума к воспринимаемым признакам и искажённой концепции абсолютного возникновения, пребывания или растворения. Дже Пхагдру поясняет:
Затем восходит стадия неразличения! Святые называют её видением сути ума. Присущее ей состояние – это всего лишь неразличающая простота, простор всех реальностей. С точки зрения знания и неведения, не важно насколько отличаются будды и чувствующие существа, в действительности все они имеют одну предельную природу, и это – неразличающая простота. Её не связывают разновидности этернализма и нигилизма, а так же позиция абсолютного возникновения, исчезновения и т.п. Она превосходит не только мирскую обеспокоенность принятием и неприятием, но так же и все концептуальные определения. Такие например как срединный путь!
Дже Шанг соглашается:
Когда рассветает неразличающая стадии йоги, Медитатор осознает сущностную природу ума. Это – непрестанное осознавание чистой простоты. Когда такой ум погружён в дхармакаю, коя свободна от всякого представления об абсолютном происхождении или растворении, принятии или отказе, зарождается медитативное равновесие второй стадии йоги неразличения.
Стадия одного аромата представляет собой ум, приведённый гладко в его первоначальную чистоту в отсутствии утверждения или отбрасывания концепций относительно того, пусты или нет всевозможные вещи сансары и нирваны, и обособлен ли ум сам от точки зрения на феномены, как на абсолютно возникающие или пропадающие. Дже Пхагдру объясняет:
Медитируя на одном аромате всех вещей. Медитатор уразумеет один аромат всех этих вещей. Разнообразие явлений и неявлений ума и пустоты, пустоты и непустоты, – все одного аромата, неразличимы в присущей им пустоте. Понимание и отсутствие понимания – одного вкуса; Равновесие и состояние после равновесия – неотличны; медитация и отсутствие медитации – объединены в одном аромате; разделение и отсутствие разделения имеют один вкус в просторе реальности.
Дже Шанг говорит:
Когда рассветает стадия одного аромата, познают характеристики ума; осознают, что разнообразные вещи сансары и нирваны происходят из неразличающей дхармакаи ума. Видимость и отсутствие явлений, устойчивость и отсутствие устойчивости, пустота и отсутствие пустоты, ясность и отсутствие ясности – все одного аромата в сияющей дхармакае.
Немедитационная стадия – [это просветлённый ум], удаливший все пятна внутреннего ощущения и переживания и достигший гармоничного сочетания понимания процесса просветления с постоянной природой ума. Такой ум полностью свободен от двойственности погружения и постпогружения, внимательности и рассеянности. Дже Пхагдру пишет:
Осуществив сполна эту [стадию немедитации], медитатор добивается голого, ни на что не опирающегося осознавания. Такое неразличающее осознавание есть медитация! Превзойдя двойственность медитации и медитатора, внешних и внутренних реальнстей, медитирующее осознавание исчезает само собой в его сияющей ясности. Превосходя интеллект, оно лишено разделения на равновесие и постравновесие. Такова квинтэссенция ума.
Дже Шанг заключает:

Когда пробуждается немедитационная стадия йоги, суть осознавания отторгается от всего врождённого, на что опиралась. Йогин обнаружит, что нет ничего на чём медитировать, поскольку была разоблачена нереальность медитатора. Сказано, что потенциал просветления заключён в каждом уме. Украшенный тремя трансцендентальными формами291 и пятью аспектами осознавания292, сам откроешь это.
Так как существует согласие между большинством устных передач относительно идентификации четырёх стадий йоги, я не стал задерживаться более подробно на этом здесь.

Общее значение отдельной природы каждой [из четырёх стадий йоги].

Эта тема будет рассмотрена в восьми разделах:
1 Реализации стадий йоги. 2 Тёмное поприще внутренних ощущений. 3 Как сохранять состояние после погружения. 4 Как очищаются пятна ума. 5 Как успокаивается постпогружение. 6 Разница между погружением и постпогружением. 7 Пора реализации каждой из четырёх йогических стадий. 8 Некоторые другие особенности четырёх стадий йоги.

Реализации стадий йоги.

Дже Гомчунг поясняет:
Суть [ума] познаётся на стадии сосредоточения; природа [ума] познаётся на стадии неразличения; особенности [ума] осознаются на стадии одного аромата; всеобъемлющее понимание достигается на стадии немедитации.
Медитатору надо знать объяснение этих трёх первоначал – сути, природы и особенностей своего ума. Согласно нашему ордену реализация сущностного состояния ума на стадии сосредоточения является вполне определённым осознаванием присущей уму ясности и нетождественности. Реализация природы ума на стадии неразличения означает, что медитатор достиг постижения природы ума. В сущности медитатор познаёт, что природа ума – это несоставное состояние, лишённое какой-либо самоприроды, и что она свободна от всякого абсолютного происхождения, пребывания или исчезновения. Осознание характеристик ума на стадии одного аромата означает, что медитатор достиг запредельного осознавания того, что все несхожие мысли и явления, возникающие из скрытых психических отпечатков в уме – одного равного вкуса в невозникающем просторе ума, и в то же самое время он познаёт, что все эти разнообразные мысли происходят в результате взаимодействия между ними и мощью присущей уму пустоты. На стадии немедитации медитатор реализует всеобъемлющее, великое, исконное осознавание, в коем раздвоения на медитацию и медитатора, осознание и осознающего оказываются одного вкуса и неразделимы. Дже Гампопа даёт следующее определение:
Суть, природа и особенности ума – это три подлежащих определению аспекта. Суть ума представляет собой ясность и неразличение. Природа ума – это [пустота], которой непричастно никакое абсолютное возникновение, пребывание или исчезновение, между тем как характеристики ума проявляются на уровнях и сансары и нирваны. Посему медитатор осознаёт суть ума на стадии сосредоточения, природу ума на стадии неразличения, а характеристики ума на стадии одного аромата.
[В противоположность этому] Дже Пхагмо Друпа и Дже Шанг, вместе с другими, заявляют, что природа ума осознаётся на стадии сосредоточения, а суть ума на стадии неразличения. [Данное несогласие] не имеет значения, поскольку суть и природа – это две стороны ума. Коль скоро интересуются, являются ли так же одним и тем же реализации стадии сосредоточения и стадии неразличения, то можно ответить, что их подобие ограничено отношением к сущности осознавания на обеих стадиях. Однако существует огромная разница между первой и второй стадиями йоги по отношению к внутренним ощущениям – запятнаны ли они цплянием ума к ним – а также относительно уровня реализации – наделены ли они осознаванием невозникающей [пустоты] всех внешних и внутренних реальностей. Медитатор узнает о них в разъяснении, кое будет дано чуть позже.

Мрачная сфера внутренних ощущений.

Дже Гомчунг поясняет:
Сосредоточенная стадия может быть охвачена темнотой; стадия неразличения может уступить нигилистическим предрассудкам; стадия одного аромата может быть снесена прочь волнами двойственности; стадия немедитации может потерять ясность, вроде того, когда солнце затмевается облаками.
Первая строка означает, что в то время пока ум медитатора [на стадии сосредоточения] остаётся всего лишь успокоенным тихо и сияя в соединении ясности и пустоты вплоть до мгновения, когда медитатор осознает сущностную природу ума, он тем не менее, всё же, может быть затянут пеленой внутреннего ощущения, оказаться словно в тёмном заключении. Тогда медитатору вероятно не удалось бы распознать или почувствовать несомненность осознавания непрекращающейся ясности. Вторая строка показывает ошибку медитатора на различных уровнях стадии неразличения. Медитатор может побороть его собственное цепляние к отрицанию внешних и внутренних феноменов, а также чувство несомненности этого. Поэтому он либо не сумеет овладеть ею или же может забыть о законе взаимосвязанных причины и условия, который охватывает все миры видимости. Третья строка показывает ошибку медитатора на стадии одного вкуса. Пока он испытывает слияние мысли и явления, он может потерять из виду объекты веры или сострадания, тем самым оказаться в замешательстве относительно методов восприятия доброты других и чувства сострадания к ним. Как следствие он может быть отброшен назад на уровень Хинаяны. Считается, что в этом кроется большая западня, всё равно что оказаться в бушующем море. Четвёртая строка указывает на проблемы медитатора на некоторых уровнях стадии немедитации. Пусть даже осознавание без разделения на медитацию и медитатора и рассветет над ним, он однако может не суметь вычистить своё призрачное дуалистическое восприятие, так что неясность всё ещё сохраняется. Такое состояние сравнивается с солнцем закрытым облаками.

Как поддерживается состояние после погружения.

Дже Гомчунг поясняет:
Состояние после погружения на стадии сосредоточения является жёстким; состояние после погружения на стадии неразличения – это воспринимаемая иллюзия; состояние после погружения на стадии одного аромата – это осознавание пустоты; состояние после погружения на стадии немедитации – это динамическое сострадание.
Первая строка указывает, что поскольку медитатор не сумел очистить своё врождённое цепляние к внутренним ощущениям в течение медитации на стадии сосредоточения, ему не удастся удалить цепляние к реальности дуализма и в ходе его восприятия после погружения. Вследствие этого он будет воспринимать явления реальности жёсткими. Вторая строка показывает, что поскольку медитатор на стадии неразличения осознал, что все феномены суть невозникающая [пустота], он будет и после погружения воспринимать двойственность субъект объекта как просто форму, подобную иллюзии. Третья строка показывает, что поскольку медитатор на некоторых уровнях стадии одного вкуса не воспринимал все явления после погружения в качестве недвойственного единства видимости и пустоты, и поскольку он воспринимал эти явления однобоко, как чистую пустоту, его восприятие после погружения также становится частичным по пустоте. Строка четвёртая показывает, что поскольку погружение и постпогружение сочетаются вместе, не существует никакого отдельного состояния после погружения как такового. И всё же, возникает неразличающее сострадание, представляющее собой динамическое достижение. Отсюда и термин "динамическое сострадание" для восприятия после погружения. Праджняпарамита-самучаягатха советует:
Пойми, что все эти психофизические агрегаты суть невозникающая с самого начала пустота. Действуй с состраданием к миру чувствующих существ, кои не располагают опытом какого-либо погружения равновесия! Не отклоняйся от учений Будды на этом переходном этапе!

А Сараха говорит:
Это священное дерево недвойственного осознавания присутствует во всех трёх планах вселенной. Оно распускается цветком сострадания и созревает плодом благожелательности. Такой ум – в высшей степени великодушен.
Дже Гьяре объясняет:
Остаточное восприятие самостоятельной реальности имеет природу призрачной иллюзии. Такое случается на среднем уровне стадии немедитации. И тем не менее, подобное восприятие не возникнет на высшем уровне стадии немедитации.
Тем самым Дже Гьяре допустил иллюзорную видимость после погружения даже на стадии немедитации. В таком разе призрачное сострадание должно появляться во всяком постпогружении.

Как очищаются пороки ума.

Дже Гомчунг поясняет:
Порок на стадии сосредоточения – это цепляние ума к самостоятельной реальности. Порок на стадии неразличения – это не вполне определенная внутренняя сущность. Порок на стадии одного аромата – внутренние ощущения. Порок на стадии немедитации – знание.
Порок ума на стадии сосредоточения – прилипание к самостоятельной дуальности. Это – привязанность ума к внутренним ощущениям и к осознаванию уверенности. Порок всех уровней на стадии неразличения – неполное определение неотъемлемого единства видимости и пустоты. Это происходит ввиду [однобокой] сознательной уверенности в и привязанности медитатора к чистой пустотности, что неминуемо и легко приводит его к ней, и вместе с тем вызывает затруднение в восприятии или практике на уровне относительности. Порок на стадии одного аромата представляет собой едва уловимое цепляние ума к пустоте, обусловленное несовершенным определением присущего видимости и пустоте единства. Даже если бы таковое единство было воспринято, по-прежнему сохранялся бы некоторый изъян обусловленный [остаточными] внутренними ощущениями, кои проявлялись бы в виде иллюзий. Что касается порока на некоторых уровнях стадии немедитации, там существует то, что описывается как неосознание непонятийной простоты в восприятии после погружения. Этот порок отождествляется с источником-сознанием, являющимся неразличающим нейтральным состоянием. Поскольку в данном состоянии присущая реальность не возникает спонтанно, это было названо пороком знания.

Как успокаивается восприятие после погружения.

Дже Гомчунг поясняет:
На стадии сосредоточения можно упустить медитацию и не осуществить её в точности.
На стадии неразличения могут потерять медитацию, но осуществить её.
На стадии одного аромата не теряют медитации и реализуют её.
На стадии немедитации превосходят утрату и реализацию медитации.
Итак, на стадии сосредоточения, всё время наличествует вероятность потерять медитацию упустив из внимания. Коль скоро внимание оживлено, течение медитации восстанавливается, но настоящая медитация здесь не возникнет. На стадии неразличения наличиствует вероятность потерять медитацию из-за ошибки внимания. Но раз внимание оживлено, может возникнуть медитация, воспринимающая непроисходящую [пустоту] всех вещей. На этапе одного аромата нет возможности прервать медитацию, потому как течение сознания реализации длится и после погружения, даже в отсутствии поддерживаемой внимательности. Благодаря совершенной внимательности существует вероятность того, что медитатор обретёт постижение единства видимости и пустоты. На стадии немедитации, с того момента, когда рассветает внимательность, как законченный цикл осознавания, нет разделения между медитатором и медитацией. Так как осознавание охватывает каждое чувственное явление и каждое ментальное познание, нет необходимости осуществлять медитацию заново.

Разница между погружением и восприятием после погружения.

Дже Гомчунг поясняет:
На стадии сосредоточения появляются как соответствующие равновесие так и постравновесие.
На стадии неразличения всплывают дифференцируемые равновесие и постравновесие.
На стадии одного аромата возникает союз равновесия и постравновесия.
На стадии немедитации присутствует всесторонее погружение.
Потому как не возникает точного неразличающего осознавания на этапе сосредоточения, там нет отчётливого медитативного погружения. Равно как нет и отдельного постпогружения, поскольку подобное иллюзии погружение не происходит без осознания нерождённой [пустоты] всех явлений. Но всё же, медитатор может, на настоящей ступени практики, погрузить свой ум в медитацию, а также опять возобновить её немедленно, после того как отвлёкся, путём простого восстановления внимательности. Чёткое медитативное погружение достигается на стадии неразличения, ведь осознавание, кое пробуждается здесь, представляет собой измерение недвойственности. Как и недифференцирующее осознавание, оно непричастно умственному прилипанию к раздвоениям на субъект-объект, внешнее и внутреннее. Отчётливое постпогружение достигается, когда медитатор познаёт [неизбежно] простую видимость двойственности, как всего лишь эфимерную иллюзию. И таким образом медитативное погружение и постпогружение различаются. В равновесии погружения на стадии одного аромата все дуальности, такие как видимость и пустота, воспринимаются в качестве недвойственных. Равно и после погружения, когда бы медитатор ни познавал благодаря вниманию недвойственности, что видимость и пустота – недуальны и призрачны, его практика описывается просто, как сочетание погружения с постпогружением. На этапе немедитации, пусть даже чувственные явления и продолжают возникать, они всплывают и рассеиваются не иначе, как в равновесном погружении. Отсюда и определение, что нет ничего – но лишь тотальное погружение. Дже Шанг так суммирует это:
Всякий раз когда погружаешься в первоначальное осознавание, то что бы ни делал – прыгал, бегал, шептал или разговаривал – ты всё ещё в равновесии. Когда удаляешься от изначального осознавания, соскальзываешь в постпогружение, хоть даже и сидишь в медитации.
Он продолжает:
Каким бы высоким ни было духовное достижение, пока не овладел медитацией, будут возникать дуальности погружения и постпогружения, постоянной и непостоянной внимательности, рассеянного и нерассеянного ума. Но стоит пробудиться медитационному состоянию, в котором не нужно больше стремиться к нему, тогда это называется стадией немедитации.
Всякий раз когда сокровенное осознавание объемлет любую из первых трёх стадий йоги, медитатор находится в соответствующем равновесии, даже если он занимается тем, что прыгает, бегает или разговаривает. Но когда такого рода осознавание отсутствует, ментальное состояние медитатора сдвигается к восприятию после погружения, пусть даже он и сидит в медитации. До тех пор пока медитатору приходится стремиться к совершенству медитации, будут существовать такие дуальности, как равновесие и постравновесие, сохраняемое и несохраняемое внимание, рассеянный и нерассеянный ум. Необходимо отметить, что фактическая стадия немедитации представляет собой союз [сияющего осознавания и высшей иллюзорной формы] на стезе невозделывания293.

Пора реализации каждой из четырёх стадий йоги.

Дже Гомчунг поясняет о сроках таким образом:
Она наступает, когда глубоко погружён в состояние сосредоточения, когда овладел и равновесием и постравновесием на стадии неразличения, когда преуспел в сочетании равновесия и постравновесия на стадии одного аромата, и когда осуществляешь этап немедитации [просветления].

Медитатор достигает определённого опыта в медитативном равновесии на этапах сосредоточения, когда сохраняет внутреннее ощущение и сознательную уверенность, тем что оживляет внимание. За счёт энергичного внимания он переориентирует свою медитацию на восприятие после погружения. Медитатор овладевает как равновесием так и состоянием после равновесия на стадии неразличения, когда он сперва медитирует на подобном пространству погружении с постоянной внимательностью, а затем на восприятии подобном иллюзии после погружения. Медитатор добивается равностного состояния всех вещей на этапе одного аромата, когда он медитирует на соединении погружения и постпогружения, тем что полностью осознаёт недвойственность видимости и пустоты. Медитатор достигает неделимого союза равновесия и постравновесия на стадии немедитации, когда доводит свою медитацию до её предельного конца. Дже Гампопа поясняет относительно реализации:
Спонтанное исполнение достигается, когда овладеваешь стадией сосредоточения; недвойственное осознавание достигается, когда овладеваешь стадией неразличения; невообразимая природа ума осознаётся, когда овладеваешь стадией одного аромата; предельное совершенство реализуется, когда овладеваешь стадией немедитации.

Некоторые другие особенности этих четырёх стадий.

Дже Гьяре поясняет:
На стадии сосредоточения внутренние ощущения рассветают и исчезают; карма накапливается, ведь это путь преходящего мира.
На стадии неразличения воспринимаешь вещи прямо, подобно тому как всегда видишь отчизну, чередуя медитацию на погружении и постпогружении.
На стадии одного аромата видимость появляется как медитация, коя длится непрерывно в течение любого периода времени.
Стадия немедитации – это престол дхармакаи. Что значит – чистое понятие для большинства медитаторов данного уровня.
Таким образом стадия сосредоточения названа путём преходящего мира. Стадия неразличения – это [трансцендентальный путь], на коем медитатор воспринимает постоянную природу экзистенциального основания [ума]. Стадия одного аромата – когда явления познаются, как медитационное состояние. Стадия немедитации – истинная дхармакая. Считается, что для большинства современных медитаторов эта стадия немедитации остаётся лишь концептуальным обозначением. Дже Гьяре объясняет далее:
Медитируя долгое время на йоге сосредоточения, медитатор неизбежно уничтожит свою привязанность к чувственным удовольствиям и обретёт определённые силы достигнутые старыми аскетами, например, силу сверхпознания, превращения и т.п.
Сохраняя осознавание йоги неразличения, медитатор увидит великое зрелище изменчивой реальности и её ложное обличие. Он получит некоторые важнейшие качества бодхисаттвы, например, сострадание без всякой озабоченности собой, в соответствии с интенсивностью его подготовки и уровнем его интеллекта.
Удерживая долгое время состояние одного аромата, он увидит великое зрелище чистых земель будд. Не имеет значение, что он делает, сидит ли облокачиваясь, стоит ли на голове или ходит, [его погружение] недвижно, подобно жёстко восседающему царю; [он воспринимает] взаимосвязанное единство видимой и предельной реальностей, видом похожее на волшебный шёлк в лучах солнца. Он добивается определённых качеств просветления, и тогда претворяет надежды бесчисленных чувствующих существ.
Когда медитатор достигает высочайшего уровня немедитации, он обретает трансцендентальные качества, и тогда доводит свои духовные назначения до их предельного завершения.
Эти строфы описывают то, как в медитаторе возникают внутренние знаки, и зарождаются великие способности, на каждой из четырёх стадий йоги махамудры. Дже Янггонпа даёт дальнейшее описание:
На стадии сосредоточения освободишься от влияния психофизических агрегатов и очистишь пять чувственных сознаний.
На стадии неразличения освободишься от агрегатов ощущений и представлений, а также очистишь ментальное сознание.

На стадии одного аромата освободишься от разнообразных ментальных событий и очистишь источник заблуждений ума.
На стадии немедитации освободишься от ментального сознания и очистишь источник сознания.
Предыдущий пассаж показывает то, как восьмиричное сознание294 может быть очищено в медитации четырёх стадий йоги. Дже Янггонпа разъясняет по отдельности внутреннее ощущение и понимание, кои возникают из четырёх чистых состояний:
На стадии сосредоточения внутреннее ощущение и понимание запятнаны.
На стадии йоги неразличения внутреннее ощущение и понимание отличаются.
На стадии одного аромата они воспринимаются как единое.
На стадии немедитации, пробуждённый ум остаётся во всестороннем осознании в продолжение всего цикла времени.
Янггонпа указывает на факторы причины и результата четырёх стадий йоги:
Реализм, как следствие внутреннего заблуждения, проявляется в йоге сосредоточения.
Восприятие всего, как подобного иллюзии – следствие медитации йоги неразличения.
Восприятие всего, как подобного пространству – следствие медитации йоги одного аромата.
Высочайшее знание, достигаемое посредством йоги немедитации, есть постижение, кое воспринимает действительность, как чистую относительность без какого-либо внутреннего фундамента.
Касательно данного описания, некоторые люди утверждали, что коль скоро медитатор раскрыл внутреннее тождество своего ума, он не может более посеять кармических семян, равно как нельзя посеять семена в пространстве. Настоящее утверждение абсолютно неверно. Термин "раскрытие тождества ума" употребляется в связи с медитации йоги сосредоточения. Медитатор [на этой стадии] продолжает создавать карму вследствие восприятия реальности твёрдой, главным образом из-за невычищенного ментального цепляния. Хотя и говорится, что такое само-раскрытие может быть достигнуто на стадии йоги неразличения, медитатор всё ещё может создавать определённую карму в течение нестабильной медитации, коя попеременно то угасает то возникает снова. Сказано, что даже медитатор, который осуществил йогу одного аромата, мгновениями воспринимает твёрдую реальность и тем самым создаёт новую карму. До тех пор пока ум липнет к чему бы то ни было, человек всё ещё создаёт карму. Ратнавали разъясняет это:
Пока сохраняется цепляние к психофизическим агрегатам, останется и цепляние к я. Из этого цепляния проистекает карма; из-за кармы возникнет перерождение.
Дже Гампопа настаивает:
Коль скоро крючок для цепляния не устранён, дуалистическое мышление будет продолжать создавать новую карму. Следи за собой с нерассеянным вниманием!
Таковым вот образом создаётся карма в зависимости или от сильного или слабого цепляния ума. Пока не осознал все явления как иллюзии, будешь создавать карму из-за прилипания или привязанности к твёрдой видимости реальности. С того момента как осознал иллюзорную природу явлений и до мгновения, когда достигаешь её свершения, будет присутствовать вероятность [для медитатора] создать карму, либо через несовершенное познание реальности либо через несовершенное восприятие явлений. Дже Гампопа поясняет то, как соотносится карма со стадиями реализации:
Что касается разделительной черты между действенностью и не действенностью закона причинности, то карма, берущая происхождение из привязанности, останется действенной до того времени, пока не достигают прямого постижения истинной реальности и совершенного, призрачного восприятия всех явлений. Карма, проистекающая из того, как [такие продвинутые медитаторы] воспринимают простые явления, продолжит действовать, пока он совершенствует достигнутое им постижение присущей реальности и иллюзорной природы всех явлений. Короче говоря, карма останется действенной вплоть до момента, когда медитатор реализует дхармакаю. Коль скоро это было достигнуто, закон причинности прекращает существовать, даже в понятии.
Некоторые люди говорят, что благородные архаты не могут создавать какой бы то ни было новой кармы, так как они реализовали пустотность [реальности], на что указывает высказывание: "Возвышенные архаты полностью удалили болезнь, распад, несчастье и смерть". Тем самым демонстрируется запутанность относительно различения между уровнями страданий – теми, кои уже были удалены и теми, кои всё ещё устраняются.

Медитатор, который упрочил чёткое постижение пустоты и уничтожил сильнейшее цепляние к самостоятельной действительности, более не будет создавать какой-либо заметной кармы. Он будет, тем не менее, продолжать создавать, словно иллюзия, едва уловимую карму до тех пор, пока не устранит все свои скрытые психические отпечатки. Бодхичарьяватара объясняет этот момент:
Усваивая пустотность действительности, устраняют психические отпечатки субстанциальности. Этот взгляд пустоты, который уже был усвоен, так же будет сведён на нет.
Тот же самый текст говорит далее:
Маг создаёт призрак женщины, а затем чувствует к ней желание. Потому что маг сам не отбросил врождённое цепляние к чувственным объектам, его склонность к пустоте – ничтожна, пусть даже он и видит женщину, как нереальную.
На этом я завершаю общее описание четырёх стадий йоги и пути их реализации.

Детальное разъяснение каждой из четырёх стадий йоги.

Оно будет сделано в двух секциях:
1 Дифференциация каждой из четырёх стадий йоги. 2 Дифференциация уровней каждой стадии отдельно.

Дифференциация каждой из четырёх стадий йоги.

Собрание трудов Дже Такпопы [Гампопы] не содержит упоминаня о двенадцати уровнях четырёх стадий йоги, но устная передача его поучений, по-видимому, включала их. Устные наставления данные Дже Гомтсюлу говорят о трёх дополнительных подразделениях каждой из четырёх стадий йоги, а именно, на превосходный, промежутый и низкий уровни. Дже Пхагмо Трупа подразделял каждую из стадий йоги по трём уровням – верхнему, среднему и нижнему уровню. Эта традиция перешла дальше по непрерывной линии учителей до Дже Гьяре и к его ученикам. Дже Раджнунг Дордже [третий Кармапа, 1284-1339] и его ученики, в особенности Дже Кхачопа, разделяли четыре стадий йоги на двенадцать, а потом на двадцать четыре уровня. Данная система теперь очень хорошо известна в этом драгоценном медитационном ордене и оказалась великолепным и удачным средством дифференциации разных уровней внутренних ощущений и реализаций. Среди всех этих учений методы Дже Пхагмо Трупы разделения четырёх стадий йоги по двенадцати уровням стали особенно широко известны. Они будут объясняться здесь:
Йога сосредоточения.
1 На нижнем уровне йоги сосредоточения медитатор сможет воспринять истинную природу блаженства и ясности. 2 На её среднем уровне он достигнет внутреннего контроля над равновесным погружением. 3 На верхнем уровне он сможет переживать внутренние ощущения безостановочно на протяжении некоторого периода времени.
Йога неразличения.
1 На нижнем уровне йоги неразличения медитатор осознаёт свой собственный ум как невозникающую [пустоту]. 2 На её среднем уровне он осознаёт [свой ум] как лишённый всякого основания. 3 На её верхнем уровне он устранит сомнения и предрассудки относительно двойственности внешних и внутренних феноменов.
Йога одного аромата.
1. На нижнем уровне йоги одного аромата медитатор сумеет добиться слияния сансары и нирваны. 2 На её среднем уровне он уничтожит корень двойственности. 3 На верхнем уровне он соединит [восприятия] всех феноменов в состоянии одинаковости.
Йога немедитации.
1 На нижнем уровне йоги немедитации медитатор обретёт недвойственное осознавание, свободное от всяких двойственных представлений о медитации и медитаторе. 2 На её среднем уровне он ясно представит себе присущее спонтанному свершению основание. 3 На её верхнем уровне он соединит свою медитативную сияющую ясность с предельным сияющим осознаванием.

Смысл этого будет понятен из дальнейшего разъяснения, дающегося ниже. Не обязательно, чтобы опыты, появляющиеся на двенадцати уровнях четырёх йог, шли вслед друг за другом по порядку, на подобие ступеней лестницы. К примеру, прежде окончательного переживания опыта внутреннего ощущения и реализации на верхнем уровне йоги сосредоточения, могут возникнуть переживания первых двух уровней следующей йоги неразличения. Подобным же образом, до завершения опыта внутреннего ощущения и реализации на уровне йоги неразличения, могут возникнуть переживания первых двух уровней йоги одного аромата. И так же, прежде окончательного опыта верхнего уровня йоги одного аромата, могут возникнуть внутренние ощущения нижнего и среднего уровней йоги немедитации. Таким образом, очевидно, что переживания могут не следовать описанному выше порядку уровней йоги. Большинство описаний внутренних ощущений и реализаций основывается на опытах старых медитаторов настоящего Медитационного Ордена, кои подняли знамя медитации полностью посвятив себя медитации в горном уединении. Не смотря на это, учения, кои они передавали большей частью последователям постепенного пути, могут оказаться непригодными для ищущих мгновенного осуществления и мимолётного осуществления. Помимо всего прочего, потому как многие теперешние медитаторы легко поддаются лени и рассеянности, вовсе не обязательно, что у них возникнут эти переживания в том же самом порядке как было изложено. Однако даже и в настоящее время медитаторы наделённые врождённой мудростью и те, кто пробуждены силой благословений своих гуру, добьются постижения природы их реализации. Поскольку определение уровня добродетельной практики оказывается весьма важным, я разъясню это здесь ссылаясь на изречения старых учителей нашего Медитационного Ордена.

Дифференциация уровней каждой стадии отдельно: Йога сосредоточения.

Объясняться это будет в трёх отделах:
1 Дифференциация йоги сосредоточения. 2 Как зарождается внутреннее ощущение и опыт. 3 Как поддерживать эту йогу.

Дифференциация йоги сосредоточения.

Йога сосредоточения так названа потому, что этот термин означает либо соредоточенное внимание, кое фокусируется без рассеяния на смысле постоянной реальности ума, либо спонтанное слияние бегущих мыслей со спокойной природой ума. Могут поинтересоваться, не противоречит ли эта [дифиниция] утверждению о том, что точный смысл постоянной реальности ума будет осознан на стадии неразличения, однако здесь нет противоречия. [Если хорошо посмотреть,] то между двумя стадиями действительно существует отмеченная разница по данному пункту. На этапах йоги сосредоточения осознают простую постоянную природу ума, тогда как осознание йоги неразличения охватывает точную постоянную природу всех реальностей, внешних и внутренних, причём в то же самое время устраняется врождённое цепляние ума к внутренним ощущениям, переживаниям и осознаванию несомненности. Некоторые люди кратко говорят о медитации успокоения как о сосредоточенном уме. Они ошибочно отождествляют спокойный ум с сосредоточенным умом на тех основаниях, что первый – это непонятийное однонаправленное состояние, поддерживаемое ясностью бдительности. Другие ошибочно отождествляют спокойный ум в соединении с пониманием пустоты, с йогой сосредоточения. Первое допущение совершенно неправильно. Пусть даже [спокойный ум] и кажется безупречным, но он полностью лишён сознательной несомненности постижения. Второе положение столь же неверно. Там описано только простое сознание, кое склоняется к пустоте, но оно лишено сознательной уверенности в пустоте по отношению к уму. Йога сосредоточения должна посему быть йогой, в коей фокус осознавания целиком направлен на значение сущностной природы ума. Она так же должна полностью осознавать своё внутреннее тождество, и одновременно достигать гармоничного сочетания динамических токов мышления с умом. Это сообразуется с

высказыванием о том, что на стадии йоги сосредоточения осознаётся сущностная природа ума. Дже Янггонпа говорил о способе поддержания стадии сосредоточения:
Важность практики покоится на понимании своего внутреннего тождества благодаря проплывающим мыслям. Они служат входом к постоянной реальности ума. Вглядываясь в свой внутренний лик можно согласовать его с собой. Смотри, существуют ли внимание и мышление отдельно от тебя; и тем самым плывущие мысли объединятся со спокойным умом.
Среди трёх уровней йоги сосредоточения нижний уровень представляет собой наростающий опыт, начинающийся с момента, когда медитатор добивается погружения, коему сопутствуют внутренние ощущения ясности, пустоты и блаженства, и до момента, когда он способен оживлять и удерживать погружение произвольно. Вероятно ему это покажется довольно сложным вначале. Средний уровень достигается, когда погружение временами возникает автоматически, даже без каких-либо усилий со стороны медитатора, или же проходит устойчиво, по мере того, как медитатор получает контроль над медитацией. Верхний уровень йоги сосредоточения достигается, когда медитатор переживает бесперебойное внутреннее ощущение погружения и способен сохранять союз ясности и пустоты [осознавания] на протяжении всего цикла дня и ночи, на протяжении всего погружения и после погружения, и в любых четырёх типах поведения в жизни. Дифференцируя четыре стадий йоги относительно того, совершена или не совершена реализация каждой из стадий, Дже Гьяре упоминает шесть пар критериев:
1 Реализация с постижением или без постижения присущей уму природы. 2 Является ли достигнутая умом сила окончательной или неокончательной. 3 Прояснились ли двойственные мысли в качестве медитации. 4 Расцвели ли духовные качества. 5 Достигнуто ли постижение видимой реальности. 6 Посеяны ли [в потоке сознания] семена высочайшего проявления [будд].
Это – превосходная система определения, и она годится для нашего курса. Посему я разъясняю её здесь. (1) Медитатор реализовал йогу сосредоточения тогда, когда он с сознательной уверенностью получил постижение своего собственного сокровенного осознавания, кое является нерасторжимым соединением присущей ему ясности и пустоты. Подобно протяжению пространства, эта простота ума лишена какой бы то ни было самостоятельной сущности, и вместе с тем проявляется ясно и непрестанно. С другой стороны, медитатор ещё не добился постижения сущностной природы ума в йоге сосредоточения, если он не достиг такого осознавания несомненности, пусть даже его ум спокоен и светел и приведён в состояние блаженства, ясности и неразличения. Такого рода переживание неопределённой видимости сродни восприятию младенцем отражения луны в воде. (2) Власть ума над йогой сосредоточения достигнута, когда состояние блаженства, ясности и неразличения в погружении с осознаванием уверенности длится на протяжении целых суток. Такая сила не достигнута, если йога сосредоточения прерывается смещением фокуса ума. (3) В момент, когда внимание фокусируется на возникающей мысли или явлении, те обращаются в медитативное состояние, что избавляет от необходимости отказываться от них. Кроме того, если медитатор может перевести свой сон в сияющее осознавание, то он обретает могущество ума воспринимать всякую мысль как медитативное состояние. Такой переворот каждого явления в медитационное состояние не реализовано, если медитатор принуждён стремиться делать это посредством силы внимательности. (4) Медитатор осуществил возвышенные способности в медитации йоги сосредоточения тогда, когда он чувствует отвращение к своим восьми мирским реакциям, когда больше ни внутри ни на его теле не возникает внешних и внутренних "микроорганизмов", когда он может творить всевозможные чудесные превращения, такие, например, как созерцательная сила трансформации и пересиливающие проявления (зепар и зилнон, см. примечания 86 и 87), когда он добился сверхнормального познания, и т.п. Медитатор не реализовал сущностных качеств, ежели его ум не стал гибким и спокойным, и если он не испытал каких-либо общих знаков вроде самопроизвольного внутреннего тепла. (5) Медитатор добился постижения видимой реальности тогда, когда, следуя своему ясному погружению, он в совершенстве понял естественный закон, основывающийся на взаимодействии причин и результатов, внешнего и внутреннего, который неизменно производит действия соразмерные большим и малым кармам, и тогда, когда он регулирует свою жизнь, настрой и поведение сообразно моральным принципам. С другой стороны, медитатор не достиг сознательной

уверенности по отношению к естественному закону, если он пренебрегает добросовестно придерживаться принципа кармы. (6) Медитатор посеял семена высочайшего проявления в себе, когда он, после погружения, взрастил сострадание ко всем чувствующим существам и серьёзно выразил своё пожелание блага другим. С другой стороны, медитатор не посеял в себе семена высочайшего проявления, если он не воспитал сострадания, ввиду завес в его уме обусловленных внутренними ощущениями, возникшими в равновесном погружении, и когда вместо этого он стремился к успокоению и блаженству [нирваны] для себя.

Как зарождаются внутреннее ощущение и опыт.

На нижнем уровне йоги сосредоточения медитатор будет, за счёт своей ментальной привязанности, удерживать полученное при погружении состояние блаженства, ясности и пустоты. Когда переживается такое ощущение, почти все мысли и явления растворяются сами собой, будучи неспособными стать устойчивыми. Медитатор может истолковать это как медитационное состояние и тем самым вызвать определённое цепляние. Ему возможно иногда не будет удаваться позволять свободно течь возникшей мысли. Большинство чувственных явлений после погружения возникают как твёрдая реальность, и в то же время дают ощущение радости. После погружения, всякий раз, когда ум фокусируется на внутреннем ощущении ясности и пустоты, медитатор не может ничего дрого как сознавать его либо пустым либо проявлением ума. Сны медитатора не слишком отличаются от тех, что были раньше, за исключением большей ясности. Некоторым медитаторам может сниться много всего при малом сознании несомненности. Иногда медитатор может испытывать множество колебаний в своей медитации. Временами ему будет казаться сложным добиться равновесного погружения, приходя к мысли, что он возможно никогда не осуществит медитацию. В другой раз он может добиться хорошей медитации, тем самым вызывая хорошее чувство. В подобном случае медитатору надлежит увеличивать своё доверие к гуру, надлежит выбрать и принять положительное или благородное расположение по отношению к своим духовным товарищам, а так же надлежит порождать сострадание ко всем иным чувствующим существам. На среднем уровне йоги сосредоточения медитатор достигнет прочного погружения в состояние ясности, пустоты и блаженства. Временами он будет добиваться погружения не прилагая усилий и будет испытывать ещё меньше мыслей или явлений. Кроме того, что бы он ни воспринимал, всё будет течь гладко, как будто раскрывающееся само собой. В ходе восприятия после погружения медитатор через открытое и просторное расположение духа испытает возвышенное ощущение ясности и пустоты, кои могут искажаться явлением жёсткой действительности. После погружения его сознание будет обращаться в медитативное состояние в тот самый момент, когда он применяет внимание. Ему будут или не будут сниться переживания каких-либо внутренних ощущений. У некоторых медитаторов будет несколько меньше снов, но они будут испытывать радость в самый момент мысли о медитации. На верхнем уровне стадии сосредоточения возникнет непрерывное погружение в состояние ясности, блаженства и пустоты. Все потоки мыслей в погружении и после погружения, а также и сны исчезают в должном порядке в состоянии погружения. Медитатор, с пятном привязанности, будет осознавать возвышенные ощущения, кои следуя друг за другом вселят в него сильнейшее чувство пустоты. Таким образом, воспринимая блаженство, осознавание, и ясность мысли и явления, он воспринимает их пустоту как присущую ему природу. В любом переживании он будет ярко воспринимать явление, как сон или иллюзию, и достигнет определённых психических сил, таких например как тонкое сверхнормальное познание, и т.п. Он скоро признает данную медитацию непревзойдённой, и его медитативная вера и благородное отношение возрастут.

Как поддерживать эту йогу.

На третьем уровне [верхнем уровне] йоги сосредоточения, медитатору следует находиться в молчании в горном затворничестве, вход [в его келью или пещеру] надо

завалить и крепко заделать. Ему надлежит принять максимум предосторожностей от любых [физических и душевных] осквернений. Главное осквернение, пожалуй, – это лишить свой ум гибкости и притупить остроту своей мудрости. Даже небольшое осквернение наверняка испортит его погружение и создаст множество преград его медитации. Когда он замечает признак какого-либо осквернения, ему надо решительно избежать порчи и, в то же самое время, надлежит применить установленные для очищения средства. В большинстве случаев, когда медитация прерывается либо тупостью либо потоком мыслей, медитатору следует использовать особые методы, чтобы очистить их и видеть сущностную природу ума как можно чаще. Если ум испорчен состоянием оцепенения, медитация будет сильно ослаблена. Медитатору надлежит применять всевозможные духовные средства, такие например как самоочищение, получение полномочий от гуру, многократная практика медитационных посвящений, совершение ритуального угощения, исполнение подношений с преданностью [к верховному прибежищу], а так же раздача даров [нуждающимся]. Кроме этого, ему надлежит искать понимания и благословения своего гуру и духовных друзей, для того чтобы убрать осквернение. Если медитатор утверждал негативное отношение к своему гуру или духовному другу, это нарушение религиозной близости приводит его к переживанию внутреннего осквернения. Ему надлежит убрать его испросив благословения своего гуру или друга. С другой стороны, если медитатор питал более серьёзное больное чувство к каждому из них, или же если он даже отступил от веры в них и не хочет искать их понимания и благословений, это вполне могло быть препятствием вызванным мешающими силами. Медитатор должен тогда применить лекарство, обратившись к прибежищу и увеличивая веру [в гуру как живое воплощение трёх драгоценностей]. Далее он должен медитировать на несчастьях чувствующих существ, ощущать отвращение и печалиться их состоянием, и энергично пробуждать благородное отношение и сострадание к ним. Хорошенько выполнив это, он может расслабиться на несколько дней и сделать подходящие физические упражнения. Теперь медитатору надлежит практиковать погружение с опорой на чёткое и сохраняемое внимание, как у зимородка, когда тот высматривает рыбу в воде. Поддерживая погружение медитатору не следует гнаться ни за аналитическим охватом, ни во владение непонятийности, ни за зарождением опыта и не к воспринимаемой видимости после погружения. Ему не следует так же позволять уму стремиться к хорошему переживанию или питать отвращение к плохому. Даже когда возникает мысль, ему надлежит просто воспринять её не беспокоясь тем, принимать ли её или отринуть. Поскольку тупое внутреннее ощущение как бы затуманивает [осознавание] сущностной природы ума, медитатору надлежит повторно пытаться отделаться от "дымки" такого внутреннего ощущения. Ему надо усиливать яркость осознавания и сохранять это первозданное состояние. Так как биографии и просветлённые песни старых мастеров нашего Медитационного Ордена описывают то, как они овладевали медитационной практикой, изредка читая их можно усилить свою решимость следовать их примеру двигаться путём освобождения. Коль скоро медитатору, даже спустя годы медитации йоги сосредоточения, не удаётся развить осознавание до уровня неразличения, для него особенно важно практиковать "три отречения". Первое – это отречение от привязанности к себе. Медитатору надлежит порвать путы страсти и привязанности к этой жизни, к её материальным целям, к своему телу и уму, и перестать сообщаться с компаниями товарищей. Ему надо прекратить разделять на друзей и врагов полагаясь на свою любовь и ненависть. Медитатору следует [через практику созерцания] сделать внутреннее подношение своего тела гуру и надлежит повторить "священное действо нищенствующего монаха". В продолжение такого рода медитации он предлагает своё [превращённое] тело в качестве [высшего] подношения [трём драгоценностям и также чувствующим существам]. Второе отречение состоит из оставления привязанности к тому, чем владеешь. Медитатору следует раздать всё своё состояние совершая подарки гуру и духовным собратьям и делая священные подношения тормы295 к ритуальным угощениям [медитационным божествам и посвящённой братии ордена Ваджраяны]. Ему надо отказаться не только от своего желания удовольствий, еды, нарочитой одежды и признания, но надлежит отказаться и от дома его отца или иного родного жилья, кои наверняка должны отвлекать его. Он должен находиться в уединении, словно олень, делая всё как было сказано ранее. В случае, если он не откажется ни от чего этого, ему надо по крайней мере несколько лет медитировать в молчаливом отшельничестве296.

Третье отречение составляет отказ от привязанности к погружению. Медитатор сперва растворяет все возвышенные ощущения типа радости и удовольствия, а так же чувство доверия. Затем он снова усиливает его сокровенную уверенность в том, что нет такой вещи как абсолютное добро и абсолютное зло в присущей всякой возникающей мысли или явлению природе. Без кокого-либо стремления к медитации он просто не отвлекаясь сохраняет своё чистое и обнажённое осознавание, отделённое от любого возвышенного ощущения. Дже Гампопа предлагает такие наставления:
Когда, сначала учишься как медитировать, учись достигать сияния ума. Потом учись как оставаться нерассеянным. Затем как поддерживать вездесущее осознавание. Когда устанавливается настоящее родство с собственным осознаванием, достигаешь сознательной несомненности в предельной действительности.
Дже Гьяре советует:
По достижении состояния йоги сосредоточения следует растворить все внутренние ощущения и оставаться в этом чистом состоянии без всякой попытки медитации.
На стадии йоги сосредоточения существует возможность и огромный риск того, что медитатор спутает какие-либо внутренние ощущения с реализацией и сползёт в сторону. Менее разумные медитаторы, кои не достаточное время посвятили подготовке со своими гуру, не смотря на то, что они промедитировали многие годы, подвержены цеплянию желания внутренних ощущений. Это цепляние наверняка не даст им добиться постижения истинной природы ума. Пусть даже они увидели её проблеск, они наверняка лишатся его.
В связи с этим Дже Гампопа указывает на некоторые важные упущения:
Любое интеллектуальное видение в отсутствии реализации – всего лишь идея, хотя она и предполагает свободу от всяких крайних взглядов. Великие медитаторы, кои остались на якоре привязанности, создают почву своему циклу существования, безразлично насколько хорошо их погружение.
Дже Дрикхунгпа предупреждает:
Неизменяемые внутренние ощущения приведут к перерождению в высших мирах богов.
Для медитатора одинаково существенно важно не цпляться и не стремиться к присущей уму обнажённости. Сараха настаивает:
Отбрось свою привязанность к любому объекту!
И Дже Гампопа говорит:
Великий медитатор, который липнет к двойственности, может добиться некоторого опыта, но это не подлинное достижение.
Соблюдая медитацию [йоги сосредоточения] медитатор добьётся устойчивого прогресса. Он, в должное время, переживёт очищение внутренних ощущений и от привязанности к ним, что типично для данной первой йоги. Он освободиться от цепляния к субъект/объектной двойственности и осуществит медитацию независимую от любых разновидностей понятийного определения.

Дифференциация уровней каждой стадии отдельно: Йога неразличения.

Объяснение этого дано в трёх секциях:
1 Дифференциация йоги неразличения. 2 Как зарождаются внутреннее ощущение и опыт. 3 Как поддерживать эту йогу.

Дифференциация йоги неразличения.

Термин "неразличение" относится к постоянной природе ума, коя, подобно пространству, непричастна какому бы то ни было абсолютному происхождению, пребыванию или исчезновению, какому бы то ни было понятийному определению, такому как этернализм и нигилизм, или внутренним и внешним движениям. Муламадхьямака-карика сообщает:
Нет ни возникновения ни исчезновения, ни нигилизма ни вечности, ни ухода ни прихода, ни различия ни тождества, полностью независимая от всех понятийных определений это – совершенная квинтэссенция.
Некоторые люди утверждают, что йога неразличения подразумевает отсутствие субъект/объектной дуальности. Другие считают, что её значение заключается в точном

осознавании, непосредственно познающего пустотность всех вещей. То и другое неправильно. Если бы первое было верным, то даже простое непонятийное успокоение стало бы йогой неразличения. Согласно последним, даже привязанность, с коей ум цепляется к сознательной уверенности в пустотности и нереальности, была бы йогой неразличения. Было сказано, что постоянная природа ума осознаётся на стадии йоги неразличения, и что таковая природа является необусловленной простотой, подобной пространству. Её нельзя ни сдвинуть ни изменить. Популярное изречение сутры описывает её таким образом:
Она – глубокая и спокойная, неразличающая, сияющая и несоставная.
Уттара-тантра заявляет:
Присущая уму природа – это сияющая ясность; она неизменна, как пространство.
Стадия йоги неразличения делится по трём уровням. Нижний уровень составляет понимание присущей уму пустоты, коя непричастна какому бы то ни было необусловленному происхождению или исчезновению. Тем не менее данное понимание всё ещё запятнано внутренними ощущениями и сознательной уверенностью в этой пустоте. Следовательно, ум возбуждается либо страхом своего бесцельного блуждания по сансаре или же желанием обрести освобождения в нирване. Средний уровень йоги неразличения составляет осознание того, что природа ума лишена какого-либо основания или корня, и что привязанность, коя липла к представлениям видимости и пустоты, уничтожена. Но даже тогда, медитатор не избавлен окончательно от сомнений и заблуждений относительно явлений внешних феноменов. Верхний уровень йоги неразличения составляет внутреннее раскрепощение медитатора от врождённого цепляния к сознательной уверенности в пустотности как внешних так и внутренних феноменов, кои объемлются терминами видимости и существования, сансары и нирваны. Это осознание также включает истребление сомнений и заблуждений, упований и страхов. Отделить достижение от неудачи овладения верхним уровнем йоги неразличения можно следующим образом. Медитатор осознал неразличающую простоту, как сущностную природу ума, если способен удерживать это состояние свободным от всякого различения. Это результат его (медитатора) обособления от цепляния ума к осознаванию уверенности, а также растворения в себе корня переживающего. С другой стороны, медитатор всё ещё не обрёл постижение йоги неразличения, если продолжает слегка липнуть к сознанию пустоты или слабой определённой уверенности, потому что таковое ментальное цепляние составляет внутренние ощущения на стадии йоги неразличения. Медитатор достиг силы ума настоящей стадии йоги, раз он реализовал совершенное постижение неразличимой простоты всех вещей. Такое постижение не должно быть запятнанным ни малейшей привязанностью к пустоте или надеждой и страхом. У медитатора не получилось достичь силы ума данной стадии, если он не убрал ощущение цепляния к пустоте, и если упование и страх, при участии чувственных явлений, всё ещё тащатся с ним, пусть даже он и понимает, что внутренняя, присущая представлениям и чувствам природа независима от необусловленного происхождения. Медитатор осознаёт различающие мысли, как медитацию, когда устанавливает, что все текущие мысли лишены [всякой реальности], и что чувственные явления также пусты по природе, и в результате, воспринимает свои мысли и явления после погружения как и в состоянии погружения. Ему не удалось осознать все возникающие мысли, как медитационное состояние, если он неспособен поднять сознание и чувственные явления до состояния погружения. Расцвет духовных качеств на стадии неразличения имеет место только если медитатор, столкнувшись с благоприятиными обстоятельствами, например, получением искусных методов для развития великих способностей, может объединить спонтанные знаки своих сверхнормальных сил [побочный продукт самоосуществления] и своё пробуждённое состояние. С другой стороны, расцвет великих способностей не случится у медитатора, если он не увидел сияющих знаков сверхнормальных сил, вследствие того, что у него не сложились благоприятные обстоятельства, и он не получил искусных методов, не взирая на то, что обрёл постижение предельной реальности. Медитатор достиг совершенного постижения видимой реальности, если, познав пустоту как тождественную закону причины и следствия, он добился понимания того, что хотя сущностная природа ума и лишена вовсе какой-либо самомтоятельной сути, взаимодействие между причиной и условием столь мощно, что позволяет медитатору разнообразными способами возвышать свой ум. С другой стороны, медитатор не обрёл постижения видимой

реальности, если из-за его невежества у него нет понимания взаимозависимой относительности. Медитатор посеял в себе семена проявления просветления, когда он знает, как после погружения заложить подобную иллюзии причину, пробудив просветлённую мысль и торжественно выразив решимость исполнить желания прочих живых существ. С другой стороны, ему не удаётся посеять семя проявления просветления, если он не привёл во взаимодействие великодушные причины и условия, и если посчитал для себя трудным выказывать сострадание, пусть даже он и осознал пустотность.

Как зарождаются внутренние ощущения и опыт.

Медитатор на нижнем уровне данного состояния йоги достигает осознавания неразличимой простоты феноменов, коя отделена от необусловленного пребывания или исчезновения. Но даже тогда, он всё ещё сохраняет ментальное прилипание к пустоте. Во время после погружения, он испытает отчётливое цепляние к любви к друзьям и ненависти к противникам. Заблуждение будет продолжать превалировать в большинстве его снов и видений. Его добродетельная практика будет шаткой. Он разовьёт веру в своих гуру, в своих духовных собратьев, в сознание уверенности относительно своей практики, но временами могут случаться расстройства из-за возникновения сомнений по поводу каждого из них. На среднем уровне йоги неразличения, медитатор прекращает хвататься за пустоту. Это, в свою очередь, делает его значительно менее привязанным к чему бы то ни было. В то же самое время он срубает корень ложных мыслей и убирает сомнения относительно текущих мыслей. Не смотря на всё это, его ещё будут одолевать куски надежд и страха в связи с чувственными явлениями. Его сознание после погружения и видения будут попеременно то оставаться чистыми от заблуждения то находиться под его влиянием. Подъём и упадок его веры и сомнений относительно его гуру и духовных собратьев, а также его добродетельного погружения, будут происходить то и дело. Иногда в нём будет всплывать чувство, что нет какой бы то ни было возможности просветления или перерождения в мире огромного горя. На верхнем уровне йоги неразличения, медитатор уничтожает все свои сомнения и заблуждения относительно внешних и внутренних феноменов в результате реализации того настоящего корня всех дуальностей, охватываемых сансарой и нирваной. В то же самое время его ум становится открытым, просторным и незатуманенным ощущением уверенности или скептицизмом относительно того, что все вещи либо пусты либо не пусты. Он достигает подлинного видения пустоты и несамостоятельности всех феноменов. Однако после погружения он пока ещё может не добиться свершения всех различений. Но его медитационное состояние будет удерживаться весь день без перерывов. Оно будет содержать возвышенное ощущение внутреннего союза осознавания и пустоты, также как и видимости и пустоты. Но даже тогда, он всё же не может распоряжаться непрерывным вниманием. Отсюда следует необходимость овладеть сохраняемым вниманием. Его видения будут отчасти подвергаться заблуждению и ментальному цеплянию к явлениям. Иногда могут возникать отрицательные мысли такие, что невозможно ни просветление, ни понимание постоянной реальности, ни перерождение в сфере безмерного горя. Медитатор теперь понимает глубокий смысл дхармы. Он осознаёт, что его внутренний ум – это гуру. Явления станут способствовать его добродетельной практике. Он освободится от привязанности к чему бы то ни было и почувствует отвращение к восьми мирским реакциям. Однако всегда существует угроза, что он станет настолько высокого мнения о себе, настолько самонадеянным и презрительным, что посчитает себя более не нуждающимся в своём гуру.

Как поддерживать эту йогу.

В ходе практики трёх уровней йоги неразличения медитатору надо отказаться от трёх привязанностей и надлежит жить в молчаливом полном уединении [в келье или пещере], вход в которую должен быть закрыт и накрепко заделан стеной. Говорят, что многие формальные практики добродетельного погружения неприятны. Ему следует отказаться

от них за исключением короткого обращения к гуру и совершения подношений освященных хлебов [верховному прибежищу]. Для медитатора существенно важно концентрироваться на поддерживаемой внимательности и сохранять тем самым состояние неразличения ума не отвлекаясь и не цепляясь к нему. Медитатору время от времени надлежит посвящать себя условной добродетели, такой как раздача милостыни [нуждающимся], совершение подношений и развитие веры в верховное прибежище, восприятие чистоты других, созерцание закона взаимозависимой относительности, и медитации на сострадании. Кроме того, ему следует обсуждать глубокое значение дхармы с гуру и опытными дхармическими друзьями. Ему можно читать песни о духовном опыте пробуждённых святых и можно даже петь их самому. В случае, когда его внутреннее ощущение блаженства пропадает или у него возникает потребность пройтись или поесть, ему надлежит практиковать эзотерические методы с тем, чтобы использовать животворный флюид и заново активизировать энергию-воздух в энергетических каналах центральной нервной системы. Ему также следует практиковать внутренний огонь [туммо] и некоторые физические упражнения йоги. Если у медитатора возник проблеск реализации верхнего уровня йоги неразличения, но он не сильно продвинулся вперёд даже по истечении многолетней практики, ему стоит применить следующие методы. Ему надлежит отринуть три привязанности, надлежит получить полномочия, надлежит признать и раскаятся в своих нарушениях заповедей, и надлежит призвать прибежище, дабы улучшить своё понимание. Ему следует медитировать на визуализации своего собственного тела в форме йидама [медитационного божества]. Созерцая несчастья мира страдания, ему следует разрешить для себя, что все эти несчастья проистекают из ума и надлежит затем привести таким образом вполне определённое осознавание к йоге неразличения. Подобным же образом, ему надо повторять данную медитацию успокоения ума в неразличающей йоге сразу же вслед за каждой из следующих практик: созерцания соответственно счастья небесных существ, условия круга существования, и состояния нирваны. Ему надлежит приводить ум в неразличающее состояние после того, как он взобрался на вершину горы и иногда посреди толпы людей. Ему следует повторять ту же самую медитацию вдыхая и задерживая дыхание, а потом уставившись широко раскрыв глаза. Таковы методы улучшить медитацию. Дже Гампопа поясняет:

Жизненно необходимо для медитатора на верхнем уровне стадии неразличения восстанавливать своё осознавание и не допускть ему соскальзывать в индифферентность.

Дже Гьяре сообщает:

Когда достиг ступени йоги неразличения, медитируют смешивая формы всех дуальностей. Таким образом медитатору надлежит медитировать йогу неразличения восстанавливая силу своего осознавания и сочетая разные формы двойственностей. Дже Янггонпа наставляет:

Не давай своему нерассеянному вниманию терять фокус; не меняй и не медитируй постоянную природу феноменов; не желай определить то, что выходит за пределы ума; не искажай исследованием. Удерживай это состояние открытым! Ты объединишь медитацию и достижение йоги неразличения, подобно воссоединению матери и её единственной дочери.

Это наставление побуждает медитаторов не отвлекаться от йоги неразличения, но сохранять её оживляя внимание. Это подразумевает, что медитаторы не должны искажать погружение медитируя заново, так как постоянная природа этого состояния не может измениться. Наставление ещё побуждает медитаторов удерживать осознавание естественно, не исследуя его, поскольку оно неопределяемо, невообразимо и невыразимо. Овладевая таким образом йогой неразличения, медитаторы осознают, что все чувственные явления в их совокупности суть один аромат махамудры. Этот подлинный процесс реализации полностью лишён какой-либо озабоченности тем, чтобы утверждать или отрицать что-нибудь, а так же всякого размышления о том, что все вщи сансары и нирваны различимы или неразличимы, пусты или не пусты, приемлемы или неприемлемы.

Дифференциация уровней каждой стадии отдельно: Йога одного аромата.

Здесь присутствуют три раздела:
1 Дифференциация йоги одного аромата. 2 Как зарождаются внутреннее ощущение и опыт. 3 Как поддерживать эту йогу.

Дифференциация йоги одного аромата.

Термин "один аромат" обыкновенно означает, что все вещи сведённые к видимости и существованию сансары и нирваны несут один аромат, пустотту, коя является их предельной природой. Сараха указывает:
Благодаря святому гуру возникает осознание того, что все несходные вещи суть одно и то же в пустотности.
Шавари разъясняет:
Разные реки, вроде Ганга и прочих, вливаются в один океан с солёной водой. Также и ум и ментальные события имеют один вкус в пространстве реальности.
Таким образом термин "один аромат" объемлет сочетание многих противоположных реальностей, таких как видимое и невидимое, в одном едином аромате. Дже Пхагдру объясняет:
Все эти разнообразные вещи – явления и неявления, мысли и пустота, пустота и непустота – имеют один вкус в пустотности. Понимание и отсутствие понимания – одного аромата; отличие погружения и постпогружения растворяется в одном аромате; медитация и немедитация стихают в одном аромате; различение и неразличение – одного вкуса в пространстве реальности.
Дже Шанг говорит так же похожим образом. Некоторые люди заявляли, что подобно общему понятию одного аромата, сущность всех вещей, представляющая собой один аромат пустоты, тождественна с чистым состоянием одного аромата на данной стадии. Это неправильно. Если бы это было так, необходимо было бы сказать, что данный вид йоги тождественнен йоге одного аромата [в том виде как она практикуется в нашем ордене]. Потом надо было бы допустить, что нижний и средний уровни йоги неразличения идентичны йоге одного аромата. Хотя и есть вероятность реализации пустоты на стадии йоги неразличения, медитатору, коему хорошо в измерении пустоты покажется совсем не по себе в измерении явлений. Посему он может не осуществить точного единства видимости и пустоты. Лишь после реализации совершенной йоги одного аромата медитатор испытает рассвет видимости во всей её завершённости в нераздельном сочетании с присущей ей пустотой. Посему уместно заметить, что один аромат, недвойственная природа всех противоположных реальностей, представляет собой значение йоги одного аромата. Из трёх уровней одного аромата нижний уровень осуществляется, когда понимают, что один аромат недвойственной махамудры является присущей всем противостоящим свойствам, таким как сансара и нирвана, природой. Средний уровень одного аромата достигается, когда медитатор устраняет своё ментальное прилипание к сознательной уверенности одного аромата разнообразных явлений и прямо реализует неделимый союз явлений и ума, удаляя таким образом воспринимаемое разделение реальности на внешние и внутренние феномены. Верхний уровень одного аромата достигается, когда медитатор сознаёт то, как осознавание одного аромата проявляется в различных формах, и как эти явления и существования обладают одним ароматом в исконной одинаковости. Прежде этого медитатор реализовал один аромат всех несхожих вещей. Медитатор добился постижения сущностной природы одного аромата, когда раскрывает внутреннее тождество каждого явления, как самопроявляющуюся беспредметность и одинаковость по своей изначальной природе. Этого он достигает совершенно без какой-либо озабоченности по поводу утверждения или отрицания, принятия или отречения. С другой стороны, медитатору не удаётся получить постижения сущностной природы одного аромата, если он всё ещё сохраняет тонкое цепляние к сознанию уверенности, кое является внутренним ощущением на данной стадии, и иным внутренним ощущениям, происходящим в результате спонтанного сочетания всякой возникающей мысли и явления. Другой объект его тонкого цепляния – любая мысль и явление, кои должны быть объединины в один аромат. Он реализовал непревзойдённую мощь одного аромата, когда воспринимает каждое возникающее явление, как манифестацию неотъемлемой от изначальной одинаковости ума силы. С

другой стороны, он не осознал совершенную силу одного аромата, если у него не получилось воспринять один аромат сквозь разные явления. Так происходит вследствие неумения медитатора обособиться от [недозволенной различающей] обеспокоенности утверждением [того, что он считал хорошим] и отрицанием [того, что он считал плохим]. Медитатор осознал все дуалистические мысли как медитационное состояние, когда он находится в полном согласии со всем, что бы ни проникало [в ум] сквозь входы шести чувств, и когда он не стремиться к внутреннему раскрепощению и не чувствует отвращения к свей скованности. Это случается вслед за тем как он убрал цепляние ума к каким бы то ни было дуалистическим явлениям, таким как восприятие и воспринимающий, субъект и объект. Однако он не осознал все дуалистические мысли, как медитационное состояние, если по-прежнему вынужден достигать этого состояния или внутреннего раскрепощения посредством ретроспективной внимательности, коя узнаёт тождество шести чувственных явлений. Великие качества одного аромата возникают в медитаторе, когда он добился сверхнормальной силы составлять заново своё собственное тело и ум также как и внешние явления и тем самым преобразовывать их во все желаемые формы или эманации. Великие качества не возникают, если он не сумел приобрести сверхнормальной власти над трансформацией, [коя в противном случае явилась бы чётким показателем его достижения]. Его неудача вполне могла случиться из-за невполне приемлемых условий и недостаточно эффективной практики. Но тем не менее, он достигает простого осознания одного аромата явлений. Медитатор добился совершенного постижения видимой реальности, если знает, как провести различиие между сансарой и нирваной одним мгновенным видением осознавания, и уверен в действенности кармы. Он добился этого постижения, познав пустоту, [присущую всем вещам природу], как базис динамики причины и следствия, и отчётливо поняв их взаимозависимость и взаимодействие. Он не достиг такого совершенного постижения в видимую реальность, если не осознал пустоты во взаимодействиях разных причин и следствий. Медитатор посеял семя проявленного тела [просветления], когда в нём зародилось всепронизывающее сострадание, открывающее тем самым сокровище великодушия во благо других чувствующих существ. Таков результат переживания рассвета пустотности, как сострадания. С другой стороны, медитатор не посеял семя проявленного тела [просветления], когда не сумел проявить силу своей собственной самореализации в сострадании, и когда, вследствие чего, он становится чрезвычайно ограничен в применении искусных средств, таких как сострадание, и потому не может исполнять пожелания других.

Как зарождаются внутренние ощущения и опыт.

На нижнем уровне йоги одного аромата медитатор осознаёт сущностную природу феноменов как изначально чистую. Всё же здесь ещё остаётся цепляние к его собственному сознанию уверенности и внутренним ощущениям [возникающим из медитативного погружения]. Во время после погружения медитатору может сделаться несколько не по себе, когда он попытается трансформировать каждое из шести чувственных переживаний, кои насильственно возбуждаются внешними и внутренними обстоятельствами, в возвышенный опыт. Порой он будет воспринимать твёрдую видимость двойственности. Вследствие её влияния на его более глубокую психику, сны медитатора будут на короткие моменты подвергаться ментальному заблуждению и привязанности. Он испытает возвышенное ощущение нераздельного единства тела, ума и видимости. Однако есть вероятность утраты силы понимания в смысле закона причины и результата, а также уменьшения веры и сострадания. На среднем уровне одного аромата медитатор достигает внутреннего раскрепощения от врождённого цепляния к дуальностям, таким как осознание и осознающий, опыт и испытывающий. Он вырубает это двойственное цепляния к восприятию и воспринимающему. Кроме того, медитатор, после погружения, более не переживает жёсткого цепляния к двойственности, вместе с тем заблуждение в его снах также исчезает. Сказано, что такой медитатор обретет подобающую внутреннюю мощь, способную помочь или навредить его товарищам297. На верхнем уровне одного аромата медитатор осуществляет, обособленное от всякого ментального цепляния, недвойственное осознавание, кое тянется сутками. Это

реализованное состояние познаёт все несхожие явления как манифестацию безостановочной силы изначальной чистоты и равностности ума. Медитатор также достигает совершенного союза погружения и постпогружения, кои текут, словно река. Таким образом, пока он погружён в недвойственное осознавание, он с некоторой степенью ясности познаёт внутренние ощущения нескольких неопределяемых явлений. В сознании после погружения он воспринимает явления на манер видения эфемерной иллюзии, что есть лишь видение пустоты. Пусть даже такое восприятие после погружения свободно от всякого цепляния, оно время от времени будет содержать некоторую едва уловимую дуалистическую видимость, берущую начало в потоке сознания медитатора. У него либо будут некоторые непрерываемые и сияющие сны с полным отсутствием какой-либо привязанности, или больше не будет снов. На данной стадии медитатор приобретет некоторую силу сверхнормального познания, и получит пророческие указания от своего йидама и дакини. В дополнение к сказанному, его зависть исчезнет окончательно.

Как поддерживать эту йогу.

В продолжение периода овладения тремя уровнями одного аромата медитатору-монаху надлежит заключить себя на большую часть времени в уединённом месте, хотя он и может при случае присоединяться к собранию [монахов]. Методы улучшения продвижения в данной медитации, по большей части, те же, что и в случае верхнего уровня неразличения. Пусть даже иногда медитатор и не чувствует ощутимой разницы между медитацией и не медитацией, между тем, когда внимателен, а когда не внимателен, для него жизненно важно оставаться в затворничестве и сохранять нерассеянное внимание к сущностной природе его реализации. В течение практики на нижнем и среднем уровнях одного аромата возможна некоторая опасность пренебрежения медитатором искусными средствами, главные черты коих проявляются в тщательном применении закона кармы, развитии веры и благоговейного отношения [к верховному прибежищу], и сострадании ко всем чувствующим существам. [Для того чтобы предупредить такое небрежение] медитатору следует усиливать медитацию этих динамических практик. Кроме того, ему важно создавать подходящую обстановку по ходу некоторых благоприятных событий [для того чтобы вызвать предпочтительные взаимодействия и прийти к желаемым результатам], и в то же время избегать негативных. Ему надлежит сознательно блюсти моральные заповеди. Дже Гампопа призывает:
Возможно ты реализовал состояние недвойственности, но не отбрасывай благородную дхарму. Возможно ты реализовал состояние немедитации, но не пренебрегай искусными средствами. Возможно ты вышел за рамки уровня принятия и неприятия, но не заставляй других совершать духовные проступки. Возможно ты воплощаешь спонтанное исполнение не предаваясь ни надежде ни страху, но не давай своему заблуждающемуся уму уходить в сторону.
Если медитатор не сумел приобрести духовную силу способную производить как благие так и губительные последствия, не сумел получить сверхнормального познания, а также не сумел обрести каких-либо пророческих указаний дакиней298 не смотря на то, что осуществил верхний уровень одного аромата, то это обстоятельнство вполне может быть результатом нарушения священной связи или воздействия близкого товарища, который отказался от своей веры. В таком случае для первого, единственное что ему остаётся сделать – это признать нарушение своих духовных обязательств с глубоким сожалением и решимостью восполнить эти обязательства. В общем ему советуется сделать тысячу священных статуэток [и держать их освящёнными]. [Ведя сам церемонию преданности], он делает подношение одного цветка к каждой [священной статуэтке] и призывает [верховное прибежище], для того чтобы устранить све духовное осквернение. Также он декламирует некоторые особые мантры для очищения своего внутреннего осквернения. Но при любых обстоятельствах, он должен продолжать практику благородного пути. Если же, после достижения сверхнормального могущества, медитатор становится или презрительным или же уступает своим непостоянным чувствам – будучи удовлетворён [однажды хорошим опытом] и встревожен [в следующий раз плохим] – то это может означать, что его одолели "мешающие силы". Ему тогда надлежит размышлять таким образом: ""Мешающие силы", те, которые помогают или вредят другим, являются лишь

производной моего ума, а ум [по присущей ему природе] подобен пространству, без центра и переферии". Но тем не менее, коль скоро состояние одного аромата рассветает в нём, медитатора не могут осилить ни боязнь беспорядочных мыслей ни изменчивое чувство быть в удовольствии, или испугать по поводу хороших или плохих переживаний. Если, однако, окажется, что медитатор [необычно для себя] подавлен интенсивными и сильными загрязнениями вроде зависти, грубых мыслей, чрезмерной чувственности, или же ощущениями удовольствия или беспокойства, то ему следует признать в них влияние "мешающих сил" и противодействовать увеличивая преданность благородной практике. Более того, всё, что препятствует медитации, должно рассматриваться, как влияние "мешающих сил". Дже Гампопа настаивает, чтобы медитаторы усиливали понимание одного аромата:
Жизненно важным в овладении одним ароматом разных реальностей является концетрация на его внутреннем опыте, не попадаясь при этом в ловушку общего интеллектуального разумения.
И Дже Гьяре объясняет:
Когда управляешь йогой одного аромата, засеваешь семена исполнения для других. Даже когда не должен отвечать за свою карму, создаёшь хорошие причины [чтобы вызвать хорошие результаты].
Дже Янггонпа подробно описывает:
Всякое явление возникающее за счёт пяти чувств – это блеск безостановочного потока. То, что исходит из объектов чувств без какого бы то ни было ментального цепляния – это природа невозникающей [пустоты]. Даже когда привязанность к видимости не прекратилась, она поднимается до естественной медитации. Восприятие пустоты сквозь видимость без различения – это внутренний процесс возвышения. Не смотри на явления как имеющие недостаток, но отбрось вон свою привязанность к ним. И ты проникнешь в простор медитации одного аромата.
Медитатору надлежит знать это разъяснение необходимости уйти от всякого цепляния к мыслям или явлениям. Поддерживая [йогу одного аромата], он осуществит состояние немедитации, кое составляет союз погружения и постпогружения, а также рассеяния и внимательности. Вот результат отказа от грязи внутренних ощущений и достижения соединения реализации на пути с осознанием постоянной природы ума.

Дифференциация уровней каждой стадии отдельно: Йога немедитации.

Сюда включены три пункта:
1 Дифференциация йоги немедитации. 2 Как зарождаются внутреннее ощущение и опыт. 3 Как поддерживать эту йогу.

Дифференциация йоги немедитации.

Термин "немедитация" обыкновенно означает, что медитацию нельзя помыслить обладающей какой-либо субстанцией или внутренней самоприродой. Как Калачакра так и Гухьясамаджа определяют её так:
Потому что она лишена всякого внутреннего содержания, медитации не существует. Действием медитации не является медитация; потому что она не есть ни субстанция ни ничто, медитация не может быть мыслимой действительностью.
Говоря о значении немедитации, как лишённой двойственнойти медитации и медитатора, Сараха поясняет:
О, не требуйте медитации на том, что лишено какой-либо самоприроды, ведь мысля двойственность медитации и медитатора и цепляясь к этому, ты уходишь от просветления.
На основании этих высказываний, некоторые люди утверждали, что данные два определения [не субстанция или не самоприрода и не двойственность] суть йога немедитации. Это не правильно. Первое [несубстанция] значило бы, что медитативные состояния, начиная с йоги неразличения и выше суть немедитация. Последнее [недвойственная медитация] превращало бы равно и йогу одного аромата в йогу

немедитации. Если же интересуются, чем в действительности является немедитация, то это – состояние, кое удаляет даже тончайшую привязанность к двойственности медитации и медитатора, коя существовала прежде в йоге одного аромата. Поскольку оно является полностью пробуждённым состоянием, оно не требует никакого усилия при медитации и не разделено на двойственность внимания и невнимания, погружения и постпогружения. Отсюда обозначение "немедитация". Шавари поясняет:

Реализовавшийся ум не мыслит двойственности медитации и медитатора; как пространство не мыслит пространства, так и пустота не медитирует на пустоте. Как вода смешивается естественно с молоком, так и недвойственное осознавание и различные представления сочетаются согласованно в одном аромате безостановочного потока блаженства.

Дже Шанг заключает:

Когда зарождается состояние немедитации, сокровенное осознавание отделяется от своей опоры. Йогин тогда обретёт освобождение от действий медитации, уничтожит в себе медитатора, и осознает пространство реальности.

Йога немедитации имеет три уровня. Медитатор на нижнем уровне переживает все явления, кои рассветают в нём, как медитационное состояние. Раз он реализовал это немедитационное состояние, незапятнанное двойственностью медитации и медитатора, ему не надо ни удерживать его с опорой на внимание ни искать погружения посредством медитации. Однако, на нижнем уровне у него всё ещё будет очень тонкое цепляние, на подобие призрачной иллюзии, к возвышенным ощущениям. На среднем уровне медитатор достигнет ступени спонтанного свершения, освободившись от тонкого цепляния [присутствовавшего на нижнем уровне] и осуществив состояние немедитации, кое длится целыми сутками. Однако, после погружения, медитатор будет воспринимать тонкое сознание в кристаллизующемся виде. На верхнем уровне он достигнет трансформации этого тонкого сознания в запредельное осознавание и тем самым совместит медитационное сияющее осознавание с тем, кое возникает спонтанно. Поэтому медитатор будет постоянно испытывать бесконечное протяжение осознавания. Дифференциация между реализацией и нереализацией соединения двух сияющих осознаваний следующая. Медитатор добился подлинного постижения сущностной природы немедитации, если его пробуждённое состояние более не требует применения внимания или овладения йогой немедитации. С другой стороны, он всё ещё не не обрёл предельного постижения, если его реализация продолжает нуждаться в несколько большем совершенстве или ясности. Медитатор достиг окончательной силы немедитации, если он уничтожил не только мельчайшее восприятие двойственности и тончайшее неосознавание присущей уму природы [пустоты], но также достиг её соединения с потусторонним осознаванием. С другой стороны, медитатор не реализовал совершенной силы, если всё ещё воспринимает тончайшую двойственность и всё ещё немного не осознаёт неразличающее состояние ума. Медитатор пережил зарождение всех дуалистических мыслей как моедитационное состояние, когда он трансформировал все уровни своего источника-сознания – вместо того, чтобы уничтожить их – в осознавание бесконечной реальности. Он не испытал зарождение мыслей в качестве медитациионного состояния, если у него по-прежнему остаётся лёгкое скрытое цепляние к своему телу, уму и явлениям и маленький порок внутреннего ощущения. Трансцендентные качества йоги немедитации расцвели в медитаторе тогда, когда он достиг радужного физического превращения своего смертного тела в иллюзорную форму осознавания [джняна-рупакая], когда его ум трансформировался в сияющее осознавание [дхармакая], и когда он воспринимает бесчисленное количество миров будд. Такие трансцендентные качества не расцвели в нём, если он продолжает принимать своё тело, ум и внешние миры, и всех чувствующих существ нечистыми, и если у него ещё имеется лёгкое ментальное прилипание [к реализации]. Медитатор исполнил и возобладал над своим восприятием видимой реальности, когда обрёл все совершенные качества просветления, такие как десять трансцендентальных сил и четыре состояния бесстрашия299. С другой стороны, медитатор не сумел исполнить и получить влияние над своим восприятием видимой реальности, если качества просветления не расцвели полностью. Так происходит потому, что они по-прежнему затуманены тремя силами мирских отпечатков [тримудра] – отпечатками тела [кои ещё продолжают взращивать карму], отпечатками глубинной психики [кои ещё проявляются], и отпечатками ментального сознания [кое ещё остаётся

несовершенным]. Медитатор окончательно взрастил семя трансцендентного тела, когда обрёл просветление дхармакаи, кое представляет собой нераздельный союз бесконечной пустоты и его запредельного осознавания, и когда способен посредством неисчерпаемых циклов своих просветлённых тела, речи и ума давать чувствующим существам нескончаемые духовные блага. Если он ещё вынужден полагаться на усилие, чтобы достигать космических миров будд, то медитатор не до конца взрастил семя трансцендентного тела. Совершенная реализация йоги немедитации и достижение полного просветления происходят в одно и то же время. По этой причине не достигают предельного состояния немедитации в этой жизни. То, что обычно достигают в этой жизни – только приблизительное приспособление к немедитации. Дже Гьяре объясняет это:
Так как немедитация – престол дхармакаи, она – лишь подобающая адаптация для большинства медитаторов.
Дже Гомцюл разъясняет отличие четырёх йог в ответе на вопрос Ленгома:
Йога сосредоточения приводит к пониманию присущей уму природы. Йога неразличения приводит к пониманию неотъемлемой природы пустотности. Йога одного аромата вызывает понимание неотемлемой природы явлений. Что касается того, что известно как йога немедитации, я неспособен оценить её.
Таким образом он отказался рассматреть йогу немедитации. Ученики Дже Пхагмо Трупы говорят, что три четверти из них реализовали йогу одного аромата. Даже Дже Готсангпа и великий святой Угьенпа не сумели реализовать ничего большего, чем йогу одного аромата. В наши дни есть такие, кто заявляет, что осуществили один аромат, а также йогу немедитации. Им нельзя верить, поскольку эти утверждения делались явно самонадеянно и по незнанию, при отсутствии обстоятельного понимания четырёх стадий йоги.

Как зарождаются внутренние ощущения и опыт.

На нижнем уровне немедитации, медитатор уберёт большую часть воспринимаемых дуальностей. Он испытает зарождение явлений как медитационное состояние, не предприняв особого усилия, чтобы медитировать или употребить внимание. Он будет безмятежно и неподвижно находиться [длительное время] в этом состоянии немедитации. После погружения, когда медитатор воспринимает чувственные явления, он испытает состояние ума, нейтральное по своим функциям. Это немыслимый аспект его источника-сознания, коим является остаточное несознавание или неведение. Отсюда обозначение в качестве неопределяемого недвойственного состояния. Считается, что тонкий ум есть ум, содержащий пятно подсознательного осквернения. В сознании после погружения, медитатор не накапливает никакой кармы, но тонкое цепляние к своему запредельному осознаванию продолжает мерцать, словно призрак. Такое прилипание к действительности проявится также и в снах медитатора. На среднем уровне немедитации, медитатор сможет устранить даже эти иллюзорные тонкие явления двойственности и тем самым сумеет оставаться в осуществлённом состоянии на протяжении всех суток. Во время восприятия после погружения медитатор испытает тончайший неопределяемый недвойственный ум. Данное состояние проявляется в том, что назвается "само-ясность", означающая, что такой ум согласуется с присущей ему формой. И всё же он – тончайшее пятно недобродетельного ума. Некоторая часть этого неопределяемого недвойственного ума проявится также и во сне. На верхнем уровне немедитации, тончайший неопределяемый недвойственный ум полностью преобразуется в запредельное осознавание. Медитатор достигнет гармоничного сочетания двух видов сияющего осознавания, первый был освоен благодаря медитации, а другой расцвёл естественно в осуществлённом медитатором состоянии. В результате этого, медитатор реализует бескрайнее протяжение трансцендентального осознавания, кое просто обозначается, как просветление в дхармакае, выполняя таким образом свою личную предельную цель. Медитатор одновременно реализует потустороннюю форму просветления [рупакая], осуществив таким образом свою цель исполнения желаний прочих живых существ пока сохраняется колесо существования. Последнее достигается в результате объединённого взаимодействия неограниченного владения силой за счёт сияющего осознавания медитатора и установками его будущих учеников, сквозь которые они глядят на него, как на воплощение духовного совершенства.

Как поддерживать эту йогу.

Зарождение трёх уровней немедитации было таким образом объяснено. Допустим, что уровень данного предельного состояния, который достижим в этой жизни является не более и не менее как всеобъемлющим осознаванием уверенности, который рассветает в медитаторе живо и самопроизвольно. Это – трансцендентное осознавание вне всякого деления на погружение и постпогружение, осознавание, смотрящее на ум как на естественное просветление, и как таковое, не причастное ни к какому процессу очищения и очищающему уму. Присущая данному уму природа – такова, что там нет ничего такого, от чего надо отказываться или лечиться при помощи духовных контрмер. Понимание, имманентное этому состоянию, заключается в том, что ум не обусловлен круговоротом перерождений и смертей. Что касается метода сохранения опыта немедитации, Гампопа поясняет:
Для медитатора важно в данном состоянии не быть привязанным к блеску возвышенных ощущений и переживаний, но оставаться независимым от подобного опыта.
Таким образом медитатору на стадии немедитации настоятельно рекомендуется остерегаться привязанности к возвышенным ощущениям и переживаниям. Так что для него жизненно необходимо оставаться свободным не только от привязанности к этим опытам, но также и от сменяющихся ощущений удовольствия от хороших переживаний или тревоги по поводу плохих. Каждый аспект неопределённого скрытого сознания надлежит теперь привести на уровень вполне определённого осознавания при помощи внимания или надсознательного осознавания. Поэтому нерассеянное внимание составляет фундамент медитации. Отсюда необходимость до конца реализовать обыкновенное осознавание, характеризуемое как нерассеянное и немедитирующее, и вместе с тем непреклонно отдать себя стремлению поднять знамя медитации. Сказано, что способ поддержания погружения на нижнем и среднем уровнях немедитации тот же самый что и на стадии одного аромата. Дже Гьяре сообщает:
Нижний уровень йоги немедитации тот же, что и в йоге одного аромата, ибо их методы медитации одинаковы. Высший уровень немедитации составляет почву просветления, ибо он независим от стремления и поисков.
Дже Янггонпа наставляет:
Взгляни на состояние своего осознавания и выясни, существует ли двойственность медитации и медитатора. Отдели это недвойственное осознавание от его врождённой базы и сохраняй недвойственное осознавание. Тогда ты достигнешь всеобъемлющего погркжения на всё время дневных и ночных циклов.
Таким образом медитатору настоятельно советуют сохранять осознавание, кое лишено дуальности медитации и медитатора. Он должен перестать цепляться и направляться к этому осознаванию "не внимательности" и "не различения". Смысл этих двух аспектов объяснялся ранее. Говоря в общем, продолжительное внутреннее ощущение, возникающее из погружения йоги сосредоточения, как видно, сродни ощущению йоги немедитации. Простая недвойственная медитация, коя лишена дуальности медитации и медитатора достигается даже на стадии йоги неразличения. Погружение, в коем все чувственные явления возникают как медитационное состояние и кое есть простая немедитация, свободная от двойственности спокойного погружения и постпогружения, может так же зародиться и на стадии одного аромата. Медитатору следует уметь распознавать, что всё это – только аспекты внутренних ощущений, возникающих благодаря медитации, нежели точная стадия немедитации. Отличительные черты четырёх стадий йоги в целом должны объясняться сообразно своему личному опыту. Их гораздо более сложно разъяснить, чем иные доктринальные трактаты. Самым трудным бывает объяснить верхние уровни этих йог, когда [сам учитель] не испытал рассвет этих состояний. Однако я объяснил их очень детально, использовав устные наставления старшего и младшего благородных Гампоп и труды неоспариваемых старых святых, в качестве основания.

Дифференциация уровней каждой стадии отдельно: Их насущная необходимость.

Корень сансары – это врождённое цепляние ума к двойственности я и другие. Это проиллюстрировано в Ратнавали:
Пока есть ментальное цепляние к психофизическим агрегатам....300
Праманаварттика поясняет:
Других представляют, если воспринимают себя.
Бохичарьяватара говорит:
Сколь много ярости существует в этом преходящем мире столь изобилует он страхом и страданием. Всё это проистекает из цепляния ума к я. Как мне надо поступить с этим громадным дьяволом?
Усиливая цепляние к себе вместо того, чтобы очиститься от него, не только увековечивают такое цепляние, но и, как следствие, начинают скитаться, подобно катящемуся колесу, по всем мирам существования не достигая освобождения. Некоторые искатели освобождения не могут пизнать, что прилипание к я – это корень их кармы и ментальных загрязнений. Не зная того, как уничтожить я [они не добьются освобождения], и не важно, как много они будут пытаться отречься от пагубных поступков и практиковать добродетель составной природы, типа слушания проповедей дхармы и созерцания их. Ведь они поступают из своего желания удалить страдания экзистенциальной жизни, кои являются результатом их запутанного ума и худой кармы. Даже когда они занимаются добродетельными поступками, нельзя быть уверенными в исходе, если всё это не основано на отношениях благотворности и великодушия. Наделённые благотворным отношением, их добродетельные практики не могут прямо обеспечить устранение цепляния к я. Этот вид добродетельной практики может помочь им только опосредовано [увеличивая их духовную преданность]. С другой стороны, бывают и такие медитаторы, и искатели освобождения, кои заявляют [истинно], что медитация на несамости существенно важна для устранения прилипания к я. Они отказываются от цепляния к воспринимаемой реальности себя, вместе с тем усиливают свою сознательную уверенность в пустотности. В результате их цепляние настолько сильно увеличивается, что они становятся жертвой крайнего видения нигилизма. Даже те, кто особенно близок к истинной медитации и реализации, поддаются привязанности и цеплянию к внутреннему ощущению, возникающему из их медитации, так что они тихо дрейфуют в ошибочном направлении называемом четырьмя искажениями и тремя отклонениями. Если позволить уму прилипнуть к погружению, это станет причиной фундаментального заблуждения и отклонения. А если цепляются к такому сознанию после погружения, результатом становится блуждание по сансаре. Все огорчения и недостатки жизни берут начало в привязанности и цеплянии УМА. Посему медитатору жизненно важно не истощать себя привязанностью и цеплянием. Сараха объясняет так:
Тот, кто заворожен чем-то приятным, и кто страстно гонится за этим, на деле будет страдать от несчастий, даже от такого маленького, как шелуха семени сезама.
И:
Кто видит субстанциональное существование, тот сродни корове; кто видит ничто, тот ещё больший невежда.
И опять:
Тому следует отбросить привязанность в любых её формах.
По этой причине было сказано, что высший путь для йогина состоит в удержании ума и в том, чтобы не давать уму ни к чему цепляться, начиная с внутренних ощущений, кои возникают в визуализируемой медитации или в медитации без форм, и кончая нормальными явлениями, кои происходят из скрытых психических отпечатков. Дже Гампопа подчёркивает:
Быть свободным от цепляния ко всему, что происходит в уме, вот высший путь, и нет более высокого стремления.
Если медитатор достигает умения сохранять ментальное состояние лишённое всякого цепляния, он приобретет многие великие способности. Он устранит чувственные явления, проистекающие из скрытых кармических отпечатков в его сокровенном сознании. Он так же достигнет мгновенного раскрытия каждой мысли, как только она возникает. Его поток сознания будет очищен от любых пятен. Он испытает все чувственные явления как манифестации дхармакаи. Дже Гампопа указывает:

Всё это многообразие явлений – это жёсткоая манифестация скрытого сознания. Оно само очистится, нет необходимости его отбрасывать, если только овладеешь непривязанностью и нецеплянием. Всё, к чему цепляется ум, становится семенем воспринимаемой двойственности. Для ума, который не цепляется ни к какой [мысли или явлению] появление и раскрытие происходят одновременно.
Он продолжает так:
Когда ум не цепляется ко всякому возникающему явлению, поток сего ума становится свободным от любого порока ложного различения.
И:
Даже если пятно цепляния к двойственности ни разу не было устранено даже на мгновение, подлинная природа этой дуальности имманентна могуществу дхармакаи.
И в конце:
Когда не оценивают, всякая различающая мысль достигает одновременно и возникновения и раскрытия; когда нет глубокой привязанности, всё находится в согласной гармонии. Если осознают это, поток медитации не прекратится; станешь властелином, господствующим над круговоротом рождения и смерти, и освободишься от любого цепляния к двойственности. Сияющее осознавание будет главенствовать во всём временном цикле.
Относительно вопроса о том, как же достигается освобождение благодаря уничтожению цепляния ума, – уничтожение цепляния ума к внутреннему "я" и внешенму "моё" уничтожает затруднение, связанное с процессом "составления" новой психофизической формы в утробе [будущей] матери. Прекращение такого процесса положит конец перерождениям. Это, в свою очередь, уничтожит карму и внутреннее загрязнение, так что медитатор непременно достигнет освобождения. Муламадхьямака-карика сообщает:
При одновременном уничтожении субъективируемого "я" и объективируемого "моё" приходит конец цеплянию к себе. С прекращением этого, закончатся перерождения. С уничтожением кармы и ментального загрязнения, достигают освобождения.
Уничтожение привязанности к чему бы то ни было представляется следующими терминами, [которые широко использованы в данном тексте]. Они такие: не цепляние, не привязанность, отсутствие ментального образа, отсутствие воспринимаемого признака, не направление, не утверждение и не отрицание, не приятие и не неприятие, отсутствие желания, отсутствие сомнения, и отсутствие стремления. Они имеют одно и то же важнейшее значение. Медитатору стоит знать, что надлежит всегда помнить все эти методы во всех их мельчайших подробностях. Равно важно не цепляться ни к чему и не отвлекаться от актуальности погружения на каждом уровне четырёх йог и прочих связанных с этим практик.

Как посредством четырёх йог достигаются разнообразные ступени и пути [просветления].

Я не нашёл ни пояснений Гампопы ни его племянника [Гомтсюла] по адаптации различных ступеней и этапов реализации, в том виде как оно сделано в писаниях колесницы логического определения [т.е. Хинаяны и Махаяны], относительно четырёх йог махамудры. Однако великий святой Шанг, который был учеником Дже Гомтсюла, объясняет следующим образом:
Великая печать достижима одним большим шагом. Невежественное заблуждение – делить её на ступени и пути. Однако, только для того, чтобы доставить удовольствие запутанным сердцам, я поделю её на ступени и пути, приспосабливая к системе логического определения.
Великая печать [махамудра] – это подлинная сущность действительности и путь всего-в-одном [чикчо]. Так как суть действительности недифференцируема, её деление на ступени и пути не может быть приемлимым с окончательной точки зрения. Комментарий к Мадхьямакаватаре говорит об этом так:
Поскольку она – присущая сознанию природа, и потому, с точки зрения её сущности, её нельзя делить.
И продолжает:

Точно так же как ни один умелец не сможет ни увидеть ни описать пути птичьего полёта по небу, в котором не остаётся следов, так ни один человек не может ни описать ни услышать [объяснений о] путях протоптанных сынами победоносного Будды.
Шпутартха подкрепляет это:
Ввиду прямого восприятия того, что неотделимо от постоянной природы реальности, не существует разделения путей на пути постижения и истинной медитации. Посему, отдельно путь медитации не был описан.
Однако, считалось, что духовные ступени и путь колесницы логического определения должны применяться и к четырём стадиям йоги, исключительно ради блага тех невежд, кои могут поинтересоваться как определить для себя своё медитативное достижение в терминах духовных ступеней и путей. Дрелпа Донсал (Спхутартха) комментирует:
Чистое сияние реализации – это радосная ступень, путь постижения301; совершенное овладение осуществлённым состоянием одного аромата – это путь подлинной медитации. Поскольку последнее требует не медитации, это – предельный путь.
Как ясно выражено в этой цитате, первая ступень, путь постижения302, – это просветление недвойственного осознавания или союза осознавания и присущей ему пустоты. Раскрытие такого постижения – это путь истинной медитации, коя включает ступени со второй и до десятой. Йога неразличения изображается как предельный путь и ступень состояния будды. Таким образом цитата не содержит явной ссылки на йогу неразличения. Я предполагаю, что это состояние, видимо, рассматривалось в качестве [надмирского] пути постижения и первой ступени. Тогда, подразумевается, что йога сосредоточения сдвигается к [мирскому] пути добродетельного погружения. Дже Гьяре описывает пять путей просветления таким образом:
Пусть даже ступени и пути не существенны, я рассматриваю их в следующем порядке: Совершение символического подношения вселенной представляет собой [мирской] путь духовных заслуг; получение опыта представляет собой [мирской] путь добродетельного погружения; реализация неразличающего осознавания представляет собой [надмирской] путь постижения; осуществление этой реализации представляет собой путь подлинной медитации; реализация йоги одного аромата представляет восьмую ступеннь [т.е. путь истинной медитации]; достижение йоги немедитации представляет собой одиннадцатую ступень предельного пути.
Соответственно все практики накопления духовных заслуг и удаления ментальных загрязнений, начиная с подготовительных практик, представляют собой путь духовной заслуги. Йога сосредоточения представляет собой путь добродетельного погружения. Йога неразличения представляет собой путь постижения. Опыты одного аромата, кои начинаются с сияющего постижения союза [видимости и пустоты], представляют собой путь истинной медитации. Нижний и средний уровни немедитации представляют собой девятую и десятую ступень, между тем как её верхний уровень представляет собой предельный путь, одиннадцатую ступень. Дже Готсангпа описывает их:
Накопление духовных заслуг – это путь духовных заслуг и ступень начинающих. Опыт йоги сосредоточения – это путь добродетельного погружения и ступень радости. Опыт неразличения – это путь постижения и первая ступень. Опыт одного аромата – это ступенни со второй и до седьмой. Нижний и средний уровни немедитации – это последние три ступени [т.е. с восьмого по десятый] и путь настоящей медитации. Верхний уровень немедитации – это предельный путь и ступень состояния будды.
Некоторые тексты упоминают о подразделении четырёх йог на двенадцать и далее на двадцать четыре части, в соответствии с уровнями внутренних ощущений и переживаний. Двенадцать внутренних ощущений и переживаний представляют собой четыре уровня пути добродетельного погружения. Из двенадцати уровней реализации три уровня йоги сосредоточения представляют первую, вторую и третью ступени. Три уровня йоги неразличения представляют четвёртую, пятую и шестую ступени. Три уровня йоги одного аромата представляют седьмую, восьмую и девятую ступени. Три уровня йоги немедитации представляют десятую, одиннадцатую и двенадцатую ступени. Самому мне представляется, что в основу последовательного достижения пути, описываемого в трактатах колесницы логического определения, положены те великие качества, кои медитатор может обрести. Согласно традиции махамудры та же самая самореализация может быть мгновенно достигнута на "пути изначальной одинаковости и всего-в-одном303", поскольку в его основе лежит природа самореализации. Две системы в

пределе наверняка одинаковы, пусть даже они и не сходятся с общепринятых позиций. Первая говорит о нескольких космических эонах, тогда как последняя отнюдь не требует большого количества жизней, для получения необходимых условий. Таким образом разница в эффективности обеих систем всё равно, что разница между длинной и короткой дорогами. Я дам лишь поверхостное сравнение ступеней и путей этих двух систем. Три уровня йоги сосредоточения, включая подготовительные практики, составляют [мирской] путь духовных заслуг и первую ступень. Три уровня йоги неразличения составляют [мирской] путь добродетельного погружения и ступень радости. Три уровня йоги одного аромата и нижний и средний уровни немедитации составляют [надмирской] путь постижения и путь истинной медитации, а также с первой по десятую ступени. Верхний уровень немедитации составляет предельный путь, ступень реализации будды.

Сопоставлять признаки путей и ступеней представляется хорошей идеей. Однако трудно разделить уровни реализации между верхним уровнем неразличения и нижнем уровнем одного аромата и соответственно между верхним уровнем одного аромата и нижнем уровнем немедитации. Я дам описание следуя порядку двенадцати уровней четырёх йог, которым учат в наши дни. Верхний уровень неразличения – это не точное постижение одного ровного аромата явлений и пустоты. Без него невозможно осознать присущей реальности. Считая данное обозначение первой ступени и пути постижения применительно к йоге неразличения, не вполне подходящим, я умоляю учителей исследовать заново этот вопрос. Правда некоторые люди считают, что приписывание [первой ступени] неразличению, соответствует словам Дже Гьяре и Дже Готсангпы, но эти два мастера полагали, что совершенный уровень неразличения является базисом первой ступени и пути постижения. Этот уровень незапятнан ни какими внутренними ощущениями, ни привязанностью к понятию пустоты, ибо он – трансцендентное осознавание одного ровного аромата [явлений и пустоты]. Посему необходимо признать его йогой одного аромата. Я считаю, что не совсем верно относить первую ступень к нижнему и среднему уровням йоги неразличения в свете их настоящих описаний и несовместимости между ступенью, приписываемой таким образом, и уровнем внутренних ощущений и переживаний, связанных с этим состоянием. Некоторые отвергли данные соотношения [ступеней и путей] с четырьмя йогами махамудры, как противоречащие всем священным сутрам и тантрам, говоря о них следующим образом:

Сосредоточение, неразличение, один аромат, и немедитация – вот четыре йоги. Йога сосредоточения – это путь постижения; йога неразличения – это ступени с первой по седьмую; йога одного аромата – это три высших ступени; и йога немедитации – это ступень состояния будды.

Сам я не встречал таких слов прославленных старых святых нашей Медитационной Линии. Может быть они действительно существуют. Но даже так, я не вижу ни какого противоречия с сутрами и тантрами, когда приписывают ступени и пути четырём йогам пустотности, не говоря уже о прочих подразделениях четырёх йог. Кроме того, сутры и тантры не включают в себя отрывков, запрещающих использование подобного рода обозначений. Данный способ выражения своего мнения не вполне стыкуется с современной терминологией, потому что нет [четырёх йог, представляющих все] сутры и тантры одновременно. Некоторые предложили следующее объяснение:

Только невежественный человек может делать такое ложное утверждение, что тот, кто реализовал путь постижения в этой жизни, достигнет великих качеств в следующей.

Они комментируют таким образом лишь бы покритиковать. Не зная наверняка, они говорят, что утверждать, будто тот, кто осуществил путь постижения в этой жизни, добьётся двенадцати сотен великих качеств в следующей, может лишь невежественный человек. Ни один отрывок в писаниях не говорит определённо, что тот, кто осуществил путь постижения, немедленно обретёт возвышенные качества, ещё до смерти. Однако, отрывок, утверждающий, что такой реализовавшийся переродится вселенским монархом, господствующим над миром при помощи колеса мистической власти, упоминает следующую, но не эту жизнь. Например, женщина-йогини, которая реализовала путь постижения, не трансформирует себя физически во вселенского монарха, не уйдя из этой жизни. Более того, если бы некто, достигший сего пути постижения, должен бы был буквально продемонстрировать все великие качества, представляющие его первую ступень просветления, настолько отчётливо описанных в трактатах, он был бы вынужден опровергнуть достижения не только учёных и святых Тибета и древней Индии, но даже и

бодхисаттв, учеников Будды. Это противоречило бы историческим событиям. Очевидно эти критики не сумели изучить толкований сутры. Дашабхумика-сутра сообщает:

Тот, кто достиг первой ступени, вероятнее всего переродится вселенским монархом. Если он [в следующей жизни] находится в уединении в лесу, отрёкшись от мирской жизни, он вероятнее всего достигнет двенадцати сотен великих способностей, включая сто различных форм погружения.

Термин "скорее всего" указывает, что нет абсолютной уверенности относительно всех этих возможностей. Предполагать, что Дашабхумика-сутра является источником того, что они называют "ложным утверждением" – крайне позорно. Некоторые трактаты заявляют, что хотя и можно полностью осознать то, что ум – это вид предельной реальности [дхармакая], но не обязательно приобретаешь великие качества просветления в этой жизни, поскольку ещё не достиг освобождения от тройной зависимости, от тела, например. Это физическое препятствие сродни скорлупе орлиных яиц, которая заключает орлиного младенца. Однако, такой практикующий, при прохождении этапов смерти, раскроет иллюзорную форму осуществлённого блаженства [самбхогакая], лишь только испытав сияющее осознавание. Ссылаясь на запоздалую реализацию великих способностей, другие люди критиковали данную систему, говоря, что было бы удивительно, если бы солнечный свет появился завтра, когда солнце уже взошло сегодня. Это абсолютно неправильно. В виду того, что они проигнорировали трактаты по мистицизму [мантраяны], кои провозглашают, что мистики осуществят просветление дхармакаи в процессе умирания и самбхогакаю в промежуточном состоянии [бордо]. Трактат озаглавленный Чатурдевипариприча заявляет:

Когда разлагается физическая колесница кармы, то, благодаря духовной силе, достигают того тела, к которому стремились. Это тело пронизывает все статичные и подвижные феномены, словно пространство, охватывающее всё собой. Пойми, что оно так и остаётся.

Сампута подтверждает:

Когда пропадает физическая колесница кармы, достигают высшей формы.

Сохраняя данный взгляд на возможность [достижения некоторых великих способностей спустя долгое время после реализации духовного пути], Дже Шанг сообщает:

Страдание не может совсем исчезнуть немедленно после реализации [истины] недвойственности. Кто посмеет отрицать, что кто-то достиг пути постижения, пусть даже он всё ещё и должен реализовать последние способности? Солнце раним утром не может ни растопить замёрзшую воду, ни нагреть землю и камни зараз. И всё же, кто посмеет отрицать существование солнца?

Подобные высказывания сообразуются с фактом человеческого опыта. К примеру, молодая луна может быть незаконченной по форме, однако, она по-прежнему луна. Ребёнок ещё не окончательно повзрослел, тем не менее он – по-прежнему человеческое существо. Как бы не был неразвит львиный детёныш, он – по-прежнему лев. В связи с этим Дже Гьяре поясняет:

Даже среди архатов было два вида: С украшениями и без украшений304. Даже бодхисаттвы бывают двух типов: Прославленные и непрославленные. Даже в мистической традиции существует два сорта мистиков: Практикующие тайно и живущие в общине. Даже знания бывают двух видов: Описательные и демонстрируемые. Так же, поскольку великие способности приписываются нарочно ступеням и путям реализации, некоторые великие медитаторы достигают силы супертрансформации, между тем как другим не удаётся достичь этого; некоторые из них могут удовлетворять потребности чувствующих существ, тогда как другим не удаётся сделать это. Так происходит вследствие различия в качестве их практик.

Теперь я подведу итог всем этим высказываниям. Великие способности ассоциируемые со ступенями и путями, согласно трактатам колесницы диалектики, показываются искусным образом ввиду некоторого высшего соображения. Пути [четырёх йог] – не то же самое, что они. Даже внутренние знаки реализации на этих путях различны. Также как были архаты с украшениями и без украшений, и бодхисаттвы прославленные и непрославленные, существуют разные типы великих медитаторов, некоторые из них обладают возвышенной силой трансформации, а у других она отсутствует, главным образом вследствие различия в качестве их практик. Было сказано, что намереваясь добиться возвышенной силы трансформации и прочих великих способностей, необходимо усердно стремиться к этому на пути преходящего мира и высшем пути

Мантраяны. На этом я заканчиваю разъяснение медитации махамудры предельной уверенности, и в частности дифференциации каждой из четырёх йог и методов прохождения ступеней и путей просветления.

Посвящение.

Автор, великий Таши Намгьял ордена Такпо Кагью, торжественно посвящает духовные заслуги, возникшие в результате его исчерпывающего разъяснения метафизики и медитации махамудры, во имя просветления всех чувствующих существ.
Удачливые искатели и те, кто жаждет освобождения найдут доступ к учениям Будды применяя принципы священного закона, посредством слушания, изучения и медитации дхармы, В соответствии с наставлениями знающих учителей. Но совершенный путь отсечения корня циклического существования – это медитация на предельной реальности, коя была так провозглашена.
Славная Калачакра отказывала в правомочности некоторым методам медитации на пустотности реальности. Средь них – медитация на полной пустоте, что в дедуктивной логике определяется как полное отрицание [мегак], и медитация на концептуализируемой пустоте – это просто отсутствие предельной косной материи. Некоторые другие понятия пустоты противоречат Трактату Реализации Квинтэссенции [друбньинг].
Метод медитации на верховной пустотности всех форм был знаком последователям великого Сарахи в древней Индии и линии Такпо Кагью в этой стране снежных гор. Он просыпался градом беспристрастных учёных и святых.
Истинный смысл этой системы – махамудра предельной уверенности. И название и значение были широко известны сутрам, тантрам и санскритским трактатам, а также данному Медитационному Ордену.
Множество пространных и сжатых трактатов по махамудре широко распространилось по всей этой земле. Однако, зная о редкости любого точного трактата, я, со всем смирением, решился написать сей экзегетический трактат, дабы удалить всевозможные неверные концепции, сомнения и скептицизм по данному предмету.
В нашем веке у большинства учёных запутанные представления относительно важнейших внутренних ощущений и переживаний. Некоторые реализовавшиеся не знают сутр и тантр. У тех, кто объединил два достижения, отсутствует доброта и забота о других.
Сам я не имею ни совершенного знания трактатов, и не получил я возвышенных переживаний. Но пусть так, я кропотливо ознакомился с учениями драгоценной линии Кагью и составил данный текст благодаря моей любви и заботе о других.
Я испрашиваю прощения у святых, коль скоро моя работа содержит вопросы, кои я сам не понял, неправильно понял, или сомневался относительно коих. Я умоляю их убрать все неверные объяснения применив безупречное толкование и логический вывод, так чтобы продолжалась чистота учений Будды.
Если когда-либо, раздражённый злой силой предубеждения, осудит мыслью и поступком добро, или обратит положительное в отрицательное, а правду в ложь, он, без сомнения, станет презираем мудрыми и справедливыми умами.
Если этот текст содержит много превосходных достоинств, он заслуживает благосклонных комментариев других учёных и святых, в особенности ордена Такпо Кагью. Он заслуживает, чтобы его изучали и исследовали проницательные умы.
Пусть всегда сверкающий солнечный свет добродетельных мыслей и поступков, отданных этому трактату, рассеивает тьму неведения чувствующих существ. Пусть возрастает сияние их самопознающего осознавания. Пусть я, тоже, обрету беспрепятственной доброй возможности связать себя с этим высочайшим путём На все будущие жизни. Пусть я реализую дхармакаю прямо и скоро и исполню пожелания бессчётного количества живых существ.
Обеспокоенный редкостью точных трактатов о стадиях медитации махамудры предельной уверенности, движимый искренним стремлением извести неправильные представления, коим подвержены люди, и желая обеспечить рассвет сознательной уверенности у тех, кто имеет доверие к этому Медитационному Ордену, я, Гампопа Таши Намгьял, начал составлять данный текст в благоприятное время и закончил его в благоприятный день третьего месяца года Быка305, в уединении в Нагакота, ниже

славного монастыря Таклха Гампо. Основание этого монастыря было предсказано Буддой. Писцом был Тхупден Палбыр, который сам является посвящённым мастером системы Мантраяны. Пусть его служение обоготит все чувствующие существа добродетелью и превосходством.

Колофон.

Ламы Нгаванг Пема Чогьял из Лхадакха, который поручил изготовление деревянных блоков для печати.
Пусть господствуют мир и совершенство!
Его всезнающий ум – это драгоценная гора Сумеру; его рассуждение, обсуждение, и написание представляют её сверкающую плоскую вершину; он величественно стоит посреди выдающихся ученых, кои как цепь золотых гор. Солнце его реализации излучает двойные мудрости, когда он скачет на семи лошадях306 этой Медитационной Линии; его удивительное сострадание подобно сандаловому дереву; его великодушные действия расходятся как распускающиеся листья и ветви; добро и благополучие, кои он рождает вокруг, – подобны запаху этого дерева; его почитают учёные и святые, также как нагараджи [змеиные боги] почитают свою коронную драгоценность. Я пою хвалу этому высочайшему наставнику!
Несравненный Такпопа [Гампопа], который иначе известен как монах-целитель, исполнил пророчество Великого Святого [Будды]. Благодаря его голосу, разносящему предельную дхарму горы Шанти, квинтэссенция учений засияла словно солнце.
Когда в наш настоящий век учёные стали заниматься лишь общепринятым знанием. Когда истинное знание стало редким, даже среди людей знаменитых своей реализацией, пришёл знающий и реализовавшийся гуру, который заново восстановил эту предельную доктрину и медитацию. Это произошло благодаря славным заслугам чувствующих существ.
Несущие по бесконечному пространство его мудрости – это зелёные небесные лошади, символизирующие его видение предельной реальности. Благодаря лунному свету его изящных высказываний, да раскроются как лилии молодые умы!
Это точное разъяснение – золотой ключ, который откроет несметные сокровища учений. Плывя на этом превосходном корабле сутр и тантр, можно собрать драгоценные самоцветы предельной уверенности.
С этой безупречной доктриной логического доказательства можно разрушить веру учёных еретиков; с этим драгоценным светом совершенного понимания можно рассеять нависающую тьму неверных взглядов.
Этим острым мечом совершенного ума можно отсечь спутанные ползучие ростки сомнений о действительном и недействительном; в этом серебряном зеркале глубокого смысла можно увидеть прекрасный лик подлинной реальности.
Пусть этот превосходный трактат так же распространиться повсюду и пусть он остаётся столь же прочным в своих основаниях, пока сохраняются медитационные учения Великого Святого!
Почувствовав, что это изящное литературное сочинение будет путём, чтоб идти, или глазами, чтоб смотреть, для тех, кто ищет освобождения, я, Нгаванг Пема Чогьял из Ладакха, наделённый тремя видами веры307, поручил вырезать ксилографы, дабы сделать неисчерпаемый дар дхармы, ради блага чувствующих существ и учений Будды, подобно щедрому хозяину ныряльщиков за кораллами, дающему в дар драгоценный сапфир [йик или йикнгон].
Пусть заслуги, возникающие в результате этого деяния, помогут обоготить тех, кому не хватает знания, искусности в диспутах, и медитации! Пусть многие реализовавшиеся аскеты остаются на этой земле, как Марпа, Миларепа, Гампопа, Тсангпа Гьяре, Лорепа и Готсангпа! Пусть я так же совершенно реализую дхармакаю, точную природу всех вещей! Пусть я смогу исполнять пожелания всех других чувствующих существ, тем что осознаю разнообразные аспекты всего, что существует!
Пусть три плана [вселенной] станут чистыми, благодаря силе этого достижения; пусть они будут свободными от болезней, голода, войн и ссор! Пусть солнце исполнения сияет над всеми в момент, когда пожелают! Пусть цветёт лотос их высшего блаженства!

Пусть все переписчики, резчики ксилографов, и редакторы, которые были связаны с этой работой посредством своего тела, речи и ума и все остальные чувствующие существа на всём протяжении безбрежного пространства рассеют туман двойственности! Пусть они реализуют пространство нерождённой дхармакаи! Пусть господствует их добродетель!
Деревянные блоки этого текста находились в Шри Ньютенг у Гьела [в провинции Дрингри в Западном Тибете].

Примечания переводчика Тибетского оригинала.

1 – "Неразрушимый ум" (санск. ваджрачитта; тиб. семкьи дордже) символизирует изначальную природу ума. Этот термин, обнаруживаемый только в трактатах ваджраяны, раскрывает два значения, видимое и предельное. Видимое значение относится к конкретно воспринимаемой форме дордже как формы алмаза. Предельное значение, о котором здесь упоминается, указывает на абстрактные, невоспринимаемые характеристики алмаза, а именно, на его неделимость и неразрушимость. Они, в свою очередь, определяют высшее состояние ума, т.е., неразрушимость пустоты. Несмотря на то, что наблюдение и исследование в Буддистской медитации концентрируется на уме, и ум считается источником творчества, значение дордже распространяется на материальные феномены, потому что внутренняя присущность пустоты универсальна. Присущая всему пустота символизируемая дордже – не просто отсутствие внутренней сути, собственной природы (свабхава), в феноменах ума и материи, но в качестве внутреннего пространства она обеспечивает основание для этих реальностей и объединяет все вещи. Традиция Ваджраяны описывает единство ума и присущей ему пустоты как неделимость осознавания и его пустоты. Подобным образом, союз материи и ей присущей пустоты означает неделимость воспринимаемой реальности и её пустоты. Присущее внешней и внутренней реальностям единство остаётся неизвестным и невоспринимаемым пока не наступило пробуждение через инициацию и процесс медитации. Такой процесс пробуждения к неделимому единству блаженного осознавания и его внутреннего пространства включает трансформацию себя средствами практики Ваджраяны и наблюдение за собой согласно медитации махамудры. Фундаментальный базис был подготовлен сутрами Махаяны в форме "неделимой мудрости и сострадания". Функция всепроникающей мудрости состоит в углублении в неизвестное невоспринимаемое состояние пустоты, в то время как измерение сострадания охватывает все чувствующие существа. Эти высшие качества должны быть развиты и реализованы при помощи одного единого средства – просветлённого духа (бодхичитты), в котором оба качества слиты в одно неделимое целое.

2 – Под "Трияной" подразумеваются (1) три типа учений Будды (согласно сутрам Махаяны, особенно отдела праджняпарамиты, есть три средства (колесницы) передвижения к просветлению, а именно – шравака-яна, пратьекабудда-яна и бодхисаттва-яна) и (2) три колесницы Буддистской доктрины, которые составляют полностью весь Буддизм (Первичная Колесница, в наши дни представлена школой Тхеравада; Всеобъемлющая Колесница, или Махаяна; и Нерушимая Колесница Мистицизма – Мантраяна, или Тантра-Ваджраяна).

3 – "Три мистических качества" (тиб. сангва сум; санск. тригухья) означают мистические силы тела, речи и ума полностью просветлённого. Первое – это мистическая сила манифестации, которая, как полагают, проявляется из предельной простоты (дхармакая) в различных формах и на всевозможных уровнях чувствующих существ, с целью помочь направить их к окончательному освобождению и просветлению. Второе – это мистическая сила речи, которая означает (1) уникальную способность передавать благородное учение теми способами и в формах, в которых его смогут понять люди разных уровней и темпераментов, и (2) надмирскую коммуникацию, основанную на символах мистической трансформации, таких как в случае связи, которая происходит между космическими буддами и практикующими бодхисаттвами на высшей стадии. Третье – это мистическая сила всезнающего осознавания, руководящая бесконечным многообразием знания и

осознавания, которое смешивается с предельной реальностью, таковостью всеохватывающего простора пустоты (чсинг тонгпа тешиньи), так что её безостановочная активная сила мудрости и сострадания делает возможным для практикующего всякий процесс раскрытия своих способностей.

4 – "Видимое значение" (санск. нейартха; тиб. трангдсн) относится к словам Будды, обычно, имеющих целью показать переходный путь, как отличный от предельного пути. Тибетский термин "транг" означает "средство привлечения" или "ведущий по направлению" к предельному пути, или действительному смыслу (по значению второго слога "дон"). Переходный путь представляет собой (1) обычную доктрину с моральным и рациональным подтекстами и (2) избирательные концепции насыщенные обдуманно изобретёнными значениями. Обычная доктрина, изложенная только как психологическое или моральное основание, начинает с признания жизненного страдания, заблуждающегося ума как причины страдания, возможности постоянной свободы и моральных и психологических средств совершенствования, и заканчивает частичным откровением истины, т.е., разоблачением несамостоятельности личности (пудгала-наиратмья). Что касается избирательных концепций, насыщенных намеренно искусственными значениями, то они давались в качестве психологических средств привлечения неправильно направленных умов, затем, чтобы подвести, их в конце концов, к пониманию предельной истины. Например, учили, что "существует реальность шести чувств" или, что "я личности существует". С позиции истинного учения, "я" как отдельная единичная сущность не существует, и чувства – это преходящие реальности, появление которых зависит от взаимодействия чувств и объектов, на фоне психофизических элементов и пространственно-временного измерения, которые – в виде потока событий – как сказано, были вызваны внутренним заблуждением или нормальным сознанием индивида. Когда Будда излагал сутры или проповеди предназначенные удовлетворить нужды и стремления отдельных людей или групп, он составлял руководства, основаные на доктринальном объяснении и рациональной оценке, различения смыслов на видимый или действительный, выдуманный или намекающий, и для понимания их в свете подразумеваемой цели и личной реализации. Оригинальные руководства, включающие принципы и методы дифференциации находятся в таких важных сутрах как Аксаяматипараприча-сутра (Лодрс Мисепе Шюпе До) и Самадхинирмокана-сутра (До Гонгпа Нгедрел). Два великих учителя, Нагарджуна (2ой век н.э.) и Асанга (4ый век н.э.), разъяснили принципы и методы интерпретации. Нагарджуна сделал это в терминах центральной философии Будды (Мадхьямики), рассматривая данный предмет в работе "Собрание поучений сутр" (Сутрасамуччая) и "Шести трактатах центральной философии" (Шастхакула-мадхьямакашастра). Асанга разъяснил их с точки зрения идеалистического взгляда на реальность (Виджнянавада) в своих "Пяти трактатах об основах (просветления)" (Панчасенабхум). Представление о важности подходящей интерпретации можно получить посмотрев на бесчисленные комментарии и труды тибетских учителей. Упомянем лишь некоторые из них – это Шунглук Лекпар Шепа Сакья Пандиты (1181-1251), Труптхатзс Гьялвы Лонгченпы (1308-1363), Трангнге Лекше Ньингпо несравненного Цзонхавы (1357-1419) и Гьюде чинам Кхедрубцзе (1385-1438). Эти сложные и даже противоречивые учения явились результатом предусмотрительного подхода к удовлетворению стремлений учеников и для руководства ими, который был дан в течение более чем сорокалетнего периода служений Будды. Сутры содержащие данные учения дифференцируются согласно школе Мадхьямака в терминах значения, которое или видимое или действительное, вымышленное или намекающее. Каждая из трёх остальных школ, Вайбхашика, Саутрантика и Виджнянавада, приняла различные системы распознавания сутр, ни одна из которых не разделяет взгляда системы Мадхьямаки. Дифференциация значения сутр в терминах видимого и действительного, вымышленного и намекающего, сделана путём распределения сутр по категориям, относящимся к одной из трёх фаз вращения колеса закона Будды. Сутры первой фазы содержат доктрину с видимым и вымышленным значениями. К видимому значению относятся учения о циклическом существовании, страдании жизни, причине и средстве избавления, включая важные разделы, раскрывающие истину в урезанном виде, такую как несамостоятельность потока сознания и состояние высшего умиротворения (нирвана). Они предназначены для того, чтобы со временем привести людей к правильному взгляду

на реальность и благотворному отношению к жизни. Рассуждения с выдуманным значением содержат учения о реальности чувств и я личности. К сутрам, содержащим такие учения, относятся Виная-сутра, Лалитавистара, Кармашатака и Смритьюпастхана. Учения сутр средней фазы рассматриваются главной школой Мадхьямика как представляющие собой реальную или высшую истину, центром которой является концепция абсолютной нереальности дуалистических феноменов (сарвадхарма-шуньята). Считается, что шуньята (всеохватывающее внутреннее пространство) идентична с динамическим потоком обусловленной реальности, которую центральная философия Буддизма описывает как взаимозависимую цепь событий (пратитьясамутпада). Необычная концепция реальности обнаруживаемая в Праджняпарамита-сутрах (учениях о трансцендентальной мудрости) была нарочно выражена в загадочных терминах, из которых лишь подготовленные и искренне стремящиеся к просветлению практикующие могли бы извлечь пользу, пусть даже эти сутры и утаивают ясное определение абсолютной нереальности и различие между несуществованием абсолюта и обусловленностью феноменов. Именно таковы отрывки Сутры Сердца (Праджня-парамита хридая сутра), которые буквально сводят на нет все реальности, начиная с чувств и кончая психофизическими агрегатами, и совершенно отрицают реальность ума и материи. Абсолютная нереальность, понятая таким способом, могла бы легко создать неправильное стремление рассматривать её как тотальное отрицание всего. Буквальная форма, в которой она описывалась была преднамеренно недвусмысленной и нарочно огульно всё отрицающей. Однако подразумевалось не читать буквально, но изучать в свете более общих руководящих направлений, что означает соединение определяющих терминов и более полных дефиниций. Ключом к верному пониманию абсолютной нереальности является тот факт, что она естественно соединена и нераздельно переплетена с обусловленными феноменами. Обоснованной является эта преходящая иллюзорная реальность, составляющая базис понятийного описания, которое, в свою очередь, облегчает беспрепятственное функционирование человеческого интеллекта. Далёкая от того, что бы быть абсолютным отрицанием – которое является неприкрытой формой материализма – абсолютная нереальность, которой придерживается Буддизм Махаяны показывает, что абсолютная нереальность – ничто иное как внутренняя пустота (сахаджа-шуньята) и, что эта пустота, будучи необусловленным состоянием всех вещей, не может отделится от обусловленных реальностей. Будда так говорит о наполняющем всё единстве реальностей: Пустота не отличается от материи и материя неотличима от пустоты. В качестве духовного направления жизни, абсолютная нереальность придерживается принципа потока сознания и его внутреннего потенциала высочайшего подъёма. Предельная реальность вещей может быть полностью понята через объединённое развитие различающей мудрости и бесконечного сострадания. Известные сутры этой фазы – это Сутра Сердца (Праджня-парамита хридая сутра), Властелин Созерцательного Погружения (Самадхираджа-сутра), Великое Драгоценное Строение, или Великая гора дроагоценностей (Махаратнакута) и Великое Множество Будд (Будда-аватамсака). Из сутр, приписываемых третьей фазе поворота колеса закона Будды, некоторые содержат рассуждения, обращённые к видимым значениям, которые нельзя читать буквально, другие же содержат доктрину, показывающую высшую истину. Сутры таким образом дают ясные определения всех вещей. (Дальнейшую информацию о данных методах интерпретации, можно получить у изучившего этот вопрос Геше либо, ещё лучше, прочитать такие трактаты как "Трангнге лекше ньингпо" Цзонкхапы и "Труптха тхуптен лхюнпс дзегьен" Чангкья Рслпе Дордже.) Эти сутры делятся на основании трёх характерных признаков, из которых первые два представляют собой аспекты видимой реальности (самвритисатья) и третий – аспект предельной реальности (парамартхасатья). Первые характерные признаки, относящиеся ко "всем обозначенным понятиями вещам" (парикальпита) обладают только номинальной и символической принадлежностью или тождеством, они лишены внутренний сущности. Пусть даже все обусловленные и необусловленные вещи составляют основание для концептуального описания, на котором держится активное функционирование жизни, выраженная в понятиях само-сущность индивидуальности и само-сущность феноменов не имеют какой бы то ни было обстоятельности, так как эти двойственные сущности совершенно ложны и не существуют. Второй принцип, принцип зависимой относительности или модулированного восприятия феноменов (паратантра), оперделяется как лишённый внутренней сути и

поэтому нереальный. Возникновение, существование и прекращение каждого модулированного восприятия (в сфере зависимой относительности) зависит или обусловлен взаимодействием соответствующих факторов и вмешивающихся обстоятельств. Обычный ум, с нормальным видением реальности основательно искажённым или изменённым родимым пятном ментального осквернения, воспринимает дуальность как реальную с аттрибутами врождённой сущности, или внутреннимим характеристиками, которые отделены от воспринимаемой реальности. Дуалистические восприятия, вообще, и привязанность к представлению об истинности личности и феноменов, в частности, как установлено, являются непрестанно возникающими проекциями ума. Единственное положительное подтверждение и базис функции можно получить из аналогии, где все воспринимаемые реальности приравниваются магическому зрелищу, вызываемому колдовством при помощи комбинации факторов, которые нереальны. Принцип модулированного восприятия феноменов включает в себя полностью изменённое ментальное состояние, т.е., в высшей степени просветлённое осознавание, и не может быть отождествленно с предыдущим. Третий принцип, а именно совершенное состояние или предельная реальность вещей (парииспана), определяется как всепроникающее пространство (дхармадхату-шунья), называемое таковостью пустоты (татхата-шунья). Это – невообразимый аспект всех реальностей – обусловленных и необусловленных – и объединение их в один аромат и одно протяжение. Необусловленную (предельную) реальность можно отличить от видимой реальности, даже если первая остаётся недоступной чувствам и не познаётся обычным интеллектом, в то время как последняя воспринимается обычным умом как действительная. Это возможно потому, что видимая реальность является не более, чем причудливым представлением, точно таким же как лошадь вызываемая при помощи магии. Обусловленное и необусловленное, видимое и предельное не могут быть двумя окончательными, полными реальностями, но обязаны быть двумя аспектами одной реальности, ибо невообразимая пустота остаётся внутренне присущим видимой реальности состоянием. Логически проанализировав, можно заметить, что у видимого нет внутренних признаков (сущности), и, следовательно, исключается возможность всякой истинности дуализма. Тем не менее тому, кто следует среднему пути (мадхьямика), его пониманию реальности важно отметить, что нереальность видимого не означает его тотального отрицания, что соответствовало бы нигилистической позиции. Безошибочный вывод и созерцательный анализ могут показать, что видимое обладает лишь относительной справедливостью, так как оно происходит из естественного изобретательства, вызванного непрекращающимся взаимодействием причин и условий. Что такое предельное состояние в терминах человеческого ума? Таковость пустоты при окончательном анализе означает недуальную простоту, являющуюся предметом реализации. Термин "совершенное состояние" (парииспанна) обозначает предельное, неизменное, все-проникающее пространство, являющееся "таковостью пустоты". Осознанная путём заключений при более высоком рассмотрении, таковость пустоты обязана пониматься как не просто естественная пустотность истинной сущности или "дуальных сущностей", но так же как все-проникающее пространство, охватывающее всё, начиная от воспринимаемой материи и до высшего просветления. Этим представлен совершенный процесс самореализации, как истинное постижение и высшая добродетель. "Окончательный смысл" (санс. нитартха, тиб. нгсдон) относится к тем учениям, которые можно читать буквально и, которые рассматривают предельную истину, доктрину пустоты (шуньята) и запредельного осознавания (джняна). Короче говоря, все учения, имеющие дело с экзистенциальным состоянием (сансарой), содержат видимый смысл, тогда как учения имеющие дело с просветлением (самбодхи или нирваной) содержат предельный смысл. Акшаяматипарипричха-сутра включает в себя комплекс разведения видимого и предельного смыслов.

5 – Лхачок Тумпо, чаще известный как Троуо Мийоуа (санск. Кродха-акала) – это гневное медитационное божество, белого цвета. Через преданность и медитацию на нём, посвящённые увеличивают мощь своих интеллектуальных способностей.

6 – В списке даны ранние наставники квинтэссенции само-реализации. Сараха вероятно жил в первом и втором веках до н.э. (См. The Royal Song of Saraha в английском переводе

с комментариями Др-а Герберта В. Гюнтера, Seattle and London: Univ. of Washington Press, 1969.) Кроме Сарахи, ранними учителями традиции самореализации были: Нагарджуна 2-ой век до н.э. Шавари 2-ой век до н.э. Тилопа 988-1069, Наропа 1016-1100 (см. The Life and Teaching of Naropa, перев. Г. В. Гюнтера), Майтрипа 1012-1097, Марпа 1012-1099, Миларепа 1040-1123.

7 – Это относится к Гампопе (1079-1153).

8 – Пророчество Будды находится в Самадхираджа-сутре.

9 "Три сферы вселенной" – это мир форм (камарупа), мир высшей формы (рупадхату) и состояние без форм (арупадхату).

10 – "Дхарма предельной реальности" означает махамудру.

11 – "Мистицизм" или Мантраяна относится к доктрине и медитации мистической йоги Ваджраяны, несокрушимой колесницы.

12 – Орден Кагью Такпо был основан Гампопой, и от него пошло большинство других ответвлений ордена Кагью. Его единственным религиозным институтом был монастырь Таклха Гампо в Южном Тибете, от которого сейчас остались руины, один из монастырей разрушен маоистскими радикалами в 1960-х.

13 – Это относится к оригинальным Буддистским писаниям, сутрам и тантрам объединённым в Каджюр (в 104 или 106 томов). В традиции Тхеравады эпитетом будет трипитака (три хранилища), а именно – виная-питака, абхидхарма-питака и сутта-питака.

14 "Внутренняя реальность" (санскр. самартха; тиб. янгдак тсн).

15 "Кролик на Луне" – ссылка на древнюю басню о наблюдаемой тени на Луне.

16 Десять практик дхармы (тиб. чсчсчу, по-буквенно chos-spyod bcu; санскр. дасачарья-дхарма) – это (1) записывание (дхармы), (2) чтение, (3) декламация, (4) слушание, (5) исследование, (6) размышление, (7) медитация, (8) поклонение трём драгоценностям, (9) отказ от стремления обладать, (10) обучение, преподавание.

17 Гуру Шабарешвара – тот же, что и Шавари, который упоминался среди ранних учителей традиции самореализации.

18 – "Осадок впечатлений" (тиб. пакчак, по буквам bag-chags; санск. васана) здесь, в частности, обозначает негативный психический отпечаток. Слово "пакчак" обычно имеет смысл психического отпечатка, находящегося в скрытом состоянии в сокровищнице-сознании (алая-виджняна) каждого индивидуума, а также имеет дополнительное значение семени, порождающей силы, или же потенциала. Согласно идеалистической школе Буддизма (читтаматравадин или виджнянавадин, представители только сознания) пакчак имеет значение порождающей силы доброго, плохого или нейтрального, отпечатанного на сокровищнице-сознании индивидуума посредством запятнанных чувств и, в особенности, через всё-пронизывающее представление о себе. Такой психический отпечаток описывается как устойчивый поток. Если его сознательно не активизировать при помощи отрицательной или положительной воли и действия, он остаётся дремлющим, подобно семени вне почвы, лишённого влаги и воздуха, не проявляющим ни хорошего ни плохого. Следовательно, он рассматривается как нейтральное тонкое сознание. Из огромного количества видов психических отпечатков, три стоит назвать: (1) понятийный психический отпечаток сокровищницы-сознания, который производит обозначенные в понятиях феномены такие как форма, звук и т.д.; (2) дуалистический психический отпечаток, который порождает видимость себя и других; и (3) положительный и отрицательный психический отпечаток, являющийся причиной экзистенциальной жизни и, благодаря которому возникает круг смертей и рождений. Следующее краткое описание психических

отпечатков предназначенно проиллюстрировать разные взгляды родственных школ на аспекты ума и реальности. Они должны в порядке последовательности вести ученика ко всё более высокой доктрине и окончательному решению сквозь всё более утончённое исследование и рассмотрение. Начнём с того, что идеалистическая школа придерживается того мнения, что сокровищница-сознание, накапливающая психические отпечатки, – это причинное сознание. Когда дуалистическое сознание возникает из сокровищницы-сознания, оно рассматривается в качестве результирующего сознания. Таким образом, первое и второе взаимосоотносятся как причина и следствие. Представители независимой реальности (сватантрика-мадхьямика) считают, что только поток сознания – не сокровищница-сознание – выполняет две фазы психического отпечатка и проекции. Откуда следует тождественность причины и результата. Представители критического редукционизма (прасангика-мадхьямика) – отказываясь и от сокровищницы-сознания и потока сознания как от реальности выраженной в терминах независимой или внутренней сущности – полагают, что "просто я" является потоком концепций, который служит базисом психического отпечатка и последующей проекции.

19 – Данный отрывок явно показывает идеалистическую позицию буддистской школы чистого ума (виджнянавада), чьим главным представителем был Асанга (4-ый век н.э.). Он получил учение от Майтреи.

20 – Этот текст написан Нагарджуной.

21 – "Реальность" (таттва) здесь означает медитацию в высшем смысле. Такого рода медитация – это гармоничное сочетание спокойного погружения и осознавания таттвы или "той самой бессущностности" всех вещей.

22 – Три вида просветления (трибодхи). Первый уровень просветления достигается шраваками (пробуждёнными слушателями); более высокий уровень просветления достигается бодхисаттвами; высшее просветление достигается буддами, согласно Абхисамаяламкара, трактату, сжато излагающему учения Махаяны серии Праджняпарамиты.

23 – Пять трактатов Майтреи: Додегьен (Сутраламкара), Нгснтокгьен (Абхисамаяламкара), Ютханамдже (Мадхьянта-вибханга), Чсданг Чсньи Намдже (Дхармадхармата-вибханга) и Гьюлама (Уттара-тантра-шастра).
Трактаты Садэ Асанги: Са'и нгсши (это общий заголовок четырёх других текстов таких как Бодхисаттвабхуми, и т.д.).
Схидува (Вастусамграха) Намдранг Дува (Парьяясамграха) Нампартенла Уппадува (Виниская самграха).
В добавок к этим десяти названиям есть ещё десять трактатов, которые собраны под заголовком "Десять трактатов об учениях Майтреи". Они были записаны или сочинены его учеником Асангой. Большинство этих трактатов рассматривают идеалистическую философию (виджнянавадин), в то время как некоторые другие смешиваются с философией среднего пути (мадхьямака). Нгснтокгьен содержит доктрину мадхьямики, известную как "выводящая за пределы мудрость" или трансцендентальная мудрость (праджняпарамита).

24 Татхагата (тиб. дешин шекпа) – один из эпитетов, показывающее звание всех будд и их высшие достижения. Слово "татха" произошло от метафизического термина – "татхата" (тиб. дешинньи), которое означает "та самая таковость" или "таковость пустоты". Это – предельная реальность всех вещей. В то время как таковость пустоты, воспринимаемая буддами отрицает существование абсолютной сущности, она рассматривается как естественная простота и первичное основание как обычного так и просветлённого ума, реализация которой обозначена вторым словом, "гата", имеющим смысл "реализовавший" или "достигший" посредством трансцендентальной мудрости. Этим эпитетом выражаны мистические письмена о мудрости выводящей за пределы (дхарани праджняпарамиты). В Праджняпарамита-сутрах и комментариях обычно называемых как

абхисамаяламкара-тика великих лам различных орденов Тибетского Буддизма присутствует вполне рациональная метафизическая подоплёка.

25 – Ментальный образ: тиб.: микпа по-буквенно dmigs-pa; санск. викальпа.

26 – Чувственное побуждение (incitement): тиб. гспа, буквально rgod-pa; санск. аюддхатья. Слово "гспа" было определено Цзонкхапой в его Чангчуп Ламрим Ченмо (Тибетское собрание 338 том, 6 строка) как "вытекающая мысль, привлечённая к чувственным объектам." Поэтому термин был переведён как "чувственное побуждение". Некоторые последние публикации переводят его как "возбуждение (excitement)", которое обычно означает взволнованное чувство или ощущение происходящее из-за какого-либо необычайного происшествия, включая сюда и ситуацию ярости. Употреблять "возбуждение (excitement)" здесь было бы неточно, так как в нём нет указанного специфического свойства. Можно заметить, тем не менее, что все вытекающие мысли, включая возбуждение, охватываются другим тибетским термином – "трова" (буквально `phro-ba).

27 – Негодование: тиб. гьспа, буквально `gyod-pa; санск. упанаха.

28 – Вялость: тиб. мукпа, буквально rmugs-pa; санск. стьяна. Этот термин иногда переводился как "апатия."

29 – Совершенная лёгкость: тиб. шинджянг, буквально shin-sbyangs; санск. сувинит или прапраддхи.

30 – Стхирамати был учеником Васумитры.

31 – Память: тиб. тренпа, буквально dran-pa; санскр. смрити. Хотя в данном случае и используется термин "память", его определение применимо и к обычному "вниманию". Последнее предпочитается большинством учителей и учёных, так как оно указывает на длительное ментальное сосредоточение на выбранном объекте (конкретном, абстрактном или бесформенном) и на заповедях, а так же на просветлённых качествах.

32 – Бдительность (тиб. шешин, буквально shes-bzhin; санск. нвадханта) означает вездесущую концентрацию ума на воспринимаемом образе в медитации успокоения. Её спецефическая функция – мгновенно регистрировать или появление рассеяния в виде дискурсивной мысли или же исчезновение фокуса концентрации.

33 – Ментальное напряжение или мысленное образование: тиб. дудже, буквально 'du-byed; санск. самскара.

34 – Невозмутимость: тиб. танг-ньом, буквально btang-snyom; санск. упекша.

35 – Непостоянство: тиб. митакпа, буквально mi-rtag-pa; санск. анитья.

36 – Успокоение: тиб. шине, буквально zhi-gnas; санск. шаматха. Постижение: тиб. Лхактонг, бувально lhag-mthong; санск. випашьяна.

37 – Вне концепций: тиб. нампар митокпа, буквально rnam-par mi-rtog-pa; санск. авикальпа или нирвикальпа.

38 – Просветлённый Победитель: тиб. чомденде, буквально bcom-ldan-'das; санск. бхагаван. Этот термин иногда переводится как "Просветлённый Покоритель." Тибетским эквивалентом санскритского "бхагаван" является "чомден." Древние переводчики дхармы добавили один определяющий термин – "де," с целью ограничить применение этого модифицированного термина исключительно к Будде и отделить его от обычного употребления в связи с индуистскими богами и учителями. Тибетские описательные термины как правило изобилуют значениями, ведущими своё происхождение из

доктринальных трактатов или из качеств, воплощённых в каждом предмете, так и в данном термине – "чомденде." Слог "чом" означает победу над четырьмя негативными силами (катурмара). То есть, преодоление (1) внутреннего страдания и устранение (2) человеческой склонности заблуждаться, переходить с высшего к более низкому уровню; далее, безукоризненное достижение устраняет (3) силу смерти, и разрывая цепь перерождений, приносит постоянную свободу от (4) силы психофизических тягот. Второй слог "ден", значит "обладающий" (или реализующий) просветление со всеми его трансцендентальными качествами, из котороых шесть принципиальных описаны здесь:
Сила спонтанного выполнения; Совершенное тело Будды; Сверхчувственные объекты мира Будды; Известность Будды в этом мире; Трансцендентальное осознавание, которое воспринимает вещи в их разных формах и такими каковыми они являются; Совершенное старание служить чувствующим существам.
Эти свойства описываются как естественный результат исполнения шести принципов трансцендентальной мудрости, ещё во время стремления к ним в качестве бодхисаттвы, которые в свою очередь вызывают расцветание вышеуказанных шести качеств в соответствующем порядке. Последний слог "де" значит "трансцендентальный" и обозначает, что качества будды – высшие и превосходят все мирские качества.

39 – Девять ступеней стабилизации ума: тиб. семнегу, буквально sems-gnas-dgu.

40. Шесть принципов выхода-за-пределы – это безграничные щедрость, нравственность, терпение, старание, успокоение и мудрость.

41 – Трансформация (тиб. кьерим, буквально bskyed-rim; санск. утпаттикрама) и совершенствование (тиб. дзогрим, буквально rdzogs-rim; санск. сампаннакрама) относятся к высшим эзотерическим медитациям.

42. Йогин (тиб. налджорпа) – "тот, кто посвятил себя пути истинной йоги, или кто достиг первоначальной чистоты ума."

43. Бодхисаттва – человек высоких достжений, сознательно снова и снова воплощающийся для того, чтобы вести человечество к освобождению. Этот эпитет также применяют к любому потенциальному бодхисаттве с того момента, когда он или она принимает обет просветлённого ума (бодхичитты) и практикует заповеди учений о пути и цели бодхисаттвы. Архат – это монах многого достигший, который искал и реализовал личное освобождение от внутренней зависимости от "я" и загрязнения.

44 – Шесть сфер чувствующих существ такие: Сфера небесных существ. Сфера существ под ними (часто называются полубогами). Сфера человеческих существ. Сфера животных. Сфера духов (часто называются как голодные духи). Сфера терпящих муки существ (низшний мир).

45 – Психофизические агрегаты: тиб. пхунгпо, буквально phung-po; санск. скандха.

46 – Постижение вне ментальной активности: тиб. мийовай лхактхонг, буквально mi-gyo-ba'i lhag-mthong; санск. акалавипасьяна.

47 – Концептуальное восприятие: тиб. тшенмай чингва, буквально mtshanma'i'ching-ba.

48 – Вредоносные психофизические тенденции: тиб. ненген ленгьи чингва, буквально gnas-ngan len-gyi'ching-ba.

49 – Четыре уровня созерцания. Сказано, что созерцательное достижение на этих уровнях сродни достижению, получаемому на четырёх высших небесных мирах на плане форм (рупадхату). Они следующие: брахмалока, прабхасвара, кусалапусати и махапхала девалока, соответственно. С обретением постижения четырёх аспектов истины (чатурсатья), эти четыре созерцательных уровня могут достичь запредельного состояния. Четыре уровня, лишённые такого постижения, принадлежат мирскому уровню, который

типичен для высших миров богов. Четыре созерцательных уровня с постижением приводят к ещё более высокому созерцанию, а именно, четырём состояниям погружения и финальному погружению (самапатти). Таким образом, эти девять уровней составляют фундамент сутрической медитации. Четыре уровня созерцания соответствуют четырём небесам рупадхату (см. следующее примечание).

50 Четыре неба рупадхату (план высших форм) – это: Цангпа, буквально tshangs-pa. Рзел, буквально 'od-gsal. Гегье, буквально dge-rgyas. Дребу челха, буквально `bras-bu che-lha.

51 – "Их сыновья, пробуждённые слушатели и отдельные будды" (так же переводят как уединённые и молчащие будды) – эквивалентны на санскрите бодхисаттвам, шравакам и пратьекабуддам.

52 – Темин "дхармакая", дословно "тело всех вещей", означает к окончательное состояние просветления. Этот высочайший уровень просветления мыслится как распускающийся, светящийся, выражающий себя (примерно эквивалентно западному термину "эманирующий") на всех уровнях космической реальности, включая сюда как материальный мир, так и области тонкой реальности. В своей последней манифестации – это самбхогакая; в первой, в качестве земной инкарнации высшей реальности – это нирманакая – Будда представленный в человеческом теле. В идее дхармакаи обнаруживается выражение равенства сознания (в его высшем смысле) и реальности в Махаяне. Говоря аналитически, дхармакая, в сущности, состоит из трансцендентного осознавания и его сокровенной природы пустоты. Она – всеохватывающее пространство, ни коим образом не воспринимаемая и даже не мыслимая обычным, эгоистически обусловленным человеческим умом. Дхармакая – это субстрат всех вещей и источник всех возможностей, начиная с непосредственного внутреннего покоя и кончая высшим уровнем просветления. Прирождённый характер тотальной простоты и чистоты осознавания Дхармакаи является тем, что обычно называют нирваной – состоянием, в котором ум, отмыт от временных "пятен" заблуждения и искажения. Однако, здесь не только "субъективное" состояние (как в буддизме Хинаяны), но онтологическая реальность. Будучи необусловленной, она описывается как нерождённая, нелокализуемая и неуничтожимая. Её характер таков, что она превосходит дискурсивное мышление, и её нельзя ни обозначить ни предпочесть ей что-либо другое.

53 – "Семь аспектов" (санск. саптадхарма-Вайрочана) относятся к идеальной позе Дхьяни Будды Вайрочаны. Изображаемый Высшим Просветлённым, его форма воспроизводит всё совершенство всех форм. Возможность приспособиться к ней – после некоторых неудобств – будет очень полезной для медитаторов. Надо сидеть следующим образом: 1. Выпрямить верхнюю часть туловища и позвоночник. 2. Смотреть слегка вниз в место прямо напротив кончика носа (одновременно удерживая подбородок и шею прямо). 3. Расправить лопатки на манер изогнутых крыльев грифа. 4. Губы мягко соприкасаются. 5. Пусть кончик языка касается верхнего нёба. 6. Положение ног – в позе или ваджрасаны или падмасаны (святой скипетр или поза лотоса) 7. Распрямлённая плоская обратная сторона кисти правой руки лежит на открытой левой ладони (точно так как две дощечки располагаются одна на другой), внутри кончики больших пальцев мягко соприкасаются.

54 – Всесторонне охватывающая визуализация: тиб. кхьяпай микпа, буквально khyab-pa'i dmigs-pa. Аналитическая медитация: тиб. чейпа намджог-гьи микпа, буквально spyad-pa rnam-sbyong-gyi dmigs-pa. Умелое исследование: тиб. кхепай микпа, буквально mkhas-pa'i dmigs-pa. Медитация на устранение ментальных осквернений: тиб. ньснмонг намджонг-гьи микпа, по буквам: nyon-mong rnam-sbyong-gyi dmigs-pa.

55 – Двенадцать звеньев (тиб. тендрел чуньи, по буквам: rten-'brel bcu-gnuis; санск.: двадаша-пратитьясамутпада) следующие: Неведение (тиб. маригпа, по буквам ma rig-pa; санск.: авиджняна или авидья) относительно своей собственной личности является причиной: Кармического образования или психического порождения (тиб. дхудже, по буквам: 'du-byed; санск.: самскара), которое активизирует: Сознание (тиб. намше, по буквам rnam-shes; санск. виджняна), которое пробуждает: Психосоматическую форму или

зародыш жизни (тиб. мингчжук, по буквам ming-gzugs; санск. нама-рупа), что, в свою очередь, вызывает: Шесть полей чувств или впечатления (тиб. кьече друк, по буквам skye-mched drug; санск. садьятана), которые пробуждают: Ощущение или контакт с чувственными впечатлениями (тиб. рекпа, по буквам reg-pa; санск. спарша), являющихся причиной: Возникновения Чувственных побудителей (тиб. цорва, по буквам `tshorba; санск. ведана), их результатом является: Страстное желание чувственных наслаждений (тиб. сепа, по буквам sred-pa; санск. трисна), которое неизбежно превращается в: Цепляние за жизнь (тиб. ленпа, по буквам lenpa; санск. упадана или праявастхана), заканчивающее процесс: Вступление в бытие (тиб. сипа, по буквам srid-pa; санск. бхава), то есть: Перерождение (тиб. кьева; по буквам skye-ba; санск. джати) психофизической формы, которое с неизбежностью приводит к: Распаду и смерти, зрелости и разрушению (тиб. гава чива, по буквам rga-ba chi-ba; санск. джара-марана).
Тибетское колесо существования показывает то, как индивидам удаётся управлять судьбой своих жизней, перемещаясь по кругу существования. Отражая буддийскую концепцию космического потока, эта схема изображает непрерывность потока сознания индивида и процесс эволюции космоса. Звенья с первого по третье в цепочке относятся к прошлой жизни, с четвертого по одиннадцатое – принадлежат к настоящему, в то время как двенадцатое – смерть – связано со следующей жизнью. Прекращение этого процесса осуществляется овладением пути освобождения. Есть прямая корреляция между цепочкой из двенадцати связей и четырьмя благородными истинами, представляющими базис учения Будды. Первая и вторая благородные истины, т.е., благородные истины о страдании и причине страдания воплощены в двенадцати звеньях колеса, тогда как третья благородная истина – благородная истина об уничтожении страдания и его причины – означает достижение нирваны или постоянного покоя. Четвёртая благородная истина – благородная истина о пути дхармы – неотъемлема от аннулирования данной цепи.

56 – Индивидуальное я (тиб. гангчжаки дак, по буквам gang-zag-gi bdag; санск. пудгалатман) означает внутреннее я личности. Согласно базовой доктрине Будды, представление и привязанность к "я", которые происходят из-за врождённого заблуждения, составляют коренную причину циклического существования личности (тиб. кхорва, по буквам 'khor-ba; санск. сансара). Только осознав "бессамостность" индивидуальности (тиб. гангчжаки дакме, по буквам gang-zag-gi bdag-med; санск. пудгала-наиратмья), медитатор может обрести освобождение (тиб. тхарпа; санск. мокша). Такое постижение себя пробуждают посредством развития высшего различения, так как лишь оно одно может убрать завесу я-иллюзии и всех сопутствующих ей осквернений, таких как вожделение и ненависть. Распознание неверного понимания себя является решающим фактором в медитационном расследовании и результирующем пробуждении. Буддизм Махаяны, опровергнув концепцию независимого вечного я (тиб. дак, по буквам bdag; санск. атман), отвергает два других представления о себе: (1) существующем как соединение психофизических агрегатов индивидуальности и (2) существующем в виде сущности отдельной или независимой от своих психофизических агрегатов. Последнее – это "нормальный" взгляд, которого придерживаются все человеческие существа. Так же, следует отметить, что Будда отверг материалистическое отрицание сознания – фундаментальное неправильное представление, которое низводит человека на уровень неодушевлённой материи. Более того, Будда, со своей более продвинутой точки зрения, известной как нереальность внутренних феноменов (тиб. чскьи дакме, по буквам chos-kyi bdag-med; санск. дхарма-найратмья), отверг всякую самостоятельную сущность материальных феноменов. Таким образом понимание нереальности дуалистической сущности (тиб. ньису мепа, по буквам gnyis-su med-pa; санск. адвайта) явилось успехом буддийской онтологии, эпистемологии и достигло высочайшего опыта просветлённого духа (тиб. чангчупсем, по буквам byang-chub-sems; санск. бодхичитта).

57 Восемнадцать психофизических элементов (тиб. кхам, по буквам khams; санск. дхату) – это элементы присущие агрегатам тела-ума, которые составляют человека. Термин "кхам" обозначает субстрат или источник, т.е., чувственные или психические восприятия. Восемнадцать элементов таковы (а) шесть элементов органов чувств (глаз, ухо, нос, язык, тело и ум), (б) шесть элементов объектов чувств (форма, звук, запах, вкус, прикосновение и феномены составных и несоставных вещей) и (в) шесть элементов сознания (сознание

глаза, сознание уха, сознание носа, сознание языка, тактильное сознание и ментальное сознание). Восемнадцать элементов обычно включаются в или представляются двенадцатью образованиями чувств (тиб. кьече, по буквам skye-mched; санск. айятана), т.е., чувства образуются через взаимодействие шести органов чувств и шести объектов чувств. Трактат Абхидхармы (представляющий традицию ранних школ буддизма вайбхашики и саутрантики) описывает эти элеметы как сущностные реальности, тогда как Праджняпарамита (представляющая традицию Махаяны) придерживается того, что они не являются реальностями, будучи лишёнными какой бы то ни было внутренней сущности.

58 – Шестнадцать подразделений четырёх благородных истин имеют дело с правильным и неверным взглядом на циклическое существование. Каждая истина описывается на языке четырёх принципов. Первая истина, "вся жизнь – страдание", далее поясняется четырьмя аспектами. Жизнь – это:
1. Непостоянство, 2. результат собственной кармы индивида и ментального осквернения, 3. кроме того, не зависит и не контролируется сверхличностной силой, 4. и не обладает отдельной само-сущностью.
Вторая Истина о том, что "страдание порождается причинами", поясняется четырьмя принципами. Причины таковы:
1. Жажда чувственных удовольствий (согласно Хинаяне) и я-иллюзия (согласно Махаяне), которая приводит в: 2. Круг перерождения и смерти. 3. Такое перерождение имеет уровень небесного, человеческого, животного, в виде духа, или "мучительного" бытия, и 4. непосредственным обстоятельством каждого перерождения является огромное стремление к чувственным наслаждениям.
Первая и вторая истины раскрывают неправильный взгляд на жизнь. Следующие две истины с их описательными принципами показывают верный взгляд на путь к счастью. Третья истина об "устранении страдания и его причины", говорит о постоянном покое (нирване). Она далее поясняется такими четырьмя принципами:
Нирванический покой – это трансцендентальное состояние, свободное от страдания. Такой покой есть результат удаления ментальных осквернений. Он – абсолютно добродетельный и пребывает в чистоте. Он представляет собой состояние освобождения вследствие неослабевающей свободы.
Четвертая истина, "реализация пути", состоит из четырёх аспектов:
Процесса развития мудрости (тиб. шерап, побуквам shes-rab; санск. праджня). В качестве высшего осознавания устраняется цепляние к я (тиб. дакдцзин, по буквенно bdag-'dzin; санск. атмаграха). Это – процесс расширения постижения истинной реальности. Это – духовное восхождение к неослабевающему освобождению.
Четыре благородные истины так же разоблачают неправильные представления рассматривая (1) природу экзистенциальной жизни и (2) её причины, их устранение и процесс. Первая благородная истина показывает четверичное ложное понимание, будто жизнь по природе (1) чиста, (2) спокойна,(3) длится и (4) одарена независимым, вечным я или душой. Вторая истина показывает четыре неправильных представления, (1) будто циклическое существование возникает без соответствующей причины, (2) будто оно возникает благодаря единой причине, такой как вечная реальность, (3) что оно обусловленно неизменной причиной, которая проявляет себя через переменные условия и, (4) что оно создано высшим творцом. Третья благородная истина показывает четыре неправильных представления о том, (1) будто духовное освобождение неосуществимо, (2) когда его принимают за стабильный самостоятельный мир, (3) что освобождение достигается индивидуальной, вечной душой воспринимается как абсолютная реальность, что составляет источник иллюзорного мира и, (4) что есть лишь временное освобождение и нет постоянного. Четвёртая благородная истина показывает четыре неправильных представления таких: (1) Когда считается, что процесса освобождения не существует, (2) когда думают, что совершенная мудрость, которая осознаёт истинную реальность как лишённую само-сущности, является неверным путём, (3) что существует путь, который выше пути освобождения и, (4) что благородный путь Будды неспособен устранить несчастья жизни.

59 – Здесь имеется в виду взаимодействие между шестью органами и шестью объектами чувств, а именно глазом, ухом, носом, языком, телом и умом, и формой, звуком, запахом, вкусом, прикосновением и всеми составными и несоставными вещами.

60 – Арьяшура также известный как Таянг (по буквенно rta-dbyangs; санск. Ашвагхоша). Родился в кашмире, был учителем Веданты и был реализовавшимся привержецем Шивы. Он победил многих буддийских учителей Кашмира, но был сам в конце концов побеждён несравненным Арьядевой, самым известным учеником Нагарджуны. Оказавшись в сложной ситуации – не будучи способным отказаться от своей веры и перенять веру победителя, как было изначально оговорено обеими соперничающими сторонами – он выжидал. Именно в этот период созерцания и изучения неожиданное пробуждение сокрушило его таким образом, что он перенял Буддизм, как действительно понявший его. Вскоре он овладел смыслом великих Буддийских трактатов и стал не менее развитым и уважаемым учителем, чем его победитель. Среди его многочисленных трудов наиболее популярные поэтические сочинения Кьерап Сошипа (по буквенно skyes-rabs so-bzhi-pa; санск. Чатуртримсат Джатака) и Сангьекьи Чспа (по буквенно sangs-rgyas-kyi spyod-pa; санск. Буддхачарита).

61 – Бодхибхадра (тиб. Чангчуп Зангпо). Довольно сложно установить личность этого учителя, так как было много с таким же именем. Автор в данном случае мог иметь в виду буддиста мирянина (упасака), который не только владел сутрами и тантрами, но так же стал реализовавшимся учителем (согласно Истории Буддизма в Индии Таранатхи). Цитата здесь взята из Самадхисамбхава-париварты (тиб. Тингдзин Цоккьи Леу, по буквенно ting-'dzin tshogs-kyi le'u).

62 – "Кхватванга" означает мистический посох, символизирующий высочайшие аспекты быстрого пути и живого просветления, в соответствии с непревзойдённым направлением буддийской тантры (тиб.: сангнгак ламе; санск.: ануттара тантра). В своей квинтэссенциальной форме мистический посох символизирует действенные методы объединённой трансформации психофизической формы индивида в неделимое состояние "иллюзорной формы" и ясного осознавания (санск. мая-кая; пракаша-джняна).

63 – "Крошечный воображаемый символ" относится к сияющему телу Будды или светящемуся слогу маленькой величины.

64 – Чандрагомин был упасака (светским учителем) не имевший себе равных по знаниям и достижениям. Чудо-ребёнок родился в Южной Индии, сказано, что в возрасте семи лет он сумел сочинить ответ на энигматическую поэму составленную знаменитым критиком буддизма для того, чтобы вызвать буддийских учителей на открытый спор, тогда как даже его учёный отец не смог понять её. На диспуте ребёнок выступил с триумфом, и его известность скоро далеко рспространилась. Он понимал и усваивал смыслы каждого доктринального трактата, проходя его всего за один раз. Из многочисленных трактатов написанных им самим, сжатая граматика санскрита Чандравьякарана даёт чёткое разъяснение хорошо известной граматики санскрита Панинивьякарана.

65 Три формы лени – лень, вялость и безразличие.

66 – К "грубым загрязнениям" обычно относят сильные эмоции такие как страсти: заблуждение, вожделение, ненависть, самомнение и ревность. К "тонким осквернениям" относят вторичные метальные исходы. Абхидхарма перечисляет некоторые сорок восемь из них, в то время как Абхидхармасамуччая даёт список пятидесяти трёх.

67 – Здесь подразумевается внутренняя простота ума, т.е. первичное осознавание, выводящее за рамки дуализма.

68 "Мадхьямака" (тиб. умай тава, по буквам dbu-ma'i lta-ba) – имеется в виду предельное видение Буддой реальности (а не подход срединного пути к персональной нравственности). Центральная доктрина, одновременно отвергая противоречивую

концепцию дуализма – абсолютную индивидуальную душу и материалистическое отрицание потока сознания – рассматривает, как взаимно совместимые и недвойственные, полную нереальность всех вещей и видимость действительности, которая происходит в результате взаимодействий причин и условий. Доктрина Мадхьямаки Будды хранится в сутрах Праджняпарамиты. Её неканоническая литература, состоящая из коренных текстов, комментариев, критических пояснений и т.п., многочисленных индийских и тибетских учителей, неимоверно обширна.

69 Чандракирти (тиб. Дава Дракпа, по буквам zla-ba gras-pa) – выдающийся последователь Нагарджуны. Когда он был монахом в монастыре, он не только превзошёл всех в овладении сложными доктринами Буддизма и Брахманизма, но и достиг полного погружения в медитации. Замечательный диалектик и метафизик, Чандракирти победил многих грозных диалектиков, критиковавших Буддизм в открытых диспутах и сочинил множество авторитетных комментариев таких как Умаджукпа (по буквам dbu-ma 'jug-pa; санскк. Мадхьямакаватара), Умациксал (по буквам dbu-ma tshig-gsal; санск. Мадхьямака-прасаннапада) и другие, ставшие шедеврами буддистской философии.

70 – "Два "я" порождают карму" относится к тому, как индивид создаёт кармические причины своего циклического существования. Первоначальная причина – это представление индивида об истинности двойственности: реальном я личности и самости феноменов. Из ложного различения происходит любовь к себе (эго), которая приводит к поискам доставляющих удовольствие чувственных переживаний, и неприязни или ненависти к неприятным чувственным объектам, а так же к страданию вызванному временными изменениями в жизни и окружении. Короче говоря, карма создаётся сознательно через стремление удовлетворить мирские желания и исполнить эгоистические намерения, что включает в себя использование различных средств разрушения чего бы то ни было стоящего на пути.

71 – "Искусные средства", сюда относится совершенствование бодхисаттвой шести принципов выхода-за-пределы: щедрости, нравственности, терпимости, усердия, созерцания и мудрости. Из них, первые пять – искусно задуманы как практическое применение любви и сострадания, в то время как в последнем, различающей мудрости, даётся постижение истинной природы человека и его мира. Эти шесть принципов обычно ужимают в два неделимых пути сострадания и мудрости. Таким образом, объединённое овладение этими двумя путями составляет основу Буддизма Махаяны.

72 – Видение реальности: тиб. нелукки тава, по буквам gnas-lugs-kyi lta-ba; санск. пракрити-дрсти.

73 – Внутренняя природа всех вещей (тиб. чоньи, по буквам chos-nyid; санск. дхармата) означает невоспринимаемую всепроникающую пустоту (тиб. чекюн тонгпани, по буквам chos-kun stong-pa nyid; санск. сарвадхарма-шуньята). Так как пустота – присущей всем явлениям аспект, она относится к внутреннему состоянию, которое лишено любой истинной субстанциональности или сущности и, следовательно, превосходит все различения (тиб. тредрел, по буквам spros-bral; санск. сарвакальпана-вирахитам).

74 – Невозникающий: тиб. макьепа, по буквам ma-skyes-pa; санск. аджала.

75 – Освобождение: тиб. тхарпа; санск. мокша.

76 – Внутренняя природа всеохватывающего пространства реальности: тиб. чеинггьирангшин, по буквам chos-dbyings-kyi rang-bzhin; санск. дхармадхату-свабхава.

77 Дже Гсцангпа (1180-1258) – один из тибетских махасиддхов. Он основал подшколу Тедрук ордена Друкпа Кагьюпа.

78 – Исчерпывающий анализ: тиб. чепа намджонг, по буквам dpyad-pa rnam-sbyong.

79 – Осквернение: тиб. ньенмонг, по буквам nyon-mongs; санскr. клеша.

80 – Аналитическое исследование: тиб. чегом, по буквам dpyad-sgom.

81 – Внутреннее отвлечение: так же переводится как чувственное побуждение: тиб. гепа, по буквам rgod-pa; санск. ауддхатья.

82 – Наставник Джнянагарбха составил коренной текст и комментарий Денньи Намдже (по буквам bden-gnyis rnam-'byed; санск. Сатьядвая-вибханга). Он, по-видимому, жил в период после Ачарьи Бхавья и до Шантаракшиты.

83 – Несостоятельность дуализма: тиб. дентонг.

84 – Неконцептуальное осознавание: тиб. миток еше, по буквам mi-rtog ye-shes; санск. авикальпаджняна.

85 – Окончательное осознавание: тиб. нгеше, по буквам nges-shes; санск. нирупана.

86 – Заключение путём вывода: тиб. джепак, по буквам rie-dpag; санск. анумана.

87 – Поток неразличающего внимания: тиб. митокпай дренгьюн, по буквам mi-rtog-pa'i dran-rgyun; санск. нирвикальпа-смрити-тантра.

88 – Визуализируемый образ: тиб. микпа, по буквам dmigs-pa; санск. пратиламбха.

89 – Распознающая Мудрость: тиб. сосор токпай шерап, по буквам so-sor rtogs-pa'i shes-rab; санск. пратисамая-праджня.

90 – Медитационное равновесие. тиб. ньямшак, по буквам mnyam-gzhag; санск. самахита.

91 – Полный перевод этого отрывка не был сделан так как он появляется выше.

92 – Школа Хвашанг была чисто созерцательной ветвью китайского Чань Буддизма, которой учил Мастер Хвашанг Махаяна в Самье, первом эклектическом монастыре в Тибете, построенном в восьмом веке при покровительстве Царя Тризонга Децена. Именно в этот критический период формирования Тибетского Буддизма, когда уже не было двух основателей Монастыря Самье – Шантаракшита умер, а Падмасамбхава уехал из Тибета – китайский Мастер Хвашанг Махаяна привлёк большое число Тибетской элиты и простых людей к своей системе Буддизма. Сторонники Индийского Буддизма обвинили Китайскую систему в том, что она совершенно игнорирует необходимое нравственное основание, интеллектуальную подготовку и практические приминения. В атмосфере соперничества и даже враждебности между двумя школами Буддизма, царь Тибета назначил публичный диспут между Китайским Мастером и недавно приглашённым Индийским учителем Камалашилой (которому его учитель, покойный Шантаракшита, определил эту задачу в своём пророческом заявлении). Тибетские исторические записи этого события сообщают, что китайский мастер, который специализировался в чистом созерцании, был побеждён великим эклектиком Камалашилой, его искусством ведения диспутов. Поражение было элегантно признано тем, что Хвашанг поднёс цветочную гирлянду индийскому учителю. Однако, Камалашила позднее был убит, и преступник скрылся. Как естественное следствие этого трагического происшествия, в противоположность цивилизованному спору, китайская сторона, очевидно, создала письменный материал, изобразивший результат этого исторического сказания в свою пользу. Непосредственным результатом диспута явилось королевское распоряжение запрещающее распространение чисто созерцательной системы в Тибете. Индийский Буддизм с её Мадхьямакой был провозглашён государственной религией. Однако, столетия спустя после исчезновения системы Хвашанга, проблема его влияния по-прежнему сохранялась. Великие Тибетские учителя разных исторических времён обвиняли остальные Тибетские религиозные ордена за следование системе Хвашанга, в особенности чистому созерцанию, которое они

рассматривали не иначе как подавление чувств и мыслей в результате сосредоточения на тёмных облостях сознания. Сакья Пандита (1181-1251) был возможно первым из таких открытых критиков этой системы. Читая его Три особых заповеди (тиб. Домсум Рабье), возникает чувство, что он скорее критиковал определённые направления в медитациях Кагьюпы и Ньингмапы, а не Махамудру и Махасампанну (Чакчен Дзокчен). Он говорит: "Невежды, медитирующие махамудру, могут легко создать причину для своего перерождения в виде животных".

93 – Три признака силлогизма таковы: 1 Предмет рассмотрения или тема спора. 2 Неопровержимое заключение. 3 Логический вывод, на котором базируется заключение.
Это один из диалектических методов, используемый в медитационной подготовке, для того, чтобы добиться истинного знания об уме и материальных феноменах. За объявлением темы сразу же следует заключение. Прямой вывод делается, чтобы показать, как безупречная логика приходит к заключению. К примеру, тема "самости (сущности) индивида и феноменов – нереальны, потому как они лишены каких бы то ни было внутренних или реальных сущностей."

94 – Путь диалектиков: тиб. тоггай лам, по буквам rtog-ga'i lam; санск. таркка-марга.

95 – Начальное познание: тиб. нгенсум, по буквам mngon-sum; санск. пратьякша-прамана.

96 – Омрачённый дуальностью: тиб. Цуртхонг, по буквам mtshur-mthong.

97 – Пустота высшей формы в особенности относится к высшему медитационному состоянию, в котором медитатору одновременно удаётся поднять свой обычный ум до ясного осознавания (тиб. озел, по буквам 'od-gsal; санск. прабхасвара) и добиться сокровенного видения тела в высшей иллюзорной форме (тиб. гьюлю, по буквам sgyu-lus; санск. мая-кая). Совершенным примером такого состояния является просветлённый мастер и описывается оно в таких недуалистических терминах как "союз высшей формы и ума" и "недвойственное состояние ясного осознавания и иллюзорного тела" (тиб.: гьюлю озел зунгджук, по буквам sgyu-lus 'od-gsal zung-'jug; санск.: мая-кая-прабхасвара-йога).

98 – Сложная нейропсихическая система, соответствующая традиции Ваджраяны, – это микрокосмический силовой центр, состоящий из нижних и высших уровней, или активных и пассивных, мирских и надмирских уровней. К первым относятся динамические нервные системы, энергии и творящие элементы (известные как тса-лунг-тхингле), которые играют жизненно важную роль в функции тела-ума. Высший уровень состоит из центрального невропсихического источника силы с шестью центрами (известными как тса-ума и цакор друк). Они остаются неактивными до тех пор, пока не будут пробуждены через продолжительную медитацию особого рода, например, шесть йог высшей тантры. Детальная информация и тайные наставления даются практикующим посвящённым.

99 – Отрывок показывает видение и медитационную систему Гелукпы, установленные её основателем, несравненным Цзонкапой. Эта строфа находится в его "Песнях Просветления по Стадиям" (тиб. Ламрим Ньямгур, по буквам lam-rim nyams-mgur).

100 – Область безмолвия: тиб. дедро, по буквам bde-'gro. Область страдания: тиб. нгендро, по буквам ngan-'gro.

101 – Дхармадхату-става была составлена Нагарджуной.

102 – Концептуальная реальность: тиб. цхенма, по буквам mtshen-ma; санск. лакшана или линга.

103 – Здесь имеются в виду тексты, содержащие учения Майтреи, изложеные в записях его последователя Асанги.

104 "Два Великих Коллесничих" – это Нагарджуна и Асанга, основоположенники центральной философии (мадхьямака) и школы только ума (виджнянавада).

105 – Колесница метафизической диалектики: тиб. тсеньи тхекпа, по буквам mtshan-nyid theg-pa; санск. лакшана-яна.

106 – Эзотерические колесницы внешенего совершенствования, и физического и ментального совершенствования: тиб. чагью, по буквам bya-rgyud; санск. крия тантра; и тиб. чогью, по буквам spyol-rgyud; санск. чарья тантра.

107 – Лишённое [само-природы], т.е., абсолютного возникновения, пребывания и исчезновения: тиб кьева мепа, по буквам skye-ba med-pa, санск. анупати или аджанна; и тиб. непа мепа, по буквам gnas-pa med-pa; санск. апратистхипа; и тиб. гакпа мепа, по буквам 'gag-pa med-pa; санск. анируддха.

108 – Слушание, изучение и медитация: тиб. тхо-сам-гом-сум.

109 – Двойная чистота: тиб. дакпа ньиден, по буквам dag-pa gnis-ldan; санск. двивишуддхи. Относится к природе просветлённого ума. Он разделяется для интеллектуального понимания на два аспекта (а не на два отдельных состояния):
Его первоначальную простую природу, обычно определяют как будда-природу (тиб. рангшин намдак, по буквам rang-bzhin rnam-dag; санск. пракрити-вишуддхи) Это очищенное состояние, временные загрязнения которого были устранены в процессе само-реализации

110 – В данной цитате, очевидно, имеются в виду четыре духовных уровня: нечистый, нечистый, чистый и в высшей степени чистый. Первый "нечистый" часто квалифицируется, как "очень нечистый" (шин-ту ма дак), так как он относится к сансаре. Второй "нечистый" относится к частично нечистому уровню архтов. Третий уровень, "чистый", относится к духовному уровню боддхисаттв. "В высшей степени чистый" относится к четвёртому уровню – уровню Будд. Однако, следующие две строки в той же цитате ясно определяют три уровня, пропуская уровень архатов. Здесь действительно нет никакого протворечия, так как в Буддийской традиции архаты и бодхисаттвы обычно входят в одну широкую категорию просветлённой линии.

111 – Четыре части махамудры следующие: Мистическое совершенствование: тиб. лекьи чакгья, по буквам las-kyi phyag-rgya; санск. кармамудра. Духовная связь или обязательство: тиб.: Дамтсикки чакгья, по буквам dam-tshig-gi phyag-rgya; санск. самаямудра. Осознавание: тиб. ешекьи чакгья, по буквам ye-shes-kyi phyag-rgya; санск. джнянамудра. Феномены: тиб. чокьи чакгья, по буквам chos-kyi phyag-rgya; санск. дхармамудра.

112 – "Печать великой матери" буквальная передача редко употребляемого тибетского термина, в котором частица в конце слова "махамудра", обозначающая мужской род, заменена на частицу "мо", делающую слово женского рода. Таким образом, термин читается как "чакья ченмо" (phyag rgya chen mo). Традиционное обозначение "мать" свойственно трактатам или доктрине предельной реальности, пустотности. Аналогично этому, термин "великая мать" применятся в доктрине запредельной мудрости (санск. праджняпарамита) и также к понятию "всепроникающей пустотности" (тиб. чоинг; санск. дхармадхату). Читатели возможно будут озадачены, каким образом данная цитата противоречит утверждению других цитат сразу до и после этой. Автор, Таши Намгьял, посредством этих цитат, показывает, что махамудра выше и чище остальных тантрических методов, которые позволяют посвящённому использовать сексуальное объединение с супругой с конкретной целью – возвышения своего чувственного опыта до недуального осознавания. Рассмотрение цитаты (которая переведена точно и буквально с оригинала) показывает, что данная тантрическая тенценция прямо противоречит более простому и чистому подходу махамудры.

113 – "Внутренняя супруга проявленного осознавания" (тиб. лекьи чакгья; санск. кармамудра) в данном случае означает женское дополнение в тантрическом мистическом совершенствовании, согласно высочайшей тантре (санск. ануттара тантра). Эта особенная практика применялась некоторыми великими мистиками [махасиддхами] в прошлом. В Тибете её не советовали делать, и во всяком случае монахам принявшим обет воздержания, или ламам не разрешалось практиковать её. Многие великие учителя отвергали её на основании того, что её невозможно было перевести буквально, так как высокие тантрические тексты умышленно писались на своеобразном языке, который должен был быть расшифрован при помощи шести способов и четырёх методов. Истинное значение концепции заключается в объединении высших психофизических элементов, энергий и созидательных сил внутри и вокруг отдельного человеческого тела. Термин кармамудра в нижних тантрах, таких как крия, чарья и йога тантра, означает ритуальное положение рук.

114 – Эти практики в Тибетском Буддизме поставленны немного в другом порядке, т.е., мудра визуализируемой трансформации идёт последней.

115 – Под этим "некоторым учителем" подразумевается Сакья Пандита (1181-1251). Цитаты даны из его Различения трёх заповедей (тиб. Домсум рабье, по буквам sdom-gsum rab-dbye).

116 Большой Сараха – это прославленный махасиддха Сараха; малый Сараха – возможно Шавари.
117 – "Неделимый ум" относится к просветлённому уму, совершенному состоянию, в котором внутренняя пустота и неизменное блаженство неделимы.

118 – Две стадии эзотерической медитации: тиб. кьерим и дзокрим, по буквам bskyed-rim и rdzogs-rim; санск. утпаттикрама и сампаннакрама. Ссылку на то, чтобы избегать двух стадий эзотерической медитации, а также колдовства священного слога, можно принимать буквально, разбирая то, что говориться в отрывке. Действительная причина избегать их заключается в том факте, что практикующий уже начал подготовку в более простой, но эффективной медитации махамудры.

119 "Деви" – синоним слова "Дакини".

120 – Внутренний огонь: тиб. туммо; санск. чандали.
121 – Калачакра, Круг времени, относится к недвойственному классу высшей тантры (ануттара тантра). Первоначальная тантра была поведана Буддой царю Шамбалы Сучандре. Литература Калачакры находится в тибетском Ганджуре и Тангьюре, а так же в собраниях работ великих лам, таких как Джонангпа Таранатха, Будон, Цонкхапа, Кхедрупдже, некоторых из Панчен Лам и т.д. Яркими чертами доктрины Калачакры являются трицентрические миры (тиб. чинанг шенсум, по буквам phyi-nang gzhan-gsum). Внешний и внутренний циклы времени (тиб. чидюкьи кхорло, по буквам phyi-dus-kyi khor-lo; санск. анатара-калачакра) относятся к материальному и психофизическому космосам, которые являются манифестациями физической и психической энергий. Астрономия и астрология Калачакры рассматривает роль и функцию как макрокосма так и микрокосма. Постоянная взаимная игра и взаимодействие этих космических энергий не только приводит в движение процесс эволюции и определяет её форму и причину, но также непрерывно влияет на их функции. Микрокосм, т.е., психофизический мир людей, подвержен воздействию взаимного сочетания планет и макрокосмических энергий, которые усиливают отрицательные энергии внутри психофизической системы человека. Таким образом, власть я-иллюзии, эго и ненависти усиливается. Доктрина и практика Калачакры – это третий цикл времени, уравновешивающая сила или положительная альтернатива двум космическим циклам времени описанным ранее. Суть Калачакры сосредоточена на внутреннем преобразовании энергий – космического и психонейротического видов. Трансцендентальная Калачакра – это высшая чистота и простота. Другими словами, просветлённое состояние соединяет все совершенный аттрибуты, такие как успокоение и постижение, блаженство и пустота, мудрость и

сострадание. Таким образом, эта главным образом психологическая доктрина и наука о пересечении космической и психонейротической энергий считается наиболее подходящей и эффективной для данного века кризисов и конфликтов. Калачакра-тантра была принесена в Тибет в 1033. На протяжении первых четырёх веков Калачакра подвергалась критическому изучению, как её доктринальных так и медитационных аспектов. Её популярность постепенно возросла в значительной степени благодаря великим ламам, таким как Будон, Тсонгкхапа и Джонангпа. Далай Ламы и Панчен Ламы внесли свой вклад в то, чтобы её приняли и почитали повсеместно в Тибете, Монголии и Буддистских областях Гималаев.

122 – Это относится к Сакья Пандита, а цитирование ведётся по его Различению трёх заповедей (тиб. Домсум Рабье, по буквам sdom-gsum rab-dbye).

123 – Даже хотя половина отрывка, написанного в двусмысленной форме, говорит: "Единственное, что было сделано – это смена первоначального обозначения с "пикирующего пути" и "пути восхождения" [тиб. ебаб, по буквам yas-bab; и медзек, по буквам mas-'dzegs] на "путь мгновенной реализации" и "последовательной реализации" [тиб. чикчарва, по буквам gchig-char-ba; и римгьипа, по буквам rim-gyis-pa]," – мой перевод основан на ясно изложенном отрывке в комментарии к Домсуму. Согласно этому тексту, китайский Мастер Хвашанг Махаяна, в течение решающего диспута с индийским учителем Камалашилой в монастыре Самье в восьмом веке, использовал такие описательные термины для своей системы как "пикирующий подобно орлу" и "всемогущий белый путь" (тиб. карпо чиктхуп). Это значит, что такой путь способен привести к скорому и внезапному просветлению. Он сравнивал последовательный путь индийской системы с тем "как взбирается обезьяна". (См. Домсум Рабье Сакья пандиты, ff. 75, 1. 5). Необходимо указать, однако, что традиции Кагьюпы и Дзонгченпы содержат доктрины и практики как внезапной так и последовательной реализации. Две другие традиции, Сакьяпа и Гелукпа, в целом не принимают требования внезапного просветления при помощи простой непонятийной медитации (которую они характеризуют, как медитацию прямого отрицания и подавления мыслей и чувств). Однако, они не исключают возможность внезапного просветления для необычно чувствующих умов. Они делают акцент на последовательном просветлении исходя не только из логики и практики, но и считают его естественным. Потому что процесс просветления последователен. Очищение индивида от ментальных загрязнений и одновременное развитие сострадания и мудрости являются последовательным процессом, происходящим подобно тому как "пребывает луна".

124 – Взаимозависимое происхождение: санск. пратитьясамутпада.
125 – "Высшее проявление" в общем относится к высочайшей иллюзорной форме просветлённого (санск. рупакая) и особенно нирманакае и самбхогакае (земной и мистической манифестациям).

126 – Автор приравнивает непонятийное спокойствие к "несознающей инертности, лишенной внимания и осознавания"; но здесь автор опровергает самого себя, ибо одним из путей достижения мудрости является внимательность и осознавание.

127 – "При помощи третьего разрешения" относится к заявлению Сакья Пандиты, содержащемуся в его Домсуме о том, что действительно выводящее за пределы осознавание опыта махамудры достижимо посредством процесса высокого посвящения, включающего в себя йогическое сексуальное соединение. Преподобный Таши Намгьял, в данном отрывке, по видимому, отвергает предыдущее утверждение, одновременно объявляя, что такой опыт можно реализовать только в медитации системы махамудры. Не будет самонадеянным заявить, что эти две конфликтующие системы способны привести к самореализации. Для многих, подобно Таши Намгьялу, система махамудры представляет собой лучший и простейший путь самореализации. Касаясь спорной темы йогической сексуальной практики, надо сказать, что в западном мире этот в высшей степени специализированный метод был искажён. Огромной ошибкой будет полагать, что с небольшим опытом в основной медитации и управлении обильной энергией, кто-либо сможет заниматься сексуальным совершенствованием по увеличению экстаза. Это

неправильное направление потакания своим желаниям не только профанирует священную традицию, но также подменяет её истинную цель. Мистицизм Ваджраяны предлагает на выбор множество проверенных серьёзных инициаций таких, чтобы осуществить здесь и сейчас просветлённое состояние, проявляющееся как безграничное сострадание и запредельная мудрость. Йогическое сексуальное совершенствование – в теории – одна из многих предлагаемых на выбор важнейших инициаций. Традиция запрещает его по моральным соображениям и так же с практической точки зрения. Это не так чтобы сказать, что оно не существует на практике. Оно остаётся частью – хотя и не обязательной и конечно не регулярной практикой – подготовки в Дзогчене. Этот тантрический орден, и возможно ещё несколько мистиков, считают справедливым как символическое так и практическое значение сексуальной йоги. Это понятно, так как многие из учителей Дзогчена были женаты или же были мистиками не дававшими обета безбрачия. Возможной причиной такого исключительного неподчинения главенствующей традиции является то, что мгновенная самореализация должна охватить всестороннюю трансформацию потока сознания, начиная с чувств и мыслей до тонкого, психического состояния сновидений, начиная с психоневрозов и до нейроэнергетических систем, начиная с представления о самосущности и иллюзорном источнике сознания до диких страстей, вожделения и ненависти. Традиционное описания превращения яда в амброзию означает метафизическую переориентацию и психологическое возвышение жизни. Однако следует сказать здесь несколько слов предосторожности: огромный риск для здоровья и ментальной стабильности неизбежен, если на половину подготовленные посвящённые решатся практиковать сексуальную йогу. Все блага могут быть реализованы только теми, кто завершил полное изучение высшей тантры (ануттара тантра) и прошёл годы жёсткой подготовки в шести ответвлениях высокой йоги.

128 – "Татхагата" – один из многих эпититов будд.
129 – "Шастра" (тиб. тенчо, по буквам bstan-bcos) обозначает работы буддийских учителей, не Будды. Традиция определяет шастры как воплощение доктрины, которая способна вызвать внутреннюю трансформацию в каждом искателе, его заблуждающегося сознания в просветлённое осознавание.

130 – "Три тонких знания" (тиб. нанг-че-тхоп-сум, по буквам snang-mchedthob-gsum) относится к сверхчувственным проявлениям души, происходящим из трёх основных загрязнений: неведения, вожделения и ненависти. Будучи подверженными заблуждению психическими энергиями, они возникают последовательно как света белого, красного и тёмного оттенков. В момент, когда тёмный оттенок растворяется, возникает индивидуальное первичное состояние или высокое сознание, метафорически выраженное в термине "сияющая ясность", или специфически – "всеохватывающая пустота с сияющей ясностью" (тиб. чоинг озел тонгпа, по буквам chos-dbyings 'od-gsal stong-pa; санск. шунья-дхармадхату-прабхасвара). Сообщалось, что неподготовленный или непросветлённый ум не сможет понять, когда эти тонкие психические феномены появляются, ни в процессе естественного умирания ни в течение некоторого (редкого) момента, во время достижения необычайного сексуального экстаза. Только те, кто совершенно готов контролировать всю психонвротическую систему энергии своего тела может актуализировать эти психические феномены. Достигшие высокого развития умы, однако, как сказано, особенно быстро продвигаются согласуя полученное состояние с естественной сияющей ясностью в течение периода своей смерти, так что они или остаются в чистом просветлённом мире или перерождаются по желанию, как перевоплощение, для того чтобы оказывать духовную помощь человечеству.

131 – Четыре вида радости (тиб. гаваши, по буквам dga-ba bzhi; санск. чатурананда) переживаются в ходе непрерываемой медитативной трнсформации нейропсихических энергий в их чистые формы, таким образом приводя к просветленному осознаванию. Это состояние рассматривается, как модельная сияющая ясность, которая предшествует истинной реализации, и которая самопроизвольно соединяет ее великое блаженство и постижение с ее внутрен- ней пустотой. Четыре радости суть радость, совершенная радост, особая радость и спонтанно совозникающая радость (тиб. гава, чокга, кхьепаргьи гава, лхенкье гава).

132 – "Тайное введение в действие процесса самореализации" (тиб. тюлшук чопа, по буквам brtul-zhugs spyod-pa; санск. паракачарья) обычно относится к разновидности смелой практики делаемой с иррациональным настроением в дикой местности, где практикующий бросается или оказывается в условиях дискомфорта, нищеты, страха и всевозможных опасностей. Такими практикующими были йоги мистики, которые годами жили в горах или пещерах, и которым в то время необходимо было быстрое мощное продвижение. С одобрения и под руководством посвятившего их наставника мистики, отказавшись от своих привычек, друзей и собственности, скитались почти бесцельно в течение некоторого времени, как нищинствующие монахи, странствуя по пустынным областям, долинам, деревням или городам. Тогда как внутренне пробуждённые и мирные, йоги мистики умышленно вели бы себя как сумасшедшие – не совершая никаких преступлений – в том как они двигались, говорили, ели и т.п., так что они могли бы внутренне очиститься от всего остаточного страха, желаний, эгоизма и дуалистических заблуждений сделанных более отчетливыми из-за страшных и отвратительных условий, с которыми они встретились, тем самым обеспечивая себе быструю и мощную трансформацию. Существует два особых способа совершенствования вроде этого, которые нет необходимости описывать здесь, поскольку они не касаются медитации махамудры.
133 – Дедуктивная формула, отрицающая одну или много отдельных само-сущностей (тиб. чигду дралгьи рикпа, по буквам gcig-du bral-gyi rigs-pa) – это метод исследования понятия само-сущности и обыкновенно используется каждой школой Буддизма, как наиболее важный среди многих других исследовательских процедур в аналитической фазе медитации постижения. Все буддийские школы согласны в своём отрицании того, что сам Будда называл "крайним дуализмом", т.е., отрицании вечного независимого я (включая высшего творца, постулируемого некоторыми догмами) и отрицании материалистического нигилизма. Буддисты так же согласны в полном несуществовании "независимой само-сущности", которую воспринимает обычный ум. Можно отметить, что для продвинутой школы абсолютного редукционизма (тиб. ума тхалгьюрва, по буквам dbu-ma thal-'gyur-ba; санск. прасангика-мадхьямака) это определение не является истинным, так как в нём отсутствует тонкое представление о я. Это – форма и способ, которым лежащее глубоко внутри сознание человека воспринимает я, как само-существующее по своей собственной сути или знаку восприятия. Редукционисты поэтому систематически анализируют каждое врождённое представление о я, используя подлинные логические формулы и доктринальные афоризмы. Такое интеллектуальное определение обеспечивает прочный базис для более глубокого расследования посредством созерцания с его прямым наблюдением и определением глубочайшего потока сознания. Только после этого серьёзный медитатор может начать понимать причудливое представление о я, которое не имеет никакой реальности, будь то одна или много сущностей. Когда опровергаемый объект, исследован и понят таким образом, медитатор делает решающий шаг к пониманию ума.

134 – "Товость (thatness)" (тиб. декхонаньи, по буквам de-kho-na-nyid; санск. таттва) означает "истина", что равнозначно "пустоте". Оба понятия подразумевают нереальность всех феноменов. Товость истины или пустоты значит предельное состояние вещей, являющихся объединяющим фактором и основанием всех возможностей, происходящих из взаимодействия причин и условий. Пустоту ни в коем случае не следует путать с несуществованием как противоположным существованию. Эти два понятия рассматриваются как конфликтующие противоположности или несвязная дуальность.

135 – "Все восемьдесят четыре тысячи форм дхармы" в фигуральном или теоретическом смысле означают весь объём учений Будды, в том виде как они бережно сохраняются в собраниях сутр и тантр. Считается, что это огромное количество учений по дхарме было дано в качестве противоядий от ментальных загрязнений. В практическом применении, три наиболее важные доктрины по моральной чистоте, созерцательному спокойствию, и запредельной мудрости являются все вместе и каждая по отдельности противоядиями или контрмерами против трёх ментальных ядов: неведения (заблуждающегося сознания), вожделения, и ненависти.

136 – "Есть пищу, которая естественна и невидоизменена" относится к медитативному погружению в естественное и неизменяемое состояние ума.
137 – "Освобождение и просветление" указывает на достижение архатства и состояния будды (высокого осознавания и высшего осознавания, соответственно).

138 – "Три года и три месяца" относится к долгому тантрическому медитационному ретриту, который в действительности длится три года, три месяца и три дня.

139 – Город Видарбха находится вблизи современного Амраоти или Амаравати в Южной Индии, место рождения Нагарджуны.

140 – Тибетский текст ссылается в заключении агиографии на пятерых достигших совершенства, не перечисляя их по отдельности. Более ранний отрывок в том же тексте даёт имена учителей, которые передали доктрину. Таким образом это коллективное обозначение, по-видимому, было применено к пяти выдающимся учителям ранней линии: Царю Висукальпе, Манджугхоше, Авалокитешваре, Сарахе и Нагарджуне.
141 – "Иллюзорную форму или подобную пространству мистическую форму" обычно называют "радужной формой" (тиб. джалю, по буквам 'ja'-lus; санск. индрачапа). Согласно традиции Ваджраяны, просветление состоит из двойственных аспектов совершенной иллюзорной формы и предельного осознавания. Термины, такие как "иллюзорная форма", не следует понимать, как форму, состоящую из сверкающей субстанции или сияющую. Более высокие манифестации, как сказано, происходят за счёт выхода за рамки конкретной формы смертного тела мистика. Агиография каждого Тибетского ордена Ваджраяны даёт биографии великих мистиков, которые достигли такой формы просветления. Высшая из таких манифестаций – это "сверхкосмическая иллюзорная форма" (тиб. лонгку, по буквам longs-sku; санск. самбхогакая). Высший способ коммуникации, она возникает из просветлённого состояния предельной простоты (тиб. чоку по буквам chos-sku; санск. дхармакая).

142 – Шрипарвата – священный холм в Южной Индии (в современном индийском штате Андхра Прадеш), где размещался монастырь Нагарджуны. У подножья холма находится область, известная как Нагарджунаконда, – одно из святых мест. Великий Китайский монах-пилигрим Хуен Цианг поситил его в седьмом веке. Руины Буддистского монастыря и каменные скульптуры были перенесены из долины на холм, где они были выставлены в современном музее в конце 1950-х годов. Долина была затем превращена в огромный современный резервуар для гидроэлектрического строительства.

143 – Читтаваджра (тиб. тхугкьи дордже, по буквам thugs-kyi rdo-rje; Неделимый Ум) не следует путать с именем одного из пяти дхьяни будд, Ваджрасаттвой.

144 – "Мир дакинь", согласно традиции имеет отношение к тем приверженцам, которые достигли просветления через радужные формы (ничего не оставив фактически от своих земных тел).
145 – Четыре мистические передачи – суть передачи: Учений и тайных наставлений по медитации махамудры; Йоги внутреннего тепла; Йоги сна; Йоги иллюзорной формы.
В древние времена передача всякий раз происходила один на один от наставника к ученику. Таким образом возникали раздельные линии, и великие мастера тогда, как и сейчас, наследовали тайные передачи.

146 Репа – это мистик, носящий одежду из хлопка.

147 – "Сияющее осознавание" относится к чистому сознанию индивида, которое не связано никаким дуалистическим различением. Совершенное постижение внутренней пустоты реальности, это ясная мудрость. Таков один из тех важных пунктов, который был неправильно интерпретирован на западе. Буквальный перевод оригинального тибетского термина "озел" (по буквам 'odgsal), как "ясный свет", очевидно, показывает это. Это

метафора, обозначающая врождённую ясность. Тибетский текст (f. 204 B, 1.4) даёт следующее описание:
Смысл слова озел (ясный свет) состоит в том, что это естественное состояние – свободное от всякого абсолютного появления или прекращения и от любой субстанции или элемента – незапятнанное и неизменное как пространство или как неотличимое от него.
Кроме того, общепринятое описание "пустота ясного света" (тиб. озел тонгпаньи, по буквам 'od-gsal stong-pa-nyid; санск. пратибхаса шуньята) делает мою точку зрения ещё более понятной.

148 – "Куберы" относятся к классу полубогов. Согласно древней мифологии, они – боги изобилия, которые живут в основании Горы Сумеру. Главный из них – Вайшравана, один из хранителей Буддийской веры. На изображениях он обыкновенно жёлтого цвета, сидит на льве в северной области мира, и облачён в рыцарские доспехи.
149 Три искателя – три типа приверженцев на трёх уровнях подготовки и внутреннего развития. Они суть младший, средний и великий искатели. Всё учение постепенного просветления (ламрим) сосредотачивается на этих идеях.

150 Средства реализации совозникающего осознавания – текст с тибетским названием Лхенчик кьеджор (по буквам lhan-cig skye-sbyor; санск. сахаджайога).

151 – Пал Пхагмо Друпа (1110-1170) был среди наиболее выдающихся последователей несравненного Гампопы и стал основателем ордена Пхакдру Кагью. Этот орден не получил дальнейшего отдельного развития.

152 Дже Тюсум Кхьенпа (1110-1193) – первый Кармапа (основатель черношапочной линии Кармапа). Его реинкарнация, Карма Пакши (1206-1283), был первым перевоплощающимся ламой, с которого начался институт перевоплощающихся лам в Тибете. Вскоре, эта традиция распространилась на все остальные Буддистские ордена. Следующие друг за другом Кармапы (вплоть до 16-го, Рикпай дордже, 1924-1981) сыграли существенную роль в распространении Тибетского Буддизма в Тибете, Монголии, Китае, а в последние годы в западных странах.
153 – Махамудра в пяти разделах: тиб. чакчен нгаден; санск. панчавати махамудра.

154 – В данном отрывке термин "базис" (для медитации) был выбран потому что тибетское слово "кангпа" (по буквам rkang-pa) значит "базис", когда используется в отвлечённом смысле.

155 – Будда, дхарма, и сангха обычно называются "тремя драгоценностями". Это три высших прибежища в Тибетском Буддизме.
156 – "Искусные средства" относятся к практическим гуманистическим принципам, а именно – развитию щедрости, нравственности, терпимости и стремления – каждый из которых должен основываться на безграничном сострадании и запредельной мудрости.

157 – Первичная Колесница также называется Малой Колесницей.

158 Брахмалока – верх небес в мифологии Индуизма. Буддизм, рассматривая брахмалоку как высший божественный мир, не приравнивает его достижение к освобждению и просветлению.
159 – "Рупакая" означает земную и надмирскую манифестации Просветлённых, называемые нирманакая и самбхогакая соответственно.

160 – "Десять добродетелей дхармы" переводится так же, как "десять практик дхармы" (см. примечание 16).

161 – Четыре пути побеждающих приверженцев (тиб. дувай нгопо-ши, по буквам bsdu-ba'i dngos-po-bzhi) – (1) раздавать дары приверженцам, (2) говорить вежливо, (3) вести их

через практику шести принципов выхода-вне, и (4) являться примером практикуя самому эти принципы.
162 – Бхавила: санск. Бхави Дэва.

163 "Реализационное божество" – то же самое, что и "медитационное божество".

164 – "Внешние, внутренние и сокровенные подношения" относятся к видам подношений, которые включают материальные, символические и созерцательные подношения. Внешние – состоят из материальных подношений, таких как сок, омовение ног, цветов, благовоний, масляных ламп, духов, хлеба и музыки. В дополнение к этому существуют подношения пяти чувственных наслаждений: формы, звука, запаха, вкуса и осязания. Внутренние подношения относятся к символическому и созерцательному "питью амброзии". Её материальная форма – это чай или вино в настоящем или скопированном человеческом черепе. Содержимое символизирует десять продуктов пяти чувствующих существ (животных и человеческих существ). Оно превращается в божественную амброзию через медитацию и произнесение медитатором семенных слогов пяти мистических будд и пяти просветлённых женщин-мистиков (дакиней). Сокровенное подношение относится к высшему созерцательному подношению. Оно принимает форму воображаемого или актуализированного состояния, которое воплощает совершенное блаженство и запредельное осознавание, возникшим из созерцательной трансформации психоневротических энергий и сил медитатора.
165 – Йангонпа (1213-1258) был мистиком-эклектиком Кагьюпы. Необычно одарённый ребёнок, он изумлял людей в родном Лато (провинция Тсанг) своими самопроизвольными религиозными изречениями и своей способностью предсказывать неизвестные события. Он стал последователем Гьялвы Готсангпы. Он так же учился у выдающихся учителей других орденов, таких как Сакья Пандиты и Сангье Микьо Дордже ордена Ньингмапы. Среди его работ – Трёхчастные учения в горном ретрите и Шесть матерей.

166 – Восем мирских эмоций или реакций собранны в две группы – положительные и отрицательные. Четыре положительные эмоции возникают, когда делают приятное, хвалят, получают и слышат вежливые слова; четыре отрицательные эмоции возмущают, когда делают неприятное, критикуют, теряют и грубо обращаются. Эти эмоции неизменно происходят из глубокого источника – цепляния ума к "себе".

167 – Посвящения в сан приверженца-мирянина на тибетском называются геньен (по буквам dge-bsnyen; санск. упасака). Женщина-практикующая – геньенма (по буквам dge-bsnyen-ma; санск. упасика). Мирянином-приверженцем становятся, когда получают, по своей собственной инициативе, основное наставление по поиску прибежища в трёх драгоценностях (Будде, дхарме и сангхе или собрании просветлённых и обычных практикующих). Каждый приверженец также принимает одно или более предписаний. Пять основных заповедей суть (1) не лишать жизни, (2) не брать ничего, что не было дано, (3) воздерживаться от любого неправильного сексуального поведения, (4) воздерживаться от увлечения опьяняющими напитками, и (5) не лгать. Человек, пожелавший быть приверженцем-мирянином с обетом безбрачия принимает обет безбрачия в дополнение к пяти основным заповедям. По числу принятых заповедей существует шесть категорий светских приверженцев.
168 – Квинтэссенция реальности: тиб. ньингпой дон, по буквам snying-po'i don; санск. хридайартха.

169 – Домбипа так же известен, как Домби Херука. Один из великих Буддийских махасиддхов, он был современником великого Чандракирти.

170 Три духовных брата – Потова, Пхучунгва и Ченнгва, которые жили в одиннадцатом столетии.
171 – "Медитационные стадии сутры" относится к теории и практике успокоения и постижения, берущие начало в сутрах.

172 – "Естественное основание существования" относится к фундаментальной природе ума, которая есть неделимое состояние осознавания и его внутренней пустоты (тиб. риктонг йерме).

173 Поза ваджры – это поза, в которой сидит Будда на изображениях.
174 Поза бодхисаттвы – поза, в которой изображается бодхисатва Симханада Авалокитешвара, с правой ногой вытянутой наружу и левой согнутой по направлению к правому колену. Часто на неё ссылаются как на "царскую радостную позу".

175 Позиции рук при созерцании – то же самое, что и мудры.

176 – Тепловая энергия: тиб. меньям, по буквам me-myam; санск. самана. Распространяющаяся энергия: тиб. кхьябдже, по буквам: khyab-byed; санск. бьяна. Жизненная энергия: тиб. сокзин, по буквам srog-'dzin; санск. прана-граха. Восходящая энергия: тиб. гьенгью, по буквам gyen-rgyu; санск. удана.
177 "Просветлённый дух" – имеется в виду созидающие элементы или сексуальные энергии (тиб. чангчуп кьисем, по буквам byang-chub-kyi sems; санск. бодхичитта). Полное обозначение – это "белый просветлённый дух" (тиб. чангсем карпо, по буквам byang-sems dkar-po; санск. сита-бодхичитта).

178 "Догматики или неприятельские критики" – относится к различным орденам в Индийской Брахманской системе. Буддистские тексты называют их "догматиками" (санск. тиртхика).

179 – Сверхнормальное познание: тиб. нгонше, по буквам mngon-shes; санск. абхиджня.
180 Живое дыхание – то же самое, что и жизненная энергия, упоминавшаяся ранее.

181 – Тонкая тупость: тиб. чингва трамо, по буквам bying-ba phra-mo.

182 – Туши Ньямджор, по бувам du-bzhi myam-sbyor; санск. Чатух-самата-юкти.
183 – "Чувственное побуждение" иногда переводится как "поток мыслей".

184 – Приблизительное успокоение: тиб. шине джетхюнгпа, по буквам zhi-gnas rjes-mthun-pa; санск. анулома шаматха.

185 – Мирской и надмирской: тиб. джиктен и джиктенле депа, по буквам 'jigrten и 'jig-rten-las'das-pa bzhi; санск. лока и праталлока.
186 Четыре ступни чудотворной силы (тиб. дзутрюлгьи кангпа ши, по буквам rdzu-'phrul-gyi rkang-pa bzhi; санск. чатур-риддхи-пада) – специфические методы достижения совершенного погружения. Они таковы: Ступни чудотворного энтузиазма. Ступни чудотворной попытки. Ступни чудотворной концентрации. Ступни чудотворного различения.

187 – Восемь уровней погружения на плане высшей формы и плане без форм: тиб. самтен гье, по буквам bsam-gtan brgyad; санск. асата самапати. Это означает, что каждый план состоит из четырёх уровней. Все те, что на мирском уровне, вместе составляют успокоенное сознание или созерцание. Из восьми уровней погружения первые четыре относятся к плану высшей формы, а следующие четыре – к плану бесформенности. Овладение первыми четырьмя приводит к состоянию погружения, сопровождаемому чувством безмятежности, хорошей памятью (внимательностью), и устойчивым ментальным равновесием. Овладевая ими, удаляют интеллектуальный процесс изучения, поток обычной мысли и дыхания. Затем приступают к следующим четырём уровням на плане без форм: (1) отвлекая ум от восприятия формы, фокусируются на бесконечности формы, (2) выйдя за бесконечное пространство, концентрируются на бесконечности сознания, (3) превосходя так же и сферу сознания воспринимают чистое несуществование, (4) расширяя третий уровень добиваются неидентифицируемого погружения, не характеризуемого ни как воспринимаемое ни невоспринимаемое. Эти состояния достижимы не только высших планах формы и бесформенности, но также и на плане

желания. Если не соединить их с пониманием четырёх благородных истин, эти уровни концентрации останутся в мирской области, характеризуемой как то, что связано с чувственным истечением. Когда все уровни созерцания – за исключением последнего – образуют основание для медитации на четырёх благородных истинах, и когда блеснуло их постижение, они достигают надмирского состояния. Последнее состояние погружения, хотя и обозначается как верх мира существования, не может быть использовано в качестве основания высшей медитации, так как ум углублён в экстаз погружения до такой степени, что в нём нет ясности и чувствительности. Это несовершенное созерцание есть результат неправильной медитации, делавшейся таким медитатором в его прошлой жизни. С другой стороны, люди на плане желания становятся архатами (возвышенными), разрывая едва заметную зависимость от экстатического погружения, и тем самым достигают нирваны.

188 – Восемь процессов освобождения (тиб. нампар тхарпагье, по буквам rnam-par thar-pa brgyad; санск. асата-вимокша) имеют целью устранить любые остаточные чувственные впечатления. Они познают (1) существование и (2) несуществование агрегата формы (тиб. зук, по буквам gzugs; рупаскандха) и потом воспринимают каждую внешнюю форму, как лишённую красоты. (3) Они познают каждую форму, как прекрасную, и тогда продуцируют красивые формы властью созерцания. Это должно привести к пониманию того, что все формы красоты и уродства – лишь ментальные обозначения. Оставшиеся процессы освобождения (с 4 по 7) относятся к результату созерцательных познаний на плане без форм, которые очищают от всякой остаточной чувственной привязанности, произошедшей из предыдующей связи с планами форм и желания. (8) Данный процесс, известный как "освобождённое состояние прекращения", состоит из такого глубокого погружения, что все истечения, возникающие из психоневротических и чувственных действий прекращаются полностью. Будучи надмирским путём, его находят и достигают только реализовавшиеся медитаторы, а именно архаты. Это возвышенное состояние может прийти к своему предельному совершенству в виде полностью просветлённого осознавания (состояния будды).
189 Восемь берущих верх созерцательных манифестаций (тиб. зилнон гье, по буквам zil-gnon brgyad; санск. асатау абхибхваятанани) – проявления силы созерцания, достигаемой архатами. Первые две представляют собой совершенства, берущие верх над малой и большой формами (микрокосмом и макрокосмом) в результате глубокого познания форм чувсвующих существ и материального мира. Третья и четвёртая – относятся к преодолению этих двух форм в их различных видах посредством созерцания несуществования форм. Следующие четыре познавательных превращения относятся к преодолению света через четыре цвета: голубого, жёлтого, белого и красного. Таким образом силой созерцания можно вызывать возникновение формы и цветов перед другими, между тем как сам реализовавшийся исполнитель остаётся свободным от любой привязанности к формам и цветам. Сказано, что архаты, в разные периоды буддийской истории, демонстрировали эти силы.

190 Десять всеохватывающих созерцательных трансформаций (тиб. зепар чу, по буквам zad-par bcu; санск. даша критсанаятанани) – внешняя проекция любых воспринимаемых явлений (т.е. форм и цветов) путём визуализации особого феномена. Такой медитатор может произвести любую выбранную форму или цвет перед другими. Объекты проекций – пять элементов (земля, вода, огонь, воздух и пространство) и четыре света (голубой, жёлтый белый и красный), и сознание как проектор. Все эти три категории созерцательного достижения и власти относятся к пути практики созерцательной трансформации и манифестации.

191 – Удрака (тиб. Лхакчо, по буквам lhag-spyod) был одним из шести брахманских аскетов, которые были современниками Будды. В буддийской традиции считается, что существовал фундаментальный изъян в его видении реальности и медитационной практике. Твёрдо придерживаясь веры в создателя вселенной и существования независимой души, он не смог добиться освобождения от несчастий жизни. Серьёзно исследовав медитационные системы Удраки и остальных и найдя их порочными, Будда тогда провозгласил в своей новой революционной доктрине, что коренная причина всех

несчастий – иллюзия себя, привязанность и ненависть. Человек, в принципе, – хозяин своей судьбы и творец своей собственной воли и активности.
192 – Коренное и сопутствующие загрязнения: тиб. тсавай ньонмонг, ньевай ньонмонг, по буквам rtsa-ba'i nyon-mongs и tny-ba'i nyon-mongs; санск. мулаклеша и упаклеша.

193 – "Концептуальная доктрина с закреплёнными за ней значениями" (тиб. трангдон тханве, по буквам drang-don tha-snyad) относится к тем учениям Будды, которые касаются знания дуализма, и тем учениям, которые с приписываемыми им значениями предназначенны для тупых умов, которые со временем можно привести к истиной доктрине.

194 – "Носитель кармы" (тиб. шелекье, по буквам shed-las skyes; санск. мануджа [рождённый от Ману]) и "продукт кармы" (тиб. шебу, по буквам shed-bu; санск. манува [отпрыск Ману] являются синонимами "истинного я" (атман) в брахманском лексиконе. Что касается санскритского имени Ману, Sanskrit-English Dictionary Сэра Монье-Вильямс (с. 784, кол. 2) упоминает его как "символ мужчины и отца человеческой рассы" и говорит, что имя Ману – "главным образом применяется к четырнадцати последовательным мифическим прародителям и монархам земли".
195 – Спонтанное совозникновение: тиб. Лхенкье по буквам Lhan-skyes; санск. сахаджа.

196 – Его полный заголовок – Рапту непа дордупа гью, по буквам rub-tu gnas-pa mdor-bsdus-pa'i rgyud; санск. Супратистха-тантрасамграха.

197 – Относительный ум просветления: тиб. кундзоп чангчуп сем, по буквам kunrdzob byang-chub-sems; санск. самвритья бодхичитта.
198 – Высший ум просветления: тиб. дондам чангчуп сем, по буквам dondam byang-chub-sems; санск. парамартха бодхичитта.

199 – Обозначенные в понятиях: тиб. кюнтак, по буквам run-brtag; по буквам парикальпита. Зависимая условность: тиб. шенванг, по буквам gzhan-dbang; санск. паратантра. Установленная реальность: тиб. йонгдруп, по буквам yongs-drub; санск. паринишпана.

200 – Неразличающее погружение: тиб. нампар митокпай тингнге-дзин, по буквам: rnam-par mi-rtog-pa'i ting-nut-'dzin.

201 – "Ваджрные глаза" относятся к проникающему постижению подобного ваджре (алмазоподобного) неделимого союза великого блаженства и осознавания пустоты, в соответствии с учениями Буддизма Ваджраяны.
202 – Ясное осознавание: тиб. ранг-рик рангсел, по буквам rang-rig rang-gsal.

203 – Киннары, согласно древней индийской мифологии составляют класс поднебесных существ.

204 – Это выражение специфически рассматривает устранение дуалистического цепляния ума, теоретизирования и скептицизма.

205 – Внезапный свет осознавания: тиб. дренрик лобур, по буквам dran-rig glo-bur.
206 – "Психический осадок" (тиб. бакчак или намток бакчак) означает также врождённое накопление заблуждения.

207 – Осадок заблуждения: тиб. трюлпай бакчак, по буквам `khrul-pa'i bagchags.

208 – Психический отпечаток двойственности: тиб. ньинанг бакчак, по буквам gnyis-snang bag-chags; санск. двайтолока-васана.

209 Шесть сознаний – сознания, которые возникают из визуального ощущения, звукового ощущения, ощущения запаха, вкуса, тактильного ощущения и ментального восприятия.

210 – "Действительное познание" (тиб. нгонсум тсема, по буквам mngon-sum tsand-ma; санск. пратьякса) означает пять непосредственных восприятий плюс прямое ментальное познание.

211 – Абсолютная форма появления, пребывания, или исчезновения: тиб. джунгне-дро-сум, по буквам `byung-gnas-'gro-gsum.

212 – "Психоневротическая энергия" (тиб. лунг, по буквам rlung; санск. вайю или прана) означает ток энергии происходящий из архетипического ума или матрицы ума (тиб. тсосем, по буквам gtso-sems; санск. аннутара-манас).

213 – "Стрелок" относится к Сарахе.
214 – "Сторонники догмы" относится ко всем тем, кто придерживается взгляда вечной реальности, с одной стороны, и материалистического нигилизма, с другой.

215 – Безошибочное постижение: тиб. лхактхонг чинчи малокпа, по буквам lhag-mthong phyin-ci-ma-log-pa; санск. абхипраясавипашьяна.

216 – "Полная ясность" означает первичную ясность ума, которая воспринимает или отражает феномены спонтано и беспрепятственно.

217 – Дже Дрикхунгпа Джиктен Гонпо (1143-1217) был одним из наиболее выдающихся учеников Пхагмо Трупы. Он основал орден Дрикхунг Кагью.
218 – Совозникающее осознавание: тиб. лхенкье йеше, по буквам lhan-skyes ye-shes; санск. сахаджа-джняна.

219 – Юмла Топа, по буквам yum-la-bstod-pa; санск. Матта-стотра.

220 – Запредельная мудрость: тиб. шерап пхарчин, по буквам shes-rab pharphyin; санск. праджняпарамита.

221 Три яда – неведение, вожделение, ненависть.

222 – Необитаемая нирвана: тиб. минепай ньянгде, по буквам mi-gnas-pa'i myang-'das; санск. апратистха нирвана.

223 Этот неназванный критик – Сакья Пандита, который счиает главной доктриной недиффиринцируемость внутренней ясности ума и пустоты. Это соответствует "неразличимости сансары и нирваны".

224 – "Так как все явления – лишь манифестации отдельных умов" относится к уникальному взгляду на бесконечномерную ментальную реальность в том виде как она постулируется буддийскими идеалистами (виджнянавадинами). Они отвергают представление о внешней реальности как состоящей из совокупностей частиц. Наш текст покажет, что этот взгляд на реальность является ступенью к более высокому, недвойственному взгляду Мадхьямаки школы Махаяны в общем, и точке зрения махамудры Кагьюпы и махасампанна Ньингмапы в частности.

225 – Психические отпечатки прошлого: тиб. нгонгьи бакчак, по буквам sngon-gyi bag-chags.

226 – Совозникающее явление: тиб. нангва лхенкье, по буквам snang-ba lhan-skyes; санск. алока сахаджа.

227 – Совозникающий ум: тиб. семньи лхенкье, по буквам sems-nyid lhan-skyes; санск. сахаджаманас.

228 Дже Лингрепа Пема Дордже (1128-1188) – тибетский махасиддха, который был учителем Дроген Тсангпа Гьяре. Последний основал монастырь Намдрук в Южном Тибете.

229 – Великий один вкус: тиб. роньом ченпо, по буквам ro-snyom chen-po.
230 – Неопределённое явление: тиб. Нангла мангепа, по буквам snang-la ma-nges-pa.

231 – "Некоторая медитационная система" имеется в виду отдельный взгляд и подход к медитации постижения, сформулированный Тсонгхапой (1357-1419), основателем ордена Гелукпа, к которому официально принадлежат Далай Лама и Панчен Лама.

232 – "Некоторый критик" относится к Сакья Пандите, который сделал это заявление в Домсум Рабье. Можно отметить, что большинство великих мастеров Кагьюпы предпочитают не опровергать его, на том основании, что он направил свою критику главным образом против "невежественных" или "неосведомлённых медитаторов".

233 Котали (тиб. Токтсепа) – один из Буддийских махасиддхов.
234 – Обычный ум: тиб. тхамел шепа.

235 – Это положение об идентичности "обычного осознавания неруководимого мирянина" со всевидящим осознаванием – уникальный взгляд поддерживаемый как махамудрой (Чакгья Ченпо) так и махасампанной (Дзокпа Ченпо), т.е. орденами Кагьюпа и Ньингмапа.

236 Видение неразличающей простоты (тиб. тромегьи тава) – первичное осознавание, выводящее за рамки всякого концептуального или воспринимаемого различения и представления о двойственности во всех его формах.

237 – Восемь мирских принципов, как сказано, происходят из ума, который цепляется к представлению о "себе". Они делятся на две группы, положительную и отрицательную. Четыре положительных реакции доставляют удовольствие через то, что нравится, похвалу, получение и вежливые слова. Четыре отрицательные реакции вносят возмущение через то, что не нравится, критику, когда теряют, и плохое обращение.
238 – Это первая часть цитаты из Дешин Шекпай Сангвай До. Её продолжение следующее: "Обуздать себя значит не иметь потока чувственных мыслей, злобы, побуждения ярости, и вожделения, ненависти, и неведения, которые являются корнем всех порочных поступков. Самообуздание определяется, как лишённое всяких физических, вербальных и ментальных неправильных действий". Автор, Таши намгьял, пропустил эту часть, а затем продолжил цитирование.

239 – Тот, кто достиг внутреннего успокоения: тиб. девай шекпа; санск. сугата.

240 – Четыре злых грабителя таковы: (1) внутреннее заблуждение, (2) пять агрегатов психофизического существования, которые заставлят человека вращаться в колесе рождения и смерти, (3) неизменная сила смерти, и (4) внешние и внутренние силы, которые совращают человека на плохие действия.

241 – Энергичное внимание: тиб. джурдрен, по буквам 'jur-dran.

242 – Удерживаемое внимание: тиб. зунгдрен, по буквам gzung-dran.

243 – Не память: тиб. дренпа мепа, по буквам: dran-pa med-pa.

244 – Никакой ментальной активности: тиб. йила миджепа, по буквам yid-la mi-byed-pa.

245 – Поток неразличающего осознавания: тиб. нампар митокпай дренгьюн, по буквам rnam-par mi-rtog-pa'i dran-rgyun; санск. авикальпа самврити штора.

246 – Погружение: тиб. ньямшак, по буквам mnyam-gzhak; санск. самахита. Постпогружение: тиб. джетхоп, по буквам rjes-thob; санск. прастхалабха.

247 – Мысль после созерцания: тиб. джеше, по буквам rjes-shes; санск. ануджняна. Видимость после созерцания (так же переводится как "восприятие после погружения"): тиб. дженанг, по буквам rjes-snang; санск. анну-абхи или анубхану.

248 – Восприятие после погружения: см. предыдущую сноску.

249 – Реальность и нереальность: тиб. денпар друппа йин-мин, по буквам bden-par grub-payin-min.
250 – Семньи Нгалсо, по буквам sems-nyid ngal-gso; санск. Манас-вирама.

251 – Чакгья Ченпо Йиге Шипа, по буквам phyag-rgya chen-po yige bzhi-pa; санск. Чатуракша Махамудра.

252 Кхедруп Чегомпа – мастер Кагьюпы.

253 – "Чувственное побуждение" здесь используется для обозначения всего потока мышления в целом. Другой термин использованный ранее – "поток мысли".
254 – Четырёхкратное ежедневное поведение относится к четырём физическим способам поведения: гулянию, хождению вокруг, сидению и сну.

255 Гандхарвы (тиб. дриза) – мифологические небесные девы, о которых сказано, что они вдохновляют музыкантов и певцов, а начальница у них, согласно индийскому фольклору, имеет голову лошади.

256 – "Равновесие в погружении" так же было переведено как "погружение", или "созерцательное погружение".

257 – Высшая пустотность всех форм: тиб. намкюн чокден тонгньи, по буквам rnam-kun mchog-ldan stong-nyid; санск. сарвакараваропета шуньята.
258 – "Мантра отсутствия сути" означает священные слоги, которые символизируют отсутствие сути всех вещей. Они тесно связаны с тантрической медитацией на предельной природе реальности. Эта медитация начинается с сознательного растворения двойственности во всеобщей пустоте, предельной простоте. Особые священные слоги (мантра) читаются: "Пусть все вещи растворяются в пустоте не имеющей никакой внутренней сути" (санск. Ом свабхава шуддха сарва дхарма свабхава-шуддхо 'хам).

259 – "Одна субстанция" относится к универсальному субстрату всех феноменов, т.е., пустоте (или пустотности).

260 – Первое сокровенное восприятие "миража" пробуждается в медитативном погружении как результат соединения телесного элемента земли с элементом воды. Второе сокровенное восприятие "дыма" возникает как результат превращения элемента воды в элемент огня. Третье сокровенное восприятие "мерцания огней", подобых языкам пламени, происходит в результате превращения элемента огня в элемент воздуха. Четвёртое сокровенное восприятие "огней", подобных пламени масленной лампы, появляется как результат превращения элемента воздуха в видимость всех феноменов. Пятое сокровенное восприятие "ясного неба" просыпается в результате превращения сознания в осознавание, в котором нет двойственности его постижения и ясности.

261 – Рассматривая восемь благих результатов, автор не объяснил не перечислил все такие ряды идей или принципов. Их описание находится в Комментарии внутреннего смысла мистицизма (тиб. Забмо Нангдон) такого великого разностороннего мастера Кагьюпы как Лодре Тхайе (Джамгон Конгтрюл, 1813-1899). Сказано, что восемь благих результатов реализуются путём исполнения объединённой йогической медитации контроля и сохранения воздушной энергии тела, текущей в центральной нервной системе, и "неделимого беззвучного говорения" (тиб. дорджай депа; санск. ваджраджапа) посредством ритмичного потока внутрь и наружу. Те же блага получаются и при помощи

самой прямой и простой медитации махамудры. Первые три блага получаются в результате устранение трёх психических ядов (заблуждения, вожделения и ненависти) и через реализацию определённых качеств, а именно высшей манифестации, речи и ума просветлённого. Остальные пять благ получаются путём овладения пятью чувственными восприятиями, которые, за собой следом, вызывают реализацию пяти запредельных состояний осознавания. В процессе самореализации, первые три блага происходят из умелого контроля за восходящей воздушной энергией тела, которая имеет тепловую мощь, подобную солнцу. Следующие пять благ реализуются путём овладения нисходящей воздушной энергией, которая имеет охлаждающую силу подобную силе луны.
262 – "Непрекращающееся несчастье" (тиб. ньялва, по буквам dmyal-ba) означает мир адов.

263 – "Отсутствие сострадания и любви" относится к доктрине Хинаяны. Традиция Хинаяны учит принципу и практике сострадания и любви, но не делает их сущностным условием для реализации простой нирваны. В традиции Махаяны эти два принципа образуют необходимое условие реалицации высшей нирваны, полного просветления. Совместное развитие мудрости и сострадания является поэтому обязательным требованием приверженцев Махаяны. Тем не менее, доктрина Хинаяны содержит ряд великих гуманистических принципов известных как четыре безграничные мысли (радость, сострадание, любовь и безмятежность), которые ясно воплощают любовь и сострадание. Они образуют высшее созерцательное состояние ведущее на верх трёх планов, известных как Брахмалока. Четыре безграничные мысли выражены в форме такого торжественного пожелания:
Пусть чувствующие существа будут благословлены безграничной радостью! Пусть чувствующие существа будут благословлены благополучием свободным от страдания! Пусть чувствующие существа будут благословлены миром! Пусть чувствующие существа будут благословлены внутренней невозмутимостью!
Актуализируя совершенное происходящее из мудрости постижение отсутствия самости своего потока сознания и природных элементов, Хинаянист может реализовать надмирские уровни архатства (возвышенное состояние) и может таким образом достичь нирваны – состояния безвременного покоя – для себя.

264 – Путь без препятствий: Тиб. барче мелам, по буквам bar-chad med-lam.

265 – "Слух о чудовище" относится к притче о последствии слишком большой доверчивости. История начинает с кролика, который услышал громкий всплеск в озере прозвучавший как "чел" и увидел тёмный образ посреди расходящихся волн. Сильно испугавшись, он подумал, что это чудовище, и убежал в лес. По пути он кричал "Чудовище!" каждому животному и бежал до тех пор пока наконец не встретил царя зверей. Лев услышал ужасную историю и сказал: "Подожди немного и давайте все посмотрим, что произошло!" Они обнаружили, что это была ветка дерева упавшая в воду.
266 – Фраза – "данный критик" относится к Сакья пандите.

267 – Система одного намерения: тиб. дамчо гангчингма, по буквам dam-chos dgongs-gcig-ma; санск. саддхарма экачитта). Это святая доктрина одного намерения представляет собой объединённые буддийские учения исчерпывающе данные вместе с интерпретациями в хорошо известном трактате с таким названием. Текст был составлен основателем ордена Дрикхунг Кагьюпа, Кьоппа Джиктен Сумгон (1143-1217). Текст, со многими комментариями, являлся основным учебником ордена Дрикхунгпа. Данный текст не только служит введением к сокровищу буддийских доктрин, но также раскрывает через свою сложную форму "одно намерение Будды", а именно "пробудить каждый заблуждающийся ум к единому естественному состоянию всех вещей", тоесть невыразимой и невоспринимаемой пустоте. Кьоппа Джиктен Сумгон, великий мастер ордена Дирхунгпа, так же показал отдельный необщий подход к объяснению и интерпретации буддийских доктрин отличив его от общепринятого значения. Он пошёл так далеко, что заявил, что все учения Будды были даны в одной общей форме для буквального прочтения. Различные значения, такие как придуманный или действительный

смысл, и т.п., были развиты, согласно автору, людьми, которые понимали их по-разному. Для него "одна общая форма" – естественный итог "доктрины одного намерения".

268 – Четыре состояния концентрации и четыре высших чувственных способности – так же называются "восемь уровней погружения на плане высокой формы и плане без форм".

269 – Невозвращающееся состояние: тиб. драчом чирмивонг, по буквам dgrabcom phyir-mi-'ong; санск. анагми.
270 – "Два врождённых препятствия" означают (1) заблуждающийся ум и (2) неосознавание непознающего погружения. Заблуждающийся ум – это восприятие, которое неправильно понимает видимость дуализма, как истинную реальность, и таким образом неверно понимает личность я и остальных. Эта привязаность к эго приводит к эгоизму, вожделению и ненависти. Неосознавание непознающего погружения означает препятствие погружению. Это значит, что непознающее погружение, по природе, настолько глубоко и настолько лишено осознавания, что оно совершенно забывает о высочайшем просветлении. Надо, тем не менее, пояснить, что эти два вида архатов не могли – как правило – войти в непознающее погружение, но продвигались бы далее к четвёртому и последнему уровню архатства. Только на этой стадии они могли стать истинными архатами. Трактаты как Абхидхармы так и Праджняпарамиты описывают последовотельность уровней архатства в виде четырёх подготовительных применений и достижений.

271 – Четыре просветлённых аспекта таковы: Земная манифестация (санск. нирманакая). Высокая манифестация (санск. самбхогакая). Предельное состояние просветления (санск. дхармакая). Суть просветления (санск. свабхавикакая).

272 – "Инертность успокоения" (тиб. шинетенгпо, по буквам zhi-gnas stengs-po) относится к разновидности успокоения, в котором отсутствует фокус на устойчивости и ясности из-за излишней подавленности внимания.

273 – Всеохватывающая медитация: тиб. гом кхорьюк, по буквам sgom 'khoryug.
274 – Различение: тиб. троче, по буквам spros-bcas. Неразличение: тиб. троме, по буквам spros-med. Полное неразличение: тиб. шинту троме, по буквамshin-tu spros-med.

275 – Эти три вида таковы: Тайная практика (тиб. сангчо, по буквам gsans-spyod; санск. гухьячарья). Незамкнутая практика (тиб. тюлшук чопа, по буквам brtul-zhugs spyodpa; санск. пракачарья). Практика триумфа над всеми враждебными обстоятельствами (тиб. чокле намгьялгьи чопа, по буквам phyogs-las rnam-rgyal-gyi spyod-pa; санск. дигвиджая-чарья).
"Тайная практика" относится к медитации на тайном чувственном действии с выбранной мистиком-женщиной; "незамкнутая практика" относится к публичному соединению с женщиной-мистиком; и "практика триумфа" относится к демонстрации мистиком достигнутой им власти над неблагоприятными условиями и злыми силами.

276 – Кузулуй тсок (по буквам ku-su-lu'i tshogs; санск.: кусала чисати (?) кусали пунья гана) означает мистическое созерцание визуализируемого принесения себя в жертву "собранию прибежища" (три драгоценности: Будда, дхарма, и сангха). В этой визуализируемой медитации мистик "превращает своё тело в амброзию, хорошо приготовившись посредством тайного посвящения, устных наставлений и практике называемой "чо", что значит "отсечение корня само-иллюзии". Мистик совершает эту медитацию с ритуалом ночью, в необитаемой местности, в горном уединении, или среди обособленных кремационных скал. Как до так и после овладения практикой в такого рода дикой местности, она может делаться в собственном доме, если условия подходят. Цель данной медитации получить истинное постижение своего ума, в особенности неизвестных сторон и сил возбуждаемых и вызванных тяжёлыми условиями и ужасающими обстоятельствами.

277 – "Видение постоянной реальности" относится к способу существования ментальных и материальных феноменов в их естественном состоянии. Будучи обусловленными взаимодействием причин и следствий, они лишены какой-либо внутренне присущей субстанции. Только пустота вездесуща как бесконечное пространство, которое охватывает всю космическую вселенную, одновременно составляя внутреннее протяжение (expanse) каждого момента потока сознания и каждой частицы.
278 – Четыре демонические силы (тиб. дреши, по буквам 'dre-bzhi) не определяются автором. Названия, находящиеся далее в этой главе, по видимому, подходят к этим четырём силам. Они таковы: Боги змеи (тиб. лу, по буквам klu, санск. нага). Земные защитники (тиб. садак, по буквам sa-bdag; санск. бхуми-атман). Злобные тсен (по буквам btsan). Демоницы (тиб. сринмо, по буквам srin-mo; санск. ракшаса).

279 – Роньом, по буквам ro-snyom; санск. расасама или расакая.

280 Злобные тсэн – класс мужских духов в тибетской анимистической традиции.

281 – Три вида несчастий следующие: Изменчивое страдание (тиб. кхьяпа дуджейгьи дукнгел, по буквам khyab-pa 'du-byed-gyi sdug-bsngal; санск. самскара дуккхата). Внутренние условия для страдания (тиб. гьюрвай дукнгел, по буквам 'gyur-ba'isdug-bsngal; санск. випаринама дуккхата). Страдание страдания (тиб. дукнгел-гьи дукнгел, по буквам sdug-bsngal- gyi sdug-bsngal; санск. дуккха-дуккхата).
"Изменчивое страдание" означает страдание, порождаемое такими изменениями в психофизических условиях, как (а) молодость на старость и дряхлость, силу на слабость, высокое существование на низкое существование, (б) приятное ощущение на боль, желание на отчаяние, надежду на смирение, и (в) неблагоприятное изменение климата или окружения. "Внутренние условия для страдания" означает потенциал страдания, всегда присутствующий в каждом существе, подобно хранилищу кармических семян. Человек поэтому остаётся в большой степени подвержен страданию, возникающему как внезапная болезнь, эмоциональное возмущение, избыток жары или холда или несчастный случай. "Страдание страдания" относится главным образом к чувствующим существам трёх нижних сфер: миру животных, голодных духов, и духовных существ в аду. Оно также применимо к человеческим существам, которые беспорядочно подвергаются острому страданию. Точно так же как невежественные, бедные, изуродованные, старые и немощные страдают от голода, болезни и лишения, так и образованные, богатые люди подвержены острому физическому или ментальному страданию, или и тому и другому.
282 – Это замечание относительно нирваны вытекает из идеи, что нирвана, достигнутая Архатами и Пратьякабуддами, не самого высшего порядка, как та, что достигается Татхагатами. Традиция часто описывает первую, как подобную месяцу, а последнюю как полную луну.

283 – "Первичное неведение" относится к фундаментальному потоку, присущему обычному уму, т.е. его непониманию и отсутствию постижения истинного состояния реальности, обозначаемого, как "эта действительная пустота реальности" (тиб. чоньи тонгпа, по буквам chos-nyid stong-pa; санск. дхармата-шуньята). Под пустотой подразумевается несуществование субстанции или само-сущности по отношению к феноменам ума и материи. Результатом этого первичного неведения является непонимание действия естественного закона причины и следствия.

284 – Белое свечение: тиб. нангва, по буквам snang-ba. Красное распространяющееся сияние: тиб. чепа, по буквам mched-pa. Спускающаяся темнота: тиб. ньертхоп, по буквам nyer-thob.

285 – "Тренировка ума" относится в данном случае к продвинутым методам подготовки, разработанным специально, чтобы помочь направить людей к само-очищению и развитию себя. Предварительным условием этой тренировки является то, что религиозные приверженцы должны овладеть – или окончательно или в достаточной мере – общим пониманием и практикой объединённого пути просветления (тиб. чангчуп, ламрим).

Принцип и практика тренировки ума, начатые Буддой, ясно иллюстрируются, кроме хорошо установленной традиции, в его ключевых наставлениях, например:
О нищенствующие монахи, воздерживаться от всяких вредных действий, практиковать всё, что совершенно, полностью подчинить свой ум – вот учение Будды!
Продвинутая тренировка ума ведёт своё начало, с одной стороны, из глубочайшей доктрины Будды о предельной реальности и из её разъяснений величайших мастеров Махаяны, Нагарджуны (второй век до н.э.) и, с другой стороны, из наставлений по тщательно разработанной практике сострадания и мысль о просветлении. Последнее возникло из двух раздельных но объединённых источников: учений (1) Майтреи и его ученика Асанги и (2) Манджушри и Принца Шантидевы. Практика разъяснённая Майтреей называется "семикратные наставления о причинно-следственном развитии сострадательного просветлённого ума". Другой метод, называемый "любящий других больше, чем себя", был разъяснён Шантидевой, которому он был открыт Манджушри. Общее изучение объединённого пути просветления и продвинутых методов тренировки, вместе с жизненно важными наставлениями, были принесены в Тибет в одиннадцатом веке великим учителем Дипанкара Атишей и его тибетскими учениками, которые учредили орден Кхадампа (орден "Ищущих пробуждение в каждом мире будды"). Система двойной подготовки стала существенной стороной религиозных учений для сестринских школ Тибетского Буддизма. Продвинутая тренировка в особенности разработана для быстрого увеличения в каждом искателе глубочайшего сострадания и постижения истинной реальности. Природа такой тренировки заключается в мгновенной трансформации каждой заблуждающейся мысли в запредельную мудрость, каждую эгоистическую идею в сострадание и мысль о всеобщем просветлении. Сфера такой само-трансформации распространяется на каждую сознательную или несознательную мысль, особенно на заблуждающиеся, подавленные или истощённые умы. Мысль о просветлении (бодхичитта) коренится во всеобщей любви и сострадании. Другими словами, мысль о просветлении всех других существ и обязательство работать до этого конца – высочайшее проявление такой любви и сострадания. Бодхичитта в действительности имеет много уровней значения. На уровне стремящегося бодхисаттвы, она должна принимать форму сильного желания неустанного усилия в достижении мгновенного освобождения и окончательного просветления для всех чувствующих существ. На уровне реализованного состояния, бодхичитта означает совершенное осознавание предельной реальности, осознавания, которое полностью свободно от всякой субстанции или сущности, в котором сострадание и мудрость становятся неделимым целым. Тем не менее эта мудрость определяется как интеллектуальная способность, воспринимающая все вещи такими, какими они являются на самом деле, как противоположная способу каким воспринимает их заблуждающийся интеллект. Часто описываемая, как запредельное осознавание, эта мудрость различает аспект видимости от предельной реальности, одновременно воспринимая взаимоотносительность всех вещей.
286 – Стадия сосредоточения: тиб. тсечик, по буквам rtse-gcig; санск. экарга. Стадия неразличения: тиб. тродрол, по буквам spros-bral; санск. ниспрапанча. Стадия одного аромата: тиб. роньом, по буквам ro-snyom; санск. расасама. Стадия немедитации: тиб. гомме, по буквам sgom-med; санск. абхаванам.

287 – Мимолётная реализация: тиб. тхогел, по буквам thod-rgal.

288 – Всесторонний охват: тиб. го, по буквам go; санск. джня. Переживание: тиб. ньонг, по буквам myomg; санск. ветана. Понимание: тиб. ток, по буквам rtogs; санск. буддхака.

289 – Внутреннее ощущение: тиб. ньам, по буквам nyams; санск. абхаса.
290 – Смешение динамических и устойчивых сторон ума: тиб. негью дрепа, по буквам gnas-'gyu 'dres-pa.

291 – Три запредельные формы следующие:
1 Земная манифестация (тиб. трюлку, по буквам sprul-sku; санск. нирманакая). 2 Высшая мистическая манифестация (тиб. лонгку, по буквам longs-sku; санск. самбхогакая). 3 Состояние предельной простоты (тиб. чоку, по буквам chos-sku; санск. дхармакая).
Они – часть четырёх просветлённых аспектов.

292 – Пять аспектов осознавания:
Осознавание подобное зеркалу (тиб. мелонг йеше, по буквам me-long yeshes; санск. адаршаджняна), осознавание равностности (тиб. ньямньи йеше, по буквам mnyam-nyid yeshes; санск. саматаджняна), различающее осознавание (тиб. сорток йеше, по буквам sor-rtogs yeshes; санск. пратьявексанаджняна), самопроизвольно исполняющее осознавание (тиб. чадруп йеше, по буквам bya-grub ye-shes; санск. критьянустханаджняна), всеохватывающее пространство (expanse) осознавания (тиб. чоинг йеше, по буквам chos-dbyings ye-shes; санск. дхармадхатуджнянв).

293 – Ясное осознавание: тиб. озел йеше, по буквам 'od-gsal ye-shes; санск. прабхасвараджняна). Высшая иллюзорная форма: тиб. намдак гьюмайку, по буквам rnam-dag sgyu-ma'i sku; санск. вишудхи-мая-кая). Путь неразвития: тиб. милоблам, по буквам mi-slob lam; санск. ашаикса-марга.
294 – "Восьмиричное сознание" (тиб. намше гье, по буквам rnam-shes brgyad; санск. аста виджняна) относится к сознаниям как они представляются идеалистической школой (виджнянавадины). Восемь сознаний суть шесть форм сознания, происходящих из шести органов чувств (глаза, уши, нос, язык, тело и ум), проникающее заблуждение, и источник-сознание.

295 Подношения тормы – это обычно подношения, делаемые из жаренной ячменной муки в форме ступы, часто покрашенные и декорированные маслом, созданные умелыми руками скульптора по маслу. Такие подношения почтительно называют шелзе (по буквам zhal-zas) или подношения съестного. Торма бывают разных форм, цветов и вкусов. Некоторые позже будут съедены как священный хлеб.

296 – Этот вид полного уединения, в келье или горной пещере, выполнялся годами, иногда даже целую жизнь, мистиками, в особенности из созерцательных орденов таких, как школы Кагьюпы и Ньингмапы. Однако, те мистики, которые следовали стопам великих мастеров со временем покидали свои пещеры, для того чтобы оказать духовную помощь и учить людей. Все четыре ордена Тибетского Буддизма ещё и сейчас сохраняют традицию уединённых медитационных ретритов различной продолжительности. Трёх годовой, трёх месячный, трёх дневный ретрит – наиболее практикуемый ретрит. Большое число Западных Буддистов в последние годы предприняли такие ретриты под руководством гуру в Индии, Европе и Америке.

297 – Сказано, что медитатор, который достигает огромной психической силы, способен помочь или причинить вред другим. Через добродетель знания буддийской доктрины, постижения истинной реальности, сострадания и заботы обо всех чувствующих существах, и особой силы ума, ему предназначено помогать другим облегчая их несчастья, направляя их в духовных попытках, и даже излечивая страдающих от болезней. Однако, если кто-либо отклоняется от благородного пути и неправильно использует мощные средства йоги из эгоизма, материалистических целей, тот способен причинить вред другим. Такое осквернение священной традиции неизбежно повлечёт последствия абсолютно пагубные для его физического благополучия и ментальной стабильности.
298 – "Пророческие указания от дакиней" относятся к защитной роли дакиней. Рассматриваемые как хранители тайной Высшей Йоги, дакини наблюдали за буддийскими мистиками как защитники от сил разрушения и неразборчивой профанизации. Можно поинтересоваться подходит ли понятие сверхъестественных сил Буддизму, так как последний не верит в монотеизм или политеизм. Как путь универсализации и подъёма всех чувствующих существ в "разряд просветлённых", Тибетский Буддизм рассматривает дакиней как продвинутых практикующих, а на высший класс дакиней смотрят как на проявление просветлённых. Они считаются хранителями и вместилищем неисчерпаемого сокровища доктрины высшей йоги. Смотри так же The Life of Milarepa, пер. Lobsang Lhalungpa (New York: E.P. Dutton, 1977; и Boulder: Prajna Press, 1982) с. 206, примеч. 14, о даках и дакинях.

299 – "Четыре состояния бесстрашия" относятся к неустрашимости Будды в объявлении миру, (1) что он достиг трансцендентальной мудрости, которая прямо воспринимает и проникает во все различные уровни знания, (2) что он полностью удалил страдания ума и интеллектуальную запутанность, (3) что совместное развитие мудрости и сострадания – вернейший путь к освобождению, и (4) что внутреннее заблуждение, вожделение и ненависть препятствуют освобождению. Первых два представляют высшее исполнение его личного стремления, а последние два представляют исполнение его всеобщего стремления к непрекращающемуся благу ради всех чувствующих существ.

300 – Эта цитата передавала бы подразумеваемое значение, если бы следующая строка так же была бы процитирована в тибетском тексте. Она читается: "...будет существовать само-цепляние к ним".

301 – "Радостная ступень, путь постижения" относится к первому пробуждению к истинной реальности, или первая из десяти ступеней бодхисаттвы. (См. следующее примечание).
302 – "Первая ступень, путь постижения" (тиб. тхонглам рабту гавай са, по буквам mthong-lam rab-tu dga-ba'i sa; санск. даршана-марга прамудита-бхуми) относится к первому пробуждению к истинной реальности, которое углубляется последовательно до завершения, обозначаемого как десятая ступень бодхисаттвы (тиб. чангчуп семпай сачу, по буквам byang-chub sems-dpa'i sa-bcu; санск. бодхисаттва-даша-бхумаях).

303 – Путь изначальной равностности и все-одинаковости: тиб. гом ньямньи ньюкмай лам чикчо, по буквам sgom mnyam-nyid gnyug-ma'i lam gcig-chod.

304 – "Украшенные" относится к тем архатам, которые, победив ментальные загрязнения и непознающее погружение, достигли освобождения с его восемью качествами. Неукрашенные – те архаты, которые достигли освобождения силой различающей мудрости.

305 – "Год Быка" – это дата завершения данного текста. Год Быка мог быть или годом Деревянного Быка, 1566, или Огненного Быка, 1578.

306 – Семь коней – горы солнца, согласно древней Индуистской мифологии.

307 – Три вида веры: Доверие рождённое из веры. Доверие рождённое из восхищения. Стремление к тому же достижению, как у Будды и его просветлённых последователей.