

༄༅། ཚེགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སློང་ཉིག་གི་སྡོན་འགྲོའི་

བྲིད་ཡིག་ཀུན་བཟང་གླེ་མའི་ཞལ་ལུང་

ཞེས་བྲུ་བ་བཞུགས་སོ།།

བརྗེ་ཀུ་རའི་སྐྱ་བསྐྱར་མཐུན་ཚོགས་ནས་

སྐྱ་བསྐྱར་བྱས།།

Патрул Ринпоче.

Слова Моего Несравненного Учителя.

С предисловиями Далай-Ламы
и Дилго Кхенце Ринпоче.



Narthang

Нартанг.

Изд-е А. Терентьева Санкт-Петербург, 2007.



Будда Шакьямуни.
Будда нашего времени.



Гуру Ринпоче.

Также известный как Падмасамбхава, Рождённый в лотосе; или как второй Будда, установивший буддизм в Тибете. Он показан здесь в облике, известном как "Преодолевший все видимости и бытие" (Нангси Зилнон). Смысл этого имени в том, что, поскольку ему ведома природа всего сущего, он естественно доминирует над всеми возможными ситуациями.

Kunzang Lama'i Shelung.

The Words of My Perfect Teacher.

Patrul Rinpoche.

Translated by the Padmakara Translation Group
with forewords by The Dalai Lama and Dilgo Khyentse Rinpoche.
Shambhala, Boston, 1998.

Перевод с английского: И. Заубер.

Редакторы перевода: Б. Загумённый, А. Терентьев.

Редактор Г. Разумова.

Ответственный редактор А. Терентьев.

Мы благодарим переводческую группу Падмакара за предоставление прав на издание этого перевода и всех включённых в него иллюстраций, а также Иссу Заубер за щедрую финансовую поддержку всего издательского процесса.

Учителям прошлого, настоящего и будущего.

ISBN 978-5-901941-19-5

©Перевод на русский язык И. Заубер, 2007

© Изд-е А. Терентьева, 2007.

Оглавление.

Предисловие Далай-ламы.

Предисловие Дилго Кхенце Ринпоче.

Переводчики (Падмакары) выражают благодарность.

Предисловие ко второму изданию.

Введение переводчиков на английский язык.

Краткое историческое введение в тибетский буддизм.

СЛОВА МОЕГО НЕСРАВНЕННОГО УЧИТЕЛЯ.

ПРОЛОГ.

Часть первая.

ОБЩИЕ, ИЛИ ВНЕШНИЕ, ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ.

Глава первая.

КАК ТРУДНО ОБРЕСТИ СВОБОДЫ И ПРЕИМУЩЕСТВА.

I. Надлежащий способ слушать наставления учителя.

II. Само Учение: рассуждение о том, как трудно обрести свободы и преимущества.

Глава вторая.

ПРЕХОДЯЩНОСТЬ ЖИЗНИ

I. Преходящность внешнего мира, в котором обитают существа.

II. Преходящность существ, населяющих эту вселенную.

III. Преходящность святых существ.

IV. Преходящность тех, кто облечён властью.

V. Другие примеры преходящности.

VI. Неопределённость обстоятельств смерти.

VII. Острое осознание преходящности.

Глава третья.

ПОРОКИ САНСАРЫ.

I: Страдания в сансаре в целом.

II. Размышления о страданиях в каждом из шести миров.

Глава четвёртая.

КАРМА: ЗАКОН ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ.

I. Неблагие действия, которых следует избегать.

II. Благие действия, которых следует придерживаться.

III. Кармическая природа всех вещей.

Глава пятая.

БЛАГОТВОРНОСТЬ ОСВОБОЖДЕНИЯ.

I. Причины, ведущие к Освобождению.

II. Результат – три уровня Просветления.

Глава шестая.

КАК СЛЕДОВАТЬ СВОЕМУ ДУХОВНОМУ УЧИТЕЛЮ.

I. Изучение учителя.

II. Как следовать своему учителю.

III. Как подражать учителю в его помыслах и деяниях.

Часть вторая.

ОСОБЕННЫЕ, ИЛИ ВНУТРЕННИЕ, ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ.

Глава первая.

ПРИНЯТИЕ ПРИБЕЖИЩА – КРАЕУГОЛЬНЫЙ КАМЕНЬ ВСЕХ ПУТЕЙ.

I. Отношение к принятию Прибежища.

II. Как принимать Прибежище.

III. Заповеди при принятии Прибежища и проистекающее из этого блага.

Глава вторая.

ПОРОЖДЕНИЕ БОДХИЧИТТЫ – ОСНОВА ВЕЛИКОЙ КОЛЕСНИЦЫ.

I. Упражнение сознания в четырёх безмерных качествах.

II. Порождение бодхичитты.

III. Заповеди бодхичитты.

Глава третья.

ОЧИЩЕНИЕ ВСЕХ ОМРАЧЕНИЙ С ПОМОЩЬЮ МЕДИТАЦИИ ОБ УЧИТЕЛЕ В ОБЛИКЕ ВАДЖРАСАТТВЫ И ЧТЕНИЯ ЕГО МАНТРЫ.

I. Как очистить омрачения исповедью.

II. Четыре силы.

III. Медитация о Ваджрасаттве.

Глава четвёртая.

ПОДНЕСЕНИЕ МАНДАЛЫ ДЛЯ НАКОПЛЕНИЯ ЗАСЛУГ И МУДРОСТИ.

I. Необходимость двух накоплений.

II. Мандала свершения.

III. Мандала подношения.

Глава пятая.

НАКОПЛЕНИЕ [МЕТОДОМ] КУША'ЛИ: ОТСЕЧЕНИЕ ЧЕТЫРЕХ ДЕМОНОВ ОДНИМ УДАРОМ.

I. Тело в качестве подношения.

II. Практика подношения тела.

III. Значение чё.

Глава шестая.

ГУРУ-ЙОГА – ДВЕРЬ К БЛАГОСЛОВЕНИЯМ, ВЫСШИЙ МЕТОД ПОРОЖДЕНИЯ МУДРОСТИ ПОСТИЖЕНИЯ.

I. Необходимость и польза практики гуру-йоги.

II. Как практиковать гуру-йогу.

III. История появления Учения ранних переводов.

Часть третья.

БЫСТРЫЙ ПУТЬ ПЕРЕНОСА.

ПЕРЕНОС СОЗНАНИЯ – НАСТАВЛЕНИЯ О ТОМ, КАК СЛЕДУЕТ УМИРАТЬ: ОБРЕТЕНИЕ СОСТОЯНИЯ БУДДЫ БЕЗ МЕДИТАЦИИ.

I. Пять типов переноса.

II. Ординарный перенос с использованием трёх сравнений.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ.

ПОСЛЕСЛОВИЕ.

Примечания.

Глоссарий.

Библиография.

Список иллюстраций.

Будда Шакьямуни Будда нашего времени (ксилограф из Дерге).

Гуру Ринпоче (художник Оргьен Люнду).

Падмасамбхава (рисунок ламы Вангду).

Лонгченпа (рисунок Глена Эдди).

Джигме Лингпа (рисунок йена Эдди).

Джигме Гьялве Ньюгу (ксилография Гомчена Улегше).

Патрул Ринпоче (ксилография Гомчена Улегше).

Джамьян Кхенце Вангпо (рисунок ламы Вангду по наброску Дилго Кхенце Ринпоче).

Повелитель Трисонг Децен.

Достопочтенный Дракпа Гьялцен.

Гампопа.

Дром Тонпа.

Такдрол (ксилография).

Миларепа.

Дилго Кхенце Ринпоче (фото Мэтью Ричарда).

Божества Прибежища.

Шантидева.

Атиша (рисунок Кончог Лхадрепы).

Ваджрасаттва.

Мандала вселенной.

Падампа Сангье (рисунок Кончог Лхадрепы).

Мачик Лабдрон (художник Жиро Муге).

Дюджом Ринпоче.

Гуру Ринпоче и линия передачи (рисунок Кончог Лхадрепы).

Самье (фото Джона Канти).

Гуру Ринпоче и его двенадцать воплощений (из собрания Дзонгсара Кхенце Ринпоче).

Пещеры близ монастыря Дзогчен (фото Кристиана Бруйа).

Кангьюр Ринпоче.

Долина, из которой открывается вид на монастырь Дзогчен (фото Кристиана Бруйа).

Гонпо Лекден (ксилография Гомчена Улегше).

Гонпо Манинг Нагпо (рисунок Гомчена Улегше).

Экаджати (рисунок Кончог Лхадрепы).

Рахула (ксилография Гомчена Улегше).

Дамчен Дорже Легпа (ксилография Гомчена Улегше).

Церингма (из коллекции Чёлинг).



Падмасамбхава.

Предисловие Далай-ламы.



THE DALAI LAMA

Джигме Гьялве Ньюгу, один из выдающихся учеников Джигме Лингпы, открывшего духовное сокровище Дзогпа Ченпо Лонгчен ньингтиг, передал устные наставления к Лонгчен ньингтиг, а его ученик Дза Патрул Ринпоче записал эти наставления и дал им название Кунсанг ламе шеллунг (в русском переводе "Слова моего несравненного учителя").

В учении Великого Совершенства говорится, что, лишь изощряя мышление, невозможно достичь Пробуждения. Вместо этого требуется распознать основу сознания и понять, что в этом отношении все явления – игра сознания. Далее следует процесс непрерывного и сосредоточенного освоения этого открытия. Однако для полного понимания сказанного недостаточно лишь чтения книг. Необходимо выполнить все без исключения предварительные упражнения по системе Ньингма, а также получить специальное наставление и благословения квалифицированного учителя этой традиции. Необходимым к тому же является накопление значительных заслуг. Вот почему великие учителя школы Ньингма, такие как Джигме Лингпа и Додрупчен, столько трудились!

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

23 ноября 1993 г.

A handwritten signature in black ink, written in a cursive style. The signature is located in the bottom right corner of the page.



Лонгченпа (1308-1363).

Самый выдающийся учитель линии передачи (школы) Ньингма Лонгчен Рабжампа собрал в писаниях Падмасамбхавы, Вималамитры и Еше Цогьял все учения о Сокровенной сущности и передал их в видениях Джигме Лингпе как "Сокровенную сущность Безбрежного простора".

Предисловие Дилго Кхенце Ринпоче.

Слова моего несравненного учителя – это руководство для предварительных упражнений к Сокровенной сущности Безбрежного простора в рамках Великого Совершенства, где описываются пути четырёх главных школ тибетского буддизма без каких-либо противоречий между ними. В тексте содержатся все наставления: три основных элемента пути; три восприятия; предварительные упражнения для Пути и Плода; природа Будды как причина; драгоценная человеческая жизнь как опора; духовный друг как стимул; его наставления как метод; тела [Будды] и мудрости как результат, что в совокупности представляет собой традиции школы Кадам и Махамудры; а также черты пути Ньингма в плане решимости достичь Освобождения путём отрешения от сансары; веры – убеждения в неизбежности следствий, проистекающих из действий; бодхичитты, основанной на устремлении помогать другим, и чистого восприятия абсолютной чистоты всего сущего.

Этот текст незаменим в качестве наставления ко всем упражнениям, как предварительным, так и основным. Вот почему в наше благоприятное время, когда Учение Будды начинает озарять весь мир, была переведена эта книга с глубокой надеждой на то, что, поскольку её ценность огромна, а опасности она не таит никакой и поскольку она освещает все основные аспекты пути, – даже прикосновение к ней принесёт благие плоды и она станет объектом изучения, размышления и медитации. В высшей степени важно, чтобы практикующие Дхарму преподавали и изучали этот текст.

Переводчики (Падмакары) выражают благодарность.

В соответствии с тибетской традицией, переводчики хотели бы выразить свою благодарность учителям традиции – покойному Дюджому Ринпоче, Дилго Кхенце Ринпоче и Кангьюру Ринпоче, чьи на редкость вдохновенные и терпеливые объяснения легли в основу всех наших усилий, направленных на постижение этого Учения; а также выразить благодарность многим другим ламам – Додрупу Чену Ринпоче, Дзогчену Кхенпо Тхубтену, Зенкару Ринпоче, Кхетсуну Зангпо Ринпоче, Сонаму Тобгьялу и многим другим, кто отвечал на наши вопросы и вселял в нас уверенность.

Переводческая группа Падмакара состоит из представителей разных стран и различных направлений тибетского буддизма, которые работают под руководством Пемы

Вангьяла Ринпоче и Джигме Кхенце Ринпоче в Сантр д'Этюд де Шантелуп в Дордони, на юго-западе Франции.

История данного переводческого замысла развивалась параллельно с историей названной группы, ибо многие из её членов начинали в семидесятые годы – либо в Индии, либо в Европе – своё занятие буддизмом с изучения книги Патрула Ринпоче "Слова моего несравненного учителя?". А далее в ходе традиционных ретритов, которые регулярно, начиная с 1980 года, проводились в Шантелупе, им излагались – в качестве основы к их самостоятельному изучению пути Ваджраяны – подробные наставления к изложенному в книге Учению. Под руководством тибетских учителей текст книги был переведён членами вновь созданного Издательства Падмакара на французский язык и напечатан под названием *Ле шепен дэ ля гранд перфексьон* (Путь Великого Совершенства).

Первым этапом работы над английской версией книги был пробный перевод с французского языка, выполненный Майклом Дикманом. Это было первым шагом к новому переводу книги – уже с тибетского языка. Этот последний был, в процессе переработки ряда предварительных редакторских версий, выполнен и завершён Христианом Бруйтом, Чарлзом Хэйстингом и Джоном Канти. Стивен Гетхин выступал в роли редактора и составил указатель.

Переводчики благодарны Майклу Эбрамсу, Вулстану Флетчеру, Хелене Бланкледер, Элисе Манхаймер и Вивиан Курц за их ценные замечания, а Джил Хилд – за помощь в наборе текста.

И в завершение мы хотим выразить нашу горячую благодарность Керри Браун из Международного Объединения сакральной литературы за её неизменную и терпеливую поддержку в ходе нашей работы.

Предисловие ко второму изданию.

Настоятельная потребность переиздать эту книгу сделала возможным внести в текст ряд изменений. Было включено предисловие Дилго Кхенце Ринпоче к первому французскому изданию, а также послесловие, составленное Джамгоном Конгтрулом Великим к самому первому тибетскому ксилографическому изданию книги в прошлом веке. Было существенно улучшено качество иллюстраций; примечания и глоссарий были расширены и отредактированы, а слова на санскрите обрели стандартную форму транслитерации.

Однако главное изменение – это редакция самого текста в результате кропотливого и тщательного прочтения его Пемой Вангьялом Ринпоче. Его многочисленные примечания, пояснения и вопросы – в среднем по три-четыре на странице – позволили нам взглянуть критически на наш перевод и более точно воспроизвести то значение, которое вкладывал в этот текст Патрул Ринпоче. Мы, тем не менее, заверяем читателей нашего первого издания, что мы не обнаружили в нём грубых ошибок по существу указаний или объяснений к проводимой практике. Однако данный текст отличается необычайным богатством деталей и вставных историй, и мы надеемся, что именно при воспроизведении этих деталей новый перевод стал более точным.

Никакой перевод не может считаться окончательным. Мы надеемся, что будем и впредь улучшать перевод этого текста, тем более что – как явствует из множества обнадёживающих писем, которые мы получаем со всех концов света – текст этот интенсивно используется многими отдельными читателями и буддийскими группами как материал для изучения и для практики. Со временем мы хотели бы также основательно пересмотреть примечания в свете нового перевода одного из основных источников, на основе которого они были составлены. Имеется в виду ведущаяся сейчас под руководством Алака Зенкара (с участием ряда членов переводческой группы Падмакара, см. Библиографию, п.2) работа над Примечаниями Кхенпо Нгаванга Пелзанга. Это, однако, придётся, к сожалению, отложить до третьего издания книги.

Все изменения для этого издания были подготовлены, отредактированы и внесены в него Джоном Канти. Неоценимую помощь в этом процессе оказали Мария Иисус Хервас, которая в ходе интенсивной работы над предстоящим испанским изданием книги обнаружила ряд погрешностей и пропусков в английском издании, а также читатели Хелена Бланкледер, Чарлз Хэйстингс, Стивен Гетхин и Вулстан Флетчер.

Мы хотели бы вновь выразить благодарность Трасту сакральной литературы и его директорам Полу Сэто, а впоследствии Малькольму Джэрратту и более всего – за их долготерпение при всех отсрочках в процессе подготовки второго издания книги.



Джигме Лингпа (1729-1798).

Он получил передачу Сокровенной сущности Безбрежного простора от Лонгченпы, затем практиковал её в одиночестве и передал своим ученикам.

Введение переводчиков на английский язык.

Слова моего несравненного учителя – одно из самых лучших введений в основы тибетского буддизма, постоянно рекомендуемое Его Святейшеством Далай-ламой и другими выдающимися учителями. В нём даётся подробное руководство для использования методов, с помощью которых обычный человек может преобразовать своё сознание и вступить на путь Будды, то есть обрести состояние пробуждения и свободы. В первой части книги содержится ряд размышлений о крахе надежд и глубоких страданиях в сансаре, круговерти существования, порождённой неведением и обманчивыми эмоциями; и об огромной ценности человеческой жизни, которая создаёт уникальную возможность достичь состояния Будды. Во второй части даются объяснения к первым шагам на пути Ваджраяны (Алмазной колесницы), располагающей эффективными методами трансформации сознания, которые являются отличительной чертой тибетского буддизма.

Этот текст Патрула Ринпоче является не трактатом, предназначенным для специалистов, но практическим руководством для тех, кто намерен искренне практиковать Дхарму. В нём излагается всё, что мы Должны знать для практики Учения. Здесь также перечисляются, подчас с острой иронией, те многочисленные ошибки, которые нередко встречаются на духовном пути.

Текст написан языком, одинаково понятным как кочевникам и крестьянам, так и ламам и монахам. Кстати, Патрул Ринпоче неоднократно подчёркивает, что это не литературный текст, но лишь собрание полученных им от учителя устных наставлений, представленных в том виде, в каком он их слышал.

В повествование включены как поэтические обороты, так и разговорные выражения. Каждый пункт иллюстрируется многочисленными ссылками, примерами из повседневной жизни и множеством историй. Некоторые из этих историй восходят к самым истокам буддизма в VI веке до н. э. и даже к более раннему периоду. Одни из них взяты из жизни великих учителей Индии и Тибета. Другие относятся к нравам простых людей в Кхаме, родном краю Патрула Ринпоче.

Особое очарование этой книги состоит в том, что мы чувствуем себя учениками Патрула Ринпоче. Мы воспринимаем идущие от сердца советы просветлённого наставника, основанные на устной традиции, которая была ему передана его учителем, а также на его собственном глубоком опыте, обретённом за годы практики.

Патрул Ринпоче был знаменит своим умением проникать в самую глубину сознания своих учеников. Он твёрдо верил в максиму Атиши: "Наилучший духовный друг

тот, кто борется с нашими скрытыми недостатками". Хотя его труд явно ориентирован на тех, кто был его слушателями, мы без большого труда найдём подтверждение тому, что, несмотря на прошедшие века и различия в культуре, человеческая природа в основном остаётся неизменной. Мы чувствуем, как раскрываются самые глубокие тайники нашего естества. Нам приходится поставить под сомнение привычный способ мышления и открыть своё сознание для новых горизонтов.

В заключительной главе автор говорит о своём труде следующее:

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

В буддизме Ваджраяны Просветление является не недостижимым идеалом, но тем, что, при использовании надлежащих методов и приложении максимальных усилий, может быть достигнуто здесь и сейчас, в этой жизни. В Тибете, где жива традиция прямой передачи мудрости, каждое писание, каждое упражнение в медитации и каждая тренировка сознания переходят от учителя к ученику и осваиваются до тех пор, пока не становятся неотъемлемой частью опыта практикующего. Ньямлен (одно из тибетских слов для обозначения духовной практики) буквально означает "испытать, сделать опытом своей жизни".

Подлинным держателем преемственности, истинно квалифицированным духовным учителем может считаться лишь тот, кто обрёл Постигание. Патрул Ринпоче был подлинным хранителем традиции непрерывной передачи знания, которая восходит к самому Будде. После него эта линия преемственности столь же непрерывно, вплоть до настоящего времени, передавалась от одного учителя к другому.



Джигме Гьялве Ньюгу – "несравненный учитель" Патрула Ринпоче.

Патрул Ринпоче множество раз слышал объяснения к Сокровенной сущности Безбрежного простора. Он уверял, что Слот моего несравненного учителя – это просто точная передача того, что он слышал в процессе этих неоднократных объяснений.

Патрул Ринпоче и традиция, которую он унаследовал.

В школе Ньингма, к которой принадлежал Патрул Ринпоче и которая является наиболее древней традицией тибетского буддизма, существуют две линии передачи знания. Одна из них кама (bka ma) или устная передача от учителя к ученику, которая существовала на протяжении веков; а другая – чудодейственная прямая передача духовных сокровищ (терма). Эти духовные сокровища были скрыты в VIII веке Падмасамбхавой и его великой ученицей Еше Цогьял, с тем, чтобы быть открытыми в одну из последующих эпох, когда придёт подходящее время. "Слова моего несравненного учителя" – это пояснения к предварительным Практикам Лонгчен ньингтиг (Сокровенная сущность Безбрежного простора) – духовного сокровища, открытого видьядхарой Джигме Лингпой (1729-1798).

Хотя Джигме Лингпа не прошёл почти никакого обучения, он обладал глубочайшей эрудицией, потому что в течение многочисленных и длительных медитаций в уединении сумел раскрыть мудрость своего сознания. Он получил Сокровенную сущность Безбрежного простора в видении от Лонгченпы, великого ламы XIV века. Лонгченпа систематизировал основополагающие положения школы Ньингма в своих Семи сокровищах и других сочинениях, которые затрагивают все аспекты буддизма и, в частности, полностью отражают специфику школы Дзогчен (Великого Совершенства). Он также много писал о практике в других школах, но эти сочинения не сохранились. Лонгченпа жил на много веков раньше, чем Джигме Лингпа, но был, фактически, его коренным учителем.

Джигме Лингпа сначала практиковался сам и достиг совершенства в Учении, которое он открыл, а затем передал нескольким ближайшим ученикам, способным сохранить его в чистоте. Одним из них был учитель Патрула Ринпоче, Джигме Гьялве Ньюгу, который провёл долгое время с Джигме Лингпой в Центральном Тибете, а затем вернулся в Кхам (Восточный Тибет). Там он практиковался в том, чему его обучил Джигме Лингпа. Он жил во впадине у подножья одинокой горы, где не было даже пещеры, чтобы укрыться, а для еды были только лесные растения. Он был безразличен к физическим неудобствам, ибо принял твёрдое решение пренебрегать обыденными заботами и устремляться лишь к достижению полного Просветления.

Постепенно вокруг него стали собираться ученики, которые жили в потрёпанных ветром палатках на склонах горы. Одним из них был молодой Патрул, не менее четырнадцати раз получавший от него наставления, которые содержатся в этой книге. Впоследствии Патрул учился и у других великих учителей того времени, в том числе у

эксцентричного До Кхенце Еше Дордже, который непосредственно ввёл его в природу сознания.

Всю свою жизнь Патрул Ринпоче подражал неизменной непритязательности своего учителя. Хотя он был в детстве признан перерождённым ламой, или тулку (его имя является сокращением от Палгье Тулку), и, по обычаям, должен был бы занять видное место в монастырской иерархии, он кочевал с места на место, одевшись, как простой нищий, и проводил ночи под открытым небом. Если ему подавали золотую или серебряную монету, он оставлял её на земле, считая, что богатство приносит только беды.

Даже став известным учителем, он обычно путешествовал инкогнито и жил всё так же просто и непритязательно. Существует даже рассказ о том, как во время одного путешествия он встретил ламу и тот, подумав, что этому доброму малому будет полезно такое замечательное Учение, посвятил его в этот самый текст о предварительных упражнениях к Лонгчен ньянгтиг. В другой раз он путешествовал с бедной вдовой, помогая ей готовить еду и ухаживать за детьми, которых он носил на спине. Когда они добрались до места назначения, Патрул Ринпоче отлучился, сказав, что у него есть важное дело. А женщина, прослышав, что в монастыре будет давать наставления великий Патрул Ринпоче, пошла туда, чтобы на него посмотреть, и к своему удивлению обнаружила, что на возвышении сидит и даёт наставления большому числу людей её спутник. По окончании проповеди Патрул Ринпоче попросил, чтобы все сделанные ему подношения отдали этой вдове.

Он был чрезвычайно приветлив со своими учениками, но и чрезвычайно требователен к ним. Он относился совершенно одинаково как к нищим, так и к вельможам.

Во всех ситуациях его единственной заботой было благо других; и он всегда, невзирая на мирские условности, говорил лишь то, что считал наиболее целесообразным.

Этапы практики.

Сочинение Слова моего несравненного учителя принадлежит к классу литературы, известной как "письменные руководства" (khrīd yig), которые иллюстрируют и дополняют устные наставления, необходимые для понимания текста медитации. В данном случае текст, о котором идёт речь, – это предварительная практика к Сокровенной сущности Безбрежного простора.

Цикл наставлений к Сокровенной сущности Безбрежного простора, который Лонгченпа передал Джигме Лингпе, стал в школе Ньингма одним из наиболее широко практикуемых текстов такого рода. Он содержит в полном объёме путь Ваджраяны в такой последовательности: начальным этапом является предварительная практика (sngon 'gro); а за ней следует основная практика (dngos gzhi), состоящая из трёх частей: этап развития (bskyed gim), этап завершения (rdzogs gim) и Великое Совершенство (rdzogs pa chen po).

Предварительная практика включает два раздела, внешний и внутренний; наш текст делится соответственно на две части. Первый раздел, внешние или общие предварительные упражнения, включает: 1) свободы и преимущества, которые даёт нам драгоценная человеческая жизнь; 2) преходящность; 3) страдания в сансаре; 4) карму как закон причины и следствия, который распространяется на все наши действия; 5) блага освобождения и 6) как следовать духовному учителю. Эти аспекты существенны, ибо дают надлежащее представление об основных ценностях буддизма.

Они носят общий характер, поскольку закладывают основы буддизма в целом. В размышлениях, предлагаемых в этом разделе, могут практиковаться все, как буддисты, так и не-буддисты. Второй раздел – внутренние предварительные упражнения – включает следующее: 1) принятие Прибежища с целью обрести полное доверие к Будде, Дхарме (его Учению) и Сангхе (Общине); в этом заключается сущность принимаемого на себя в буддизме обязательства, общего для всех традиций; 2) порождение бодхичитты, "сознания Просветления», – это отношение безусловной любви и сострадания в сочетании со стремлением привести всех существ к полной свободе является основанием Махаяны; 3) медитация о Ваджрасаттве и чтение его мантры с целью устранить следствия своих негативных действий в прошлом; 4) поднесение мандалы с целью накопить энергию, необходимую для продвижения по пути; в этих упражнениях очищения и накопления широко используются характерная для Ваджраяны техника визуализации и чтение мантр; 5) гуру-йога, слияние нашего сознания с сознанием учителя; эта практика, в основе которой лежит полнота и чистота связи между учителем и учеником, является в Ваджраяне центральной.

Третий, дополнительный раздел в составе предварительной практики к Сокровенной сущности Безбрежного простора посвящён практике пхова или переносу сознания – быстрому методу, который позволяет тому, кто не достиг конца пути, обрести Освобождение в момент смерти.

Чтобы практиковаться в упражнениях второго и третьего разделов, необходимо руководство квалифицированного учителя. Вообще говоря, это рекомендуется при

выполнении любых духовных упражнений. В до коммунистическом Тибете почти все тибетцы считали себя буддистами и стремились соблюдать этику буддизма, делать подношения и читать некоторое количество молитв и мантр. Это в основном остаётся в силе даже и в нынешнем оккупированном Тибете. Буддисты в широком смысле называются по-тибетски pang ra (те, кто внутри /буддизма/). А те, кто намерен активно следовать по духовному пути, называются chos ra (люди, преданные Дхарме). Именно эти последние практикуются в упомянутых упражнениях, обычно повторяя каждое из них по сто тысяч раз; но при этом часто повторяются также и другие тексты и упражнения.

Затем идёт основная практика, которая включает этап развития, этап завершения и заканчивается Великим Совершенством. В тибетской традиции принято тщательно описывать все этапы внутреннего пути. Для каждого этапа практики существуют устные наставления и письменные комментарии. Ваджраяна – наука о сознании; и опытному учителю известны значение каждого переживания и те меры, которые следует принимать в случае той или иной ошибки. В данном тексте не рассматриваются детали основной практики, но мы дадим здесь краткий, панорамный её обзор, чтобы создать некоторое представление о том, в каком направлении мы движемся после завершения предварительной практики.

Предварительные практики.

Внешние предварительные практики включают четыре медитации, позволяющие отвернуться от сансары.

Внутренние предварительные практики – это 1) принятие Прибежища, 2) бодхичитта, 3)очистительная практика Ваджрасаттвы, 4) накопление заслуг через подношение мандалы и т. п., 5) гуру-йога. Иногда сюда добавляются дополнительные элементы, как, например, в Сокровенной сущности Безбрежного простора. Ритуальный текст может быть длинным или коротким. Но это только общая структура.

Этап порождения.

Находясь на этапе порождения, мы учимся развивать просветлённое видение мира, представляя себя Буддой, а своё окружение – как чистую землю Будды и читая при этом соответствующие мантры. Вначале этот процесс является искусственным, непонятным и

как бы надуманным, однако визуализация соответствует опыту видения просветлённых существ. Освоив эти новые навыки восприятия, можно ослабить старые, приобретённые в результате обычного восприятия, в основе которого лежат неведение и эмоциональные тенденции, и таким образом соприкоснуться с более утончённым уровнем опыта. Тренировки в ходе этой практики представляют собой садханы, ритуальные тексты которых бывают нередко весьма поэтичными.

Этап завершения.

После того, как чистое видение становится живым опытом, процесс переходит в стадию завершения, где при помощи различных видов йоги, имеющих дело с тонкими энергиями тела, практика переносится на более внутренний уровень.

Великое Совершенство (Дзогчен).

На этапах развития и завершения – при помощи переживаний, служащих указанием на высшую природу сознания – приобретается некоторое иллюстративное знание (*dre'i ye shes*). В Дзогчене (Великом Совершенстве) природа сознания бывает предъявлена учителем прямо и без предварительной подготовки. Это непосредственное постижение природы Будды в опыте. Последующая практика состоит в основном в том, чтобы освоиться с этим опытом восприятия и как можно больше его развивать и расширять. Таким образом постигается истинное или абсолютное знание (*don gyi ye shes*), приобретается прямой опыт восприятия абсолютной истины.

В некотором смысле, каждый уровень практики строится на основе предыдущего; и в то же время он снимает всё новые слои заблуждения, всё более обнажая и раскрывая реальность. Каждая практика является также и завершённым в самом себе путём, который – для тех, кто обладает достаточной мудростью, чтобы это увидеть – включает в себя все остальные. Даже предварительные упражнения и даже каждая часть предварительных упражнений могут сами по себе представлять законченный путь к Просветлению.

Гуру-йога, в частности, является квинтэссенцией всех путей. Учителя этой традиции часто говорят, что всякая практика должна проводиться в форме гуру-йоги. Полная открытость и преданность просветлённому учителю – наиболее верный и скорый путь для продвижения вперёд.

Патрул Ринпоче подчёркивает огромную важность духовного учителя в самом заглавии книги Kunzang Lama'i Shellung, которое мы перевели как Слова моего несравненного учителя. Kunzang означает «совершенный во всём», «неизменно совершенный». Это сокращённая форма от Kun tu bzang po (на санскрите Samantabhadra) – первозданный Будда, исток всех традиций. Иконографически Кунтузангпо изображается как обнажённый Будда небесного тёмно-синего цвета. Это, однако, символическое изображение не отдельной личности, а самой природы Будды, неизменной чистоты сознания, которая является исконной природой всех существ. Обычно эта природа скрыта; и только учитель, постигший её сам, может подвести нас к раскрытию в себе этой природы во всём её первозданном великолепии. Лама буквально значит «нет ничего выше». Тибетское лама соответствует индийскому гуру. Оба слова в разговорном языке употребляются слишком часто; однако для нас, как подчёркивает Патрул Ринпоче, духовный учитель – это сам Будда. Он даёт посвящения, переданные нам от Будд прошлого, воплощает для нас Будд настоящего и через свои наставления связывает нас с Буддами будущего. Патрул Ринпоче говорит, что, в известном смысле, гуру-йога превосходит этапы развития и завершения, потому что через благословения учителя она открывает прямой путь к абсолютной мудрости. Шеллунг означает буквально «устные наставления» и указывает на то, что эти наставления были получены прямо из уст Патрула Ринпоче.

Это суть устные наставления, переданные по линии Сокровенной сущности Безбрежного простора, которые затем были записаны.

Истоки этого перевода.

С VIII века до настоящего времени тибетцы сохранили в первоначальном виде все аспекты индийского буддизма. Это было, однако, не просто статическое сохранение священных сокровищ. Для лучших умов Тибета Дхарма Будды была в течение веков основным объектом их интересов, что привело к возникновению исключительно богатой духовной, философской, поэтической и научной литературы, а также породило несравненные, великолепные образцы художественного и архитектурного творчества. Тибетцы использовали буддизм главным образом по его прямому назначению, то есть как инструмент для трансформации человеческого сознания; и тысячи практикующих – знаменитые учителя и безвестные йоги – смогли достичь своей конечной цели. Можно подумать, что слава Тибета идёт из его далёкого прошлого и что последние века были

периодом упадка, но это не соответствует действительности. На самом деле, каждый век – в том числе и наше столетие – и каждое поколение внесли свой вклад в список духовных гигантов. XIX век, к примеру, был своего рода возрождением. Патрул Ринпоче принадлежал к несектантскому (rigs med) движению, основателями которого были Джамьян Кхенце Вангпо, Джамгон Конгтрул и другие великие учителя, которые намеревались, беспристрастно изучая и преподавая сложившиеся в различных школах разновидности буддизма, разрушить тем самым воздвигнутые между ними барьеры. Этот дух сотрудничества жив и в наши дни. Мы находим его, к примеру, у Его Святейшества Далай-ламы; он был также присущ покойному Дилго Кхенце Ринпоче, который был воплощением Джамьяна Кхенце Вангпо. Дилго Кхенце Ринпоче, как и Патрул Ринпоче, был родом из Восточного Тибета. Он провёл двадцать лет своей жизни, медитируя в уединении и почти всегда в условиях максимальной непритязательности. Он учился у многих великих учителей и даже знал в юности некоторых учеников самого Патрула Ринпоче. После ужасного опустошения Тибета в пятидесятых и шестидесятых годах нашего столетия он неустанно трудился, стремясь разыскать, сохранить и воспроизвести утраченные тексты; создавал монастырские общины в эмиграции и, главным образом, обучал и вдохновлял молодое поколение. Он считал Патрула Ринпоче идеальным последователем Дзочена и потому поощрял и оказывал помощь при переводе этого текста, который он считал непревзойдённым руководством для вступающих на путь буддизма.

Перевод этого текста выполнен строго в рамках традиции. В известном смысле, у этого текста сложилась своя собственная родословная: Дюджом Ринпоче, Дилго Кхенце Ринпоче, Кангьюр Ринпоче, Ньюшул Кхенпо Ринпоче и другие ламы, которые давали устные наставления к атому тексту и в процессе перевода разъясняли трудные пассажи. Все они являются просветлёнными хранителями учения Патрула Ринпоче.

Хотя дословный перевод текста вызывает у тибетцев уважение, мы полагаем, что такие переводы часто без необходимости превращают идеи, вполне ясные и осмысленные по-тибетски, в смутные и даже звучащие странно на другом языке. Поэтому в нашем варианте текста мы старались быть точными при переводе технических терминов, но стремились сохранять не столько слова, сколько атмосферу и стиль исходного текста и передавать смысл целого в естественных выражениях; иными словами, мы сохраняли, по возможности, верность языку оригинала, однако не за счёт утраты ясности и естественности текста в целом.

Некоторые короткие объяснения, которые, как мы полагали, будут полезны многим читателям, приводятся в форме постраничных сносок. Кроме того, текст сопровождается

большим количеством примечаний. Хотя ряд из них представляет интерес не для всех читателей, мы всё же сочли важным сохранить их, ибо они содержат комментарии, взятые из заметок учеников Патрула Ринпоче, а также разъяснения трудных мест текста, сделанные Дилго Кхенце Ринпоче и другими выдающимися учителями. Эти примечания помогут читателю избежать наиболее частых ошибочных представлений о ряде идей в буддизме. А тем практикующим, которые имеют предварительное знание в этой области, эти комментарии помогут глубже проникнуть в содержание книги.

Краткое историческое введение в тибетский буддизм.

Гаутама Будда родился на севере Индии в V веке до н.э. Он был сыном правителя и воспитывался как наследный принц. Его рождение и юность были исключительными, и с самого начала было очевидно, что принцу Сиддхартхе суждено стать необыкновенной личностью. Первые годы его жизни прошли в дворцовой роскоши, без забот и тревог, и он превосходил всех и в атлетических состязаниях, и в учёбе.

Однако вскоре он стал сомневаться в ценностях такой мирской жизни. Он покинул дворец отца в поисках более осмысленной жизни и прошёл курс занятий у ряда наиболее признанных учителей по философии и медитации. Устремлённость его поиска была столь велика, что он в скором времени освоил самые высокие духовные знания, какие были способны предложить ему эти учителя, но это его не удовлетворяло. Годы суровой аскетической практики показали ему, что ни один из этих методов не мог вывести его за пределы обусловленного существования. Он решил продолжать поиск в одиночку и в конечном итоге обрёл Просветление – в том месте, которое именуется теперь Бодх-Гая. То, что он открыл, было столь глубоко и необъятно, что сначала он никому не хотел этого раскрывать, опасаясь, что никто не сможет этого понять. Однако через некоторое время он стал учить и вскоре привлёк большое число последователей, многие из которых достигли в медитации высокого уровня постижения.

Люди, которые приходили к Будде, чтобы получить наставления и практиковаться, идя его путём, были столь различны, что потребовалось соответствующее многообразие в способах обучения, так что отдельные личности и группы людей получали различные наставления в соответствии с их темпераментами и интеллектуальными способностями.

Все наставления, которые Будда дал в течение своей жизни, могут быть поделены, в общем, на три группы:

1. Наставления, которые в конечном счёте были собраны в палийском Каноне и составили основу того, что сегодня известно как Тхеравада, в которой главное внимание обращается на моральную дисциплину и вопросы этики.

2. Наставления Большой колесницы или Махаяны, в которой во главу угла ставится сострадание и любовь к другим.

3. Тантрические наставления Ваджраяны или колесницы Тайных мантр, в которой используется огромное разнообразие умелых средств с целью добиться высоких свершений в сравнительно короткое время. Эти последние наставления Будда давал лишь в очень немногих случаях; однако он предсказал, что это учение получит распространение в последующие времена, чему будут содействовать другие просветлённые существа. Поэтому Ваджраяна является частью буддизма в не меньшей мере, чем другие две колесницы.

После смерти Будды расхождения между его различными наставлениями всё более углублялись, по мере того как возникали различные школы и традиции. Так, к примеру, нынешняя традиция Тхеравады, которая ведёт своё начало от одной группы учеников Будды, сначала размежевалась на ряд отдельных групп, а впоследствии разветвилась на восемнадцать различных школ. Также и Махаяна разделилась на ряд традиций, каждая со своими тонкими философскими отличиями. Равным образом и в Ваджраяне существует необозримое множество подходов, хотя в большинстве случаев та или иная практика первоначально преподавалась только одному человеку.

В последующие века эти различные традиции постепенно получили распространение во всей Индии и за её пределами; и таким образом буддизм расширил своё влияние на большую часть Центральной, Восточной и Южной Азии и достиг даже Индонезии. Некоторые направления были потеряны; другие слились, образовав новые формы буддизма. В XIII веке приход ислама и политические изменения в индийском обществе привели к тому, что Дхарма Будды не удержалась в земле её зарождения и буддизм был сохранён на других территориях: Тхеравада – в Шри-Ланке, Бирме, Таиланде и Камбодже; Большая колесница – в Китае, Японии, Корее и Индокитае; Ваджраяна, в основном, в Тибете. Тибету выпала двойная удача. Это не только одна из немногих стран, где всё ещё практикуется Ваджраяна, но также и единственная страна, куда были переданы и где полностью сохранились наставления всех трёх колесниц.

На протяжении веков, во всех четырёх ныне существующих школах буддизма, Учение Будды в его ответвлениях передавалось от учителя к ученику по многочисленным линиям передачи, которые образовали четыре школы тибетского буддизма. Те, кто стоял в этих линиях передачи, были не просто учёные эрудиты, изучившие полученные ими

наставления, но также и полностью самореализовавшиеся индивидуумы, которые практиковались и приобретали мастерство в том знании, которое они получали. Таким образом, они обладали высокой квалификацией, необходимой для того, чтобы передавать наставления своим ученикам.

Из этих четырёх школ именно Ньингма, название которой происходит от тибетского слова «старый», продолжает традицию, введённую первоначально в VIII веке такими выдающимися учителями из Индии, как Шантаракшита, Вималамитра и Падмасамбхава (последнего тибетцы зовут Гуру Ринпоче, то есть «Драгоценный Учитель»), а затем продолженную такими просветлёнными учителями, как Лонгченпа, Джигме Лингпа и Джамьян Кхенце Вангпо. Линии передачи, которые впоследствии перешли в остальные три главные школы – Кагьюпа, Сакьяпа и Гелугпа, – были введены в Тибете после X века, вслед за попыткой тогдашнего правителя, противника буддизма, уничтожить в Тибете Дхарму. Подобно тому как в других частях Азии были приняты различные формы буддизма, для того чтобы удовлетворить потребности разных людей и культур, так и каждая из этих четырёх школ обязана своим существованием и развитием широкой гамме ситуаций – исторических, географических и даже политических, которые, словно призма, расщепили свет Учения Будды в многогранный спектр традиций и линий передачи. К сожалению, некоторые буддисты забывали, что этот свет идёт из одного источника, и, как и в других больших религиях, сектантские разногласия порой затмевают истинный смысл буддизма.

Наставления, сохранённые в линиях передачи тибетского буддизма, сберегаются в обильной священной литературе этой традиции. В Кагьюре, насчитывающем более ста томов, содержатся писания, относящиеся ко времени самого Будды. Кагьюр подразделяется на Винаю, где трактуются вопросы дисциплины и этики; Сутры, трактующие вопросы, связанные с медитацией; и Абхидхарму, охватывающую вопросы буддийской философии. Многочисленные комментарии на эти и другие значительные буддийские сочинения, появившиеся в более позднее время, составляют двести томов Тэнгьюра. Кагьюр и Тэнгьюр, переведённые, по большей части, с санскрита, составляют тибетский буддийский Канон. Кроме того, существует большое количество других сочинений: наставления, принесённые, начиная с VIII века, в Тибет из Индии (в том числе множество наставлений, относящихся к Ваджраяне), а также бесчисленные комментарии в рамках трёх колесниц, написанные выдающимися тибетскими учителями.

Широкая гамма буддийских наставлений может быть, впрочем, суммирована в рамках Четырёх Благородных Истин, которые Будда сформулировал вскоре после того, как обрёл Просветление.

Первая Истина указывает на то, что наше обусловленное существование никогда не свободно от страдания и никогда не приносит удовлетворения. Всякое счастье, которое мы испытываем, непостоянно и со временем сменяется новым страданием.

Причина этого, как объясняется во второй Истине, состоит в том, что все наши дела, слова и мысли влекут за собой следствия, которые мы должны испытать в этой, либо в последующих жизнях. Новое рождение – это, фактически, следствие наших действий; а те условия, в которых мы рождаемся в новой жизни, прямо зависят от действий, совершенных в предыдущей жизни, и, главное, от наших побуждений и того отношения, с которым мы их совершали. Именно поэтому, в соответствии с принципом причины и следствия, иные люди остаются всю жизнь бедными, сколько бы они ни старались разбогатеть; а у других есть всё, о чём можно мечтать, хотя они ничего для этого не сделали. Вторая Истина также указывает, что омрачения, такие как ненависть, привязанность, гордыня, зависть и, особенно, лежащее в основе всех остальных омрачений неведение, являются скрытой причиной наших действий. Неведение проявляется не только в неумении разумно поступать в повседневной жизни. Речь идёт о коренном неведении, которое отражается на нашем восприятии существования и которое постоянно держит нас в тисках веры в самосущее существование «я» и окружающего нас мира. Поскольку наши действия нескончаемы, также не имеет предела и наше непрерывное перерождение в рамках обусловленного существования.

Это наше бесконечное круговращение может быть остановлено, только лишь если мы перестанем действовать с позиции неведения. Именно это показывает третья Истина, в которой речь идёт о прекращении страдания и об освобождении от обусловленного существования. В четвёртой Истине говорится о том, каким образом это может быть достигнуто. Необходимо, прежде всего, целенаправленно накапливать позитивные действия, такие как почитание Будды, Дхармы и Сангхи, а также делать им подношения, проявлять щедрость и т. п. С другой стороны, прямой способ искоренить неведение, являющееся причиной страдания, – это медитация.

Практикующий, который идёт этим путём, но думает лишь о собственном освобождении, может подняться до уровня архата – того, кто поборол омрачения. Но это ещё не полное Просветление. Лишь те, кого побуждает стремление добиться благоденствия и Просветления всех существ, могут достичь несравненного состояния Будды. Практикующие, идущие путём Великой колесницы, в основе которого лежит сострадание, именуются бодхисаттвами. Бодхисаттва, который к тому же практикует глубокие наставления и умелые средства Ваджраяны, может достичь полного Просветления за короткий отрезок времени.

Будда создал при жизни общину монахов и монахинь, которые обеспечивали сохранение и продолжение его Учения. Это никоим образом не исключает мирян из числа подлинных продолжателей Учения. Подтверждением этого является Тибет, где начиная с VIII века буддийская община включала в свой состав, с одной стороны, обширную монашескую общину, а с другой – сильную группу практикующих мирян*.

* «Община безбрачных в красных одеяниях» (rab byung ngur smrigs sde) и «община тех, кто с заплетёнными волосами в белых одеяниях» (gos dkar lchang lo can kyi sde).

Среди последних были и йоги, и семейные люди. Многие из них, казалось, жили обыденной жизнью; но, на самом деле, они шли глубоким духовным путём, в конце которого обретали полное Просветление.

В традиции Ньингмапа принятие монашеского сана считается очень полезным для практики, но отнюдь не единственным путём для прогресса в медитации. Это может воодушевить тех, кто серьёзно хочет применить учения на практике, но не способен к монашескому образу жизни.

Альберт Эйнштейн как-то отметил, что буддизм, по его мнению, – традиция, которая удовлетворяет критериям, которые он считает необходимыми для духовного пути в XX столетии. Современные физики приходят сейчас к выводам, близким к идеям, излагавшимся Буддой две с половиной тысячи лет назад. Хотя привлекательность материализма оказала отрицательное влияние на традиционную духовную жизнь во всей Азии, на Западе растёт число людей, проявляющих интерес к возможностям, открывающимся при изучении и практике буддизма.

Когда политические изменения, произошедшие в Тибете в пятидесятые годы XX века, поставили под угрозу сохранность линий передачи буддизма, многие квалифицированные ламы, которые не только получили от своих учителей подлинную передачу знания, но также благодаря изучению и медитации обрели полное осознание и постижение этого знания, постарались сохранить его, переправив в Индию. Одновременно некоторые люди с Запада, путешествовавшие по Индии, почувствовали интерес к этим ламам и их духовному наследию.

Поскольку Гуру Ринпоче говорил, что из всех учений Будды именно Ваджраяна будет наиболее эффективна и сильна для тех, кто живёт во время небывалого усиления эмоций, многие учителя почувствовали, что эти учения следует предоставить Западу. Ваджраяна особенно гибка и применима ко всякого рода ситуациям, в которых

оказываются современные люди, и в настоящее время преподаётся, не теряя своей традиционной формы, широкому кругу людей по всему миру.

СЛОВА МОЕГО НЕСРАВНЕННОГО УЧИТЕЛЯ.

Руководство для предварительных практик «Сокровенной сущности Безбрежного простора» традиции Великого Совершенства.

ПРОЛОГ.

*Я преклоняюсь перед вами, почтенные учителя,
Чьё состраданье безгранично, бесконечно!*

*Будды, передававшие знание прямо через сознание;
Видьядхары линии передачи через символы
И наиболее удачливые из людей,
Достигшие двух целей под началом Просветлённых –
Учители трёх линий передачи, –
В почтении пред вами простираюсь.*

*В пространстве, где исчерпаны явления,
Реализовал ты мудрость дхармакаи;
И в ясном свете как в пространстве пустоты
Узрел ты земли чистые самбхогакаи;
Чтоб действовать на благо всех существ,
Явился перед ними в обличье нирманакаи.
Всеведущий владыка Дхармы – Лонгченпа,
В почтении перед тобою простираюсь.*

*Ты мудростью узрел природу – таковость всего, что постижимо;
Ты светом сострадательной любви существ ведомых озарил;
Ты прояснил глубокий путь – учение Вершинной колесницы.*

*О, видхьядхара – держатель знания Джигме Лингпа,
В почтении перед тобою простираюсь.*

*Обретши полномочье-посвящение от Авалокитешвары,
Явившегося в облике духовного учителя.*

Ты всем открыл, кто слушал, путь к Освобождению;

Твои деяния на благо всех ведомых – без границ.

О, мой добросердечный коренной учитель,

В почтении перед тобою простираюсь.

Писания всеведущего Лонгченны содержат в полноте ученья Будды –

Суть наставлений, как за жизнь одну стать Буддой;

О вводных практиках пути: обычных, или «внешних» и «внутренних» (особых), –

И, в дополнение, совет про переноса путь прямой.*

Да благословят меня и Будды, и учителя, чтоб смочь

Всё точно изложить, как я их помню,

Легко доступные для понимания,

До удивления глубокие, но ясные, однако,

Бесценные непогрешимые слова

Того учителя, которому нет равных.

Эта подлинная запись наставлений моего несравненного учителя о внешних, или общих, предварительных практиках и внутренних практиках Лонгчен ньянгтиг – Сокровенной сущности Безбрежного простора Великого Совершенства поделена на три части: общие, или внешние, предварительные практики и особые, или внутренние, предварительные практики; и, как часть основной практики, описание быстрого пути переноса сознания.

* Тиб.: 'rho ba – пхова, букв.: перенос. Подразумевается метод переноса сознания умирающего в чистые земли Будд.

Часть первая.

ОБЩИЕ, ИЛИ ВНЕШНИЕ, ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ.

Как трудно обрести свободы и преимущества.

Преходящность жизни.

Пороки сансары.

Карма, закон причины и следствия. Блага обретения свободы.

Как следовать духовному другу.



Джамьян Кхенце Вангпо (1820-1892).

Первый Кхенце и один из главных хранителей учения о Сокровенной сущности Безбрежного простора. Он был одним из зачинателей экуменического движения, в рамках которого учения всех традиций тибетского буддизма изучаются с равным беспристрастием. Это породило в Тибете своеобразный духовный Ренессанс. Сам Джамьян Кхенце Вангпо спас многие учения в линиях передачи, которым грозило полное исчезновение.

Глава первая.

КАК ТРУДНО ОБРЕСТИ СВОБОДЫ И ПРЕИМУЩЕСТВА.

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

I. Надлежащий способ слушать наставления учителя.

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

1. Надлежащий подход.

Надлежащий подход сочетает в себе величие установки – бодхичитты, сознания Пробуждения, и величие освоения метода Тайной мантраяны.

1.1. Великая установка – мотивация бодхичитты.

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

Все эти существа, которые были так добры к нам, хотят быть счастливыми, однако им неведомо, как действовать сообразно тому, что приносит счастье, то есть придерживаться десяти благих действий. Никто из них не желает страдать, но они не знают, как отбросить те десять неблагих действий, которые лежат в основе всякого страдания. Таким образом, их действия вступают в противоречие с самыми их сокровенными желаниями.

Эти несчастные, потерянные и заблудшие существа подобны слепцу, оставленному в одиночестве в открытом поле. Скажите себе: «Я буду слушать исполненное глубокого смысла Учение и практиковать его ради блага всех этих существ. Я поведу их, моих бывших родителей, истерзанных страданиями в шести сферах существования, ко Всеведению состояния Будды и таким образом освобожу их от кармических следствий, моделей привычного поведения и страданий в шести сферах существования». Важно всегда слушать слова Учения и осуществлять его на практике, памятуя об этом. Когда вы совершаете что-либо положительное, будь то большое или малое, необходимо усилить его, прибегнув к трём непревзойдённым приёмам. Перед тем как совершить это действие, в качестве искусного метода породите бодхичитту; это даст вам уверенность, что ваше действие будет в будущем источником блага. Совершая действие, стремитесь воздержаться от каких-либо концептуализации¹, чтобы не зачеркнуть его заслуги привходящими обстоятельствами². В конце завершите действие надлежащим посвящением заслуг, которые в силу этого будут непрестанно расти и множиться³.

Очень важно то, как вы слушаете Учение. Но ещё существеннее мотивация, с какой вы его слушаете.

Что превращает действие в благое или неблагое?

Не то, чем оно кажется, не то, сколь велико оно или мало,

Но стоящие за ним благие либо неблагие мотивы.

Сколько бы учений вы ни прослушали, но, если вы руководствуетесь низменными побуждениями, такими как желание обрести величие, славу и тому подобное, ваши действия не являются истинно дхармическими. Итак, весьма важно прежде всего разобраться в себе и изменить свои устремления. Если вы сумеете изменить своё отношение к вещам, ваши благие действия проникнутся искусным методом, и вы, тем самым, вступите на путь великих. Если же вы не сможете этого сделать, ваши занятия Дхармой и практика Учения будут лишь видимостью подлинного Пути. Поэтому, когда вы слушаете Учение и когда практикуете его – будь то созерцание божества, простираения, обход посолонь или чтение мантры, даже если это всего лишь одна мантра мани, – следует всегда сначала породить в себе мотивацию бодхичитты.

1.2. Великий метод – мотивация Тайной мантраяны.

Вот как характеризуется Тайная мантраяна в Светильнике трёх методов:

Она ведёт к той же цели, но не таит неясности⁴,
Она богата методами, но не чревата трудностями⁵.
Она для тех, кто одарён острыми способностями⁶.
Колесница Мантр возвышенна и велика.

К Мантраяне ведёт множество путей. В ней много методов для накопления заслуг и роста мудрости и много глубоких искусных средств, позволяющих без особых усилий раскрыть потенциальные возможности⁷. В основе своей эти методы служат тому, чтобы направлять наши устремления, ибо

Всё является условным,
Поэтому всецело зависит от наших устремлений.

Не рассматривайте то место, где преподаётся Дхарма, учителя, Учение и т. д. как нечто обыденное и нечистое. Слушая Учение, постоянно помните о пяти совершенствах:

Совершенство места: это – дворец абсолютного простора, именуемый Акаништха – Непревзойдённый.

Совершенный учитель: это – Самантабхра, дхармакая. Совершенное сообщество: это бодхисаттвы и божества в мужских и женских обликах⁸, из линии прямой передачи знания Победителей и символической передачи знания видьядхар.

Или же можете думать, что место, где преподаётся Дхарма, – это светозарный Лotosовый дворец на славной Медной горе, а что учитель – это Падмасамбхава из Уддияны, а мы сами, слушатели, – восемь видьядхар, знаменитых двадцать пять учеников, даки и дакини.

Или можете представить, что это несравненное место есть не что иное, как поле Будды на востоке, Воплощение радости, где несравненный учитель Ваджрасаттва, идеальный самбхогакая, обучает собрание божеств из семейства ваджры и бодхисаттв в мужских и женских обликах.

Точно так же несравненное место, где преподаётся Дхарма, можно представить себе как поле Будды на западе – оплот блаженства; идеального учителя – как Будду

Амитабху, а его слушателей – как собрание бодхисаттв в мужском и женском образе и божеств из семейства лотоса.

В каждом из случаев Учение – это Великая колесница, а время – бесконечно извечно вращающееся колесо.

Эти визуализации⁹ помогают понять истинную природу вещей. Мы отнюдь не создаём ничего такого временного, чего на самом деле не существует.

Учитель воплощает в себе сущность всех Будд всех трёх времён. Он соединяет в себе три драгоценности: его тело – это Сангха, его речь – это Дхарма, его сознание – это Будда. Он соединяет в себе три корня: его тело – это учитель, его речь – это йидам, его сознание – это дакини. Он соединяет в себе три тела (санскр.: кая): его тело – это нирманакая, его речь – это самбхогакая, его сознание – это дхармакая. Он – воплощение всех Будд прошлого, источник всех Будд будущего и представитель всех Будд настоящего. Поскольку он принимает свои ученики таких деградировавших существ, как мы, которым ни один из тысячи Будд Благой калпы¹⁰ не мог бы помочь, он превосходит всех Будд добротой и состраданием.

Учитель – это Будда, учитель – это Дхарма,

Учитель – это равно так же Сангха.

Учитель – тот, кто всё осуществляет.

Учитель суть всеславный Ваджрадхара.

Мы, собравшиеся слушать Учение, используем в качестве исходного основания нашу собственную природу Будды, в качестве опоры – наше драгоценное человеческое существование, в качестве благоприятного обстоятельства – то, что мы обрели духовного друга, и в качестве метода – готовность следовать его наставлениям и стать Буддами будущего. Как говорится в тантре Хеваджры:

Все существа являются Буддами,

Это, однако, скрыто под чужеродным налётом.

Когда этот налёт будет снят, их природа Будды раскроется.

2. Поведение.

Надлежащее поведение описывается как то, что следует делать и чего следует избегать.

2.1. Чего следует избегать.

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

2.1.1. Три дефекта сосуда.

Не слушать того, что говорится, значит уподобиться сосуду, перевёрнутому вверх дном. Не быть в состоянии удержать то, что слышишь, значит уподобиться дырявому сосуду. Примешивать к тому, что слышишь, омрачающие эмоции подобно тому, как пользоваться сосудом, в котором содержится яд.

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

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

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

Слушай наставления, как олень, внимающий музыке;

Когда ты их осмысляешь, будь, как северянин, стригущий овец*;

В медитации их созерцай, как немой смакует еду**;
Практикуй, как голодный як пережёвывает траву;
Обретай их плоды, как солнце, что освобождается из-за туч.

* То есть методично, последовательно, не отвлекаясь.

** Немой может вкушать, но не способен описать вкус. Подобным образом, вкус истинной медитации – за пределами словесного описания.

Слушая наставления, следует уподобиться оленю, который так захвачен звуками вины, что не замечает спрятавшегося охотника, готового выпустить отравленную стрелу. Сложи молитвенно руки и слушай, не позволяя никаким другим мыслям увести тебя в сторону, и почувствуй, как всё твоё тело охватывает дрожь напряжения, а глаза увлажняются слезами. Будет неправильным, если, слушая Учение, ты присутствуешь только лишь физически, в то время как твоё сознание пребывает в мыслях вовне, открыв двери для пустой и бессмысленной болтовни, а язык и глаза блуждают. Когда слушаешь Учение, следует прекратить даже читать молитвы, повторять мантры или выполнять другие достойные похвалы упражнения. Важно также, прослушав наставления так, как было описано выше, удержать их в памяти и постоянно применять на практике. Ибо, как сказал сам Великий Мудрец (то есть Будда. – *Ред.*):

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

Учитель даёт ученику наставления, объясняя, как слушать Дхарму и как претворять её в жизнь; как отбросить неблагие действия, как совершать благие и как практиковать. Ученик же должен заботиться о том, чтобы помнить все эти наставления, ничего не упуская; чтобы применять их на практике и чтобы добиться желаемых результатов. Если слушать Дхарму, но не запоминать, некоторая польза будет, а если не понимать хоть бы немного смысл слов Учения, то это равносильно тому, как вовсе не слушать.

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

Когда в согласье с Дхармой Дхарму не практиковать,
То Дхарма делается причиной пагубных перерождений.

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

2.1.2 Шесть загрязнений.

В Хорошо изложенных доводах говорится:

Гордыня, отсутствие веры, отсутствие устремления,
Внешние отвлечения, внутренняя напряжённость,
А также упадок духа – вот шесть загрязнений.

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

Из всех омрачений труднее всего бывает признать гордыню и зависть. Поэтому пристально всматривайся в своё сознание. Если закрадётся мысль, что в повседневной жизни или в духовной практике хотя бы на самую малость превосходишь других или что «я – такой и такой» это сделает тебя слепым к своим недостаткам и глухим к достоинствам других. Поэтому отринь гордыню и всегда считай себя низшим.

Отсутствие веры закрывает доступ к Дхарме. Из четырёх типов веры¹¹ стремись обрести веру необратимую.

Устремление к Дхарме¹² – это основа всех твоих достижений. Стало быть, в зависимости от того, является ли устремление к Дхарме исключительным, средним или ниже среднего, будешь практикующим Дхарму исключительным, средним или ниже среднего. А если совсем нет устремления к Дхарме, то никаких результатов и не будет. Как говорится в пословице:

Хозяина у Дхармы нет. Тут, кто усерднее, тому и достаётся.

Сам наш Учитель Будда преодолевал сотни трудностей ради того, чтобы получить наставления. Однажды для того лишь, чтобы получить наставление в одно четверостишие, он вырезал в своём теле углубления, налил в них масло и воткнул тысячи горящих фитилей. Он прыгал в огненные ямы и вгонял в своё тело тысячи железных гвоздей¹³. Как изречено:

К Дхарме стремитесь до последнего вздоха,
Даже коль жгут вас в огне или режут ножом.

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

Склонность сознания устремляться к объектам шести органов чувств¹⁴ лежит в основе всех иллюзорных явлений в сансаре и является источником всех страданий. Мотылёк сгорает в огне лампы потому, что его зрительное сознание притягивается к формам; олень убивает пуля охотника потому, что его слух прикован к звукам; пчёлы попадают в сети хищных растений потому, что их привлекает запах этих растений; рыба попадает на удочку потому, что её соблазняет вкус наживки; слоны вязнут в трясине потому, что они жаждут соприкосновения с жижей.

Точно так же, когда слушаешь наставления, изучаешь, медитируешь или выполняешь упражнения в Дхарме, важно не поддаваться прошлым склонностям, не предаваться эмоциям относительно будущего и не позволять сиюминутным мыслям отвлекать себя на что-либо постороннее. Как говорит Гьялсе Ринпоче:

Ваши прошлые радости и печали подобны рисункам,
начерченным на воде: От них не останется и следа. Не гоняйтесь за ними.
А если приходят на ум, размышляйте о том,
Как приходят, уходят успех и неудача.
Есть ли что-нибудь, кроме Дхармы,
Чему вы, читающие мани¹⁵, можете доверять?

Ваши будущие проекты и планы – как сети,
Заброшенные в высохшее русло реки:
Они никогда не принесут желаемых результатов.
Так умерьте желания и надежды свои!
А если они приходят на ум, вспомните

О том, что неведомо вам, когда придёт смерть.
Есть ли у вас, истово читающих мани,
Время на что-либо, кроме Дхармы?

Ваша нынешняя работа – как старанья во сне.
Эти усилия никуда не ведут, а значит, не лучше ль
Отбросить их совсем?!

Без привязанности относитесь
Даже к деньгам, добытым честным трудом.
Знайτε же вы, истово читающие мани,
Что всякая деятельность сущности лишена!

Вне медитации учитесь брать под контроль свои мысли,
Что тремя ядами порождены,
До той поры, пока все мысли и явления
Не предстанут пред вами как дхармакая.
Нужно помнить всегда, что это всё непреложно.
И, так памятуя, воли не надо давать
Своим ошибочным мыслям – вам, читающим «Ом-мани».

И также сказано:

Не призывайте будущее. А иначе
Уподобитесь отцу *Славного Месяца*.

Это намёк на рассказ о бедняке, который набрёл на кучу ячменя. Он сложил ячмень в большой мешок, привязал его к стропилу, лёг под ним и предался мечтам. «На этом ячмене, – думал он, – я заработаю много денег. Когда я стану богатым, я заведу себе жену. Она, конечно, подарит мне сына. Как я его назову?» В это время взошёл месяц, и он решил, что назовёт сына Славный Месяц. А тем временем крыса подгрызала верёвку, которой мешок был привязан к стропилу. Верёвка вдруг оборвалась, мешок рухнул на бедняка и убил его.

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

Не перенапрягайся и не суетись, подобно тому медведю дремо, который старается выкопать всех сурков, – в стараниях уловить каждое слово, каждую деталь: схватил одно и тут же забыл, что было перед этим; и так никогда не дойдёшь до сути целого. К тому же слишком усердное сосредоточение навеивает сон. Вместо этого держись середины между слишком большим напряжением и полной расслабленностью.

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

«Когда ты был мирянином, ты ведь хорошо играл на ви'не, правда?» – спросил его Будда.

«О да, я играл очень хорошо»

«Когда твоя ви'на звучала лучше, когда струны были очень расслаблены или очень натянуты?»

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

«То же самое и с твоим сознанием».

Шрона стал медитировать, памятуя об этом совете, и достиг желаемой цели.

Мачик Лабдрон говорит:

Сосредоточен будь и одновременно расслаблен;

Таким быть должен наш подход к воззрению¹⁶.

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

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

Тот факт, что сейчас слушаешь глубокое Учение о Дхарме, является следствием заслуг, накопленных в течение бесчисленной череды кальп. Это подобно тому, как добраться, наконец-то, до еды, которая в прошлой жизни перепала, хорошо если раз в три месяца, а то и реже. А потому слушать надо с радостью и с твёрдой решимостью

вынести жару, холод и любые другие испытания и трудности ради того, чтобы получить эти наставления.

2.1.3. Пять видов ошибок в запоминании Учения.

Необходимо избегать пяти ошибок:

Запоминать слова Учения, но не запомнить смысл;

Или запомнить смысл, но забыть слова;

Или запоминать без пониманья смысла то и это;

Запоминать в ошибочном порядке,

А также – ложным образом запоминать.

Не поступай, как рвущий цветы ребёнок, то есть не придавай слишком большой важности красивым оборотам, не делая даже попыток понять их глубокий смысл. Сами по себе слова никакого блага нашему сознанию не приносят. С другой стороны, нельзя оставить без внимания и манеру изложения, считая, что это всего лишь слова, а значит несущественно. В таком случае, даже уловив глубокий смысл Учения, будешь лишён средств, чтобы выразить этот смысл. Будет утрачена связь между значением и словами¹⁷.

Если запоминать Учение без понимания его различных уровней: имеющих относительное значение, абсолютное значение, аллегорическое значение, – то невозможно будет понять, к чему относятся эти слова в каждом отдельном случае. Это может увести в сторону от подлинной Дхармы.

Если запоминать Учение не в том порядке, то спутаешь последовательность изложения, и эта путаница будет лишь углубляться всякий раз, когда станешь слушать Учение, объяснять его или медитировать о нём. Неправильное запоминание того, что было сказано, породит бесконечно растущее число ложных представлений¹⁸. Это будет разрушительно для сознания и умалит ценность Учения. Избегай всех этих промахов и запоминай все слова, смысл Учения и порядок изложения – надлежащим образом.

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

Итак, обязательным является точное запоминание как слов, так и смысла Учения, притом в правильном порядке, а также чтобы все части его были логически соединены между собой.

2.2. Что следует делать.

Поведение, которого следует придерживаться, когда слушаешь объяснения Учения, – это опора на четыре сравнения, шесть запредельных совершенств и другие образцы поведения.

2.2.1. Опора на четыре метафоры.

В Сутре, устроенной, как древо говорится:

О, благородный, распознай себя больным,
В Дхарме – лекарство распознай,
В своём духовном друге – искусного врача,
В прилежной практике же – путь к выздоровлению.

Мы больны. В этом безбрежном океане, именуемом сансарой, нас с безначальных времён терзают болезни трёх ядов и их последствия – три вида страдания. Когда люди тяжело больны, они обращаются к умелому врачу. Они следуют предписаниям врача, принимают те лекарства, которые он прописал, и делают всё, что в их власти, чтобы излечить болезнь и выздороветь. Таким же образом и нам следует лечиться от болезней кармы, омрачений и страдания, следуя предписаниям своего опытного врача – истинного учителя и принимая лекарство Дхармы.

Быть последователем учителя, но не следовать его советам равносильно тому, как не следовать предписаниям своего врача, что лишает его возможности излечить нашу болезнь. Не принимать лекарство Дхармы, то есть не практиковать Учение, подобно тому, как держать многочисленные рецепты и лекарства у изголовья, но не пользоваться ими. Это не излечит болезнь.

В наши дни слышишь, как люди просят с надеждой: «Учитель, обрати на меня своё сострадание». Они думают, что, хотя и совершили множество ужасных вещей, им вовсе не придётся пожинать плоды содеянного. Они полагают, что из сострадания учитель одним движением забросит их наверх, в небесные сферы. Однако, когда мы говорим, что учитель спасает нас своим состраданием, мы, на самом деле, имеем в виду, что он из доброты принял нас в ученики, что он даёт нам глубокие наставления; открывает нам глаза на то, что надо делать и чего делать не следует; что он указывает нам путь к Освобождению, как

этому учил Победитель. Может ли быть сострадание больше этого! От нас самих зависит, извлечём ли мы пользу из этого сострадания и станем ли мы на путь Освобождения. Сейчас мы обладаем человеческим телом, дающим нам свободы и открывающим большие возможности; мы знаем, что следует делать и чего делать не следует; и то решение, которое мы примем на этом перекрёстке, где у нас есть свобода выбора, станет поворотным пунктом, который определит нашу судьбу в будущем к лучшему или к худшему. Чрезвычайно важно раз и навсегда сделать выбор между сансарой и нирваной и исполнять на практике наставления своего учителя.

Правда, деревенские исполнители ритуалов станут уверять, что и на смертном одре всё ещё есть возможность, так сказать, управлять поводьями, то есть делать выбор, идти вверх или вниз. Но, если ты не овладел Учением, тебя будет неизбежно преследовать яростный вихрь прошлых действий, швыряя, словно беспомощную щепку, в устрашающую тьму и прогоняя сквозь длинный, чреватый ужасами путь промежуточного существования. Бесчисленные слуги Повелителя смерти станут преследовать тебя с криками: «Бей его, бей! Убей, убей!» Как может такая минута, когда некуда бежать и негде скрыться, когда нет прибежища и надежды, когда ты в отчаянии и не знаешь, что делать, стать поворотным пунктом, в котором можно ещё выбирать – идти вверх или вниз?!

Вот что говорит об этом Великий уддиянец:

Когда проводят посвящение для твоего имени на поминальной карточке¹⁹, тогда уж слишком поздно! Сознание блуждает в промежуточном пространстве, точно глупый пёс.

Какие уж тут мысли могут быть о высших сферах!

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

Когда находишься в человеческом облике, позитивные действия имеют значительно большую силу, чем подобные действия других существ. Это позволяет уже в этой жизни вырваться раз и навсегда²⁰ из круговерти рождений. Но и негативные действия имеют большую силу, так что, с другой стороны, определённо можешь создать причину, чтобы никогда уже не освободиться из глубин низших сфер. Поэтому именно теперь, когда встретил учителя – искусного доктора и нашёл Дхарму – этот эликсир, побеждающий смерть, настал тот момент, когда следует претворить в жизнь опору на

четыре сравнения, обратив тем самым полученное Учение в практику и вступив на путь Освобождения.

Вот как описываются в Сокровище достоинств те четыре ошибочных действия, которых следует избегать и которые противостоят упомянутой опоре на четыре сравнения:

Злонравные и мелочные люди
Относятся к гуру как к мускусному оленю:
Извлёкши мускус весь – святую Дхарму,
Они отбрасывают и обет – самую.

Такие люди сравнивают духовного учителя с мускусным оленем, Дхарму – с мускусом, себя – с охотниками, а интенсивная практика для них – это способ убить оленя из лука или поймать его капканом. Они не практикуют Учение, которое было им дано, и не чувствуют благодарности к учителю. В их случае Дхарма – лишь путь к накоплению неблагих действий, которые, подобно жерновам, увлекут их в низшие сферы существования.

2.2.2. Шесть высших, или запредельных, совершенств (парамит).

В Тантре глубокого постижения наставлений к практике Дхармы говорится:

Преподноси цветы, подстилки и прочее – наилучшие подношения,
Содержи своё место в порядке, контролируй своё поведение,
Не причиняй вреда ни одному существу,
Храни искреннюю веру в учителя,
Слушай, не отвлекаясь, его наставления,
Задавай вопросы ему, чтобы развеять сомнения, –
Вот шесть совершенств слушающего Учение.

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

Подготовить место для учителя, разложив на нём подушки, совершить подношение мандалы, преподнести цветы и другие дары – это практика щедрости; убрать грязь и

окропить водой, воздерживаться от каких-либо проявлений неуважения – это практика дисциплины; стремиться не причинять вреда ни одному существу, вплоть до мельчайшего насекомого, и терпеливо переносить жару, холод и другие испытания – это практика терпения; отбросить все неподобающие суждения об учителе и Учении и слушать Учение радостно, с чистосердечной верой – это практика прилежания; слушать наставления Учителя, не отвлекаясь, – это практика сосредоточения; задавать вопросы, чтобы удалить все неясности и сомнения, – это практика мудрости.

2.2.3. Другие образцы поведения.

Все формы неуважительного поведения должны быть отброшены. В Винае говорится следующее:

Не учи тех, у кого нет уважения,
Кто, будучи здоров, покрывает голову,
Кто опирается на трость, прячется под зонтом от солнца
И носит при себе оружие,
А также того, на чьей голове надет тюрбан.

А в Джатаках говорится:

Слушай Дхарму в сосредоточенье,
Явив красоту смирения чувств,
На самом низком сидении сидя,
Смотри сияющим радостью взглядом,
Слова пей, словно нектар.

II. Само Учение: рассуждение о том, как трудно обрести свободы и преимущества.

Главный предмет этого параграфа обсуждается в четырёх разделах: размышления о природе свободы; размышления об особых преимуществах, связанных с Дхармой;

размышления с привлечением примеров, которые показывают, как трудно обрести свободы и преимущества; и размышления с привлечением числовых сравнений.

1. Размышления о природе свободы.

Под «свободой» здесь подразумевается, в общем, возможность практиковать Дхарму и не быть рождённым в одном из восьми состояний, в которых такая возможность исключена. «Отсутствие свободы» относится к восьми состояниям, при которых названная возможность отсутствует.

Быть рождённым в адских сферах или среди голодных духов,
Среди животных, долгожителей-богов,
Среди варваров; последователей ложных взглядов;
Там, где Будды не являлись, или же глухонемым –
Вот восемь состояний, при которых нет свободы.

Те, кто рождён в адских сферах, не имеют возможности практиковать Дхарму, потому что их непрерывно терзают невыносимые жара или холод. Голодные духи не имеют возможности практиковать Дхарму, потому что страдают от голода и жажды.

Животные не имеют возможности практиковать Дхарму, потому что находятся в рабстве и страдают от нападений других животных.

Боги-долгожители не имеют возможности практиковать Дхарму, потому что они постоянно словно в спячке, что закрывает доступ для всякого восприятия²¹.

Те, кто рождён в окраинных землях, не имеют возможности практиковать Дхарму, потому что в тех местах неизвестно Учение Будды.

Те, кто по рождению тиртхика или имеет подобные ложные взгляды, – не имеют возможности практиковать Дхарму, потому что их сознание подверглось влиянию этих ложных верований.

Те, кто рождён во время тёмной калпы, не имеют возможности практиковать Дхарму, потому что они никогда даже не слышали о Трёх Драгоценностях и не умеют отличать добро от зла.

Те, кто родился умственно отсталым, не имеют возможности практиковать Дхарму, поскольку их способности ущербны.

Обитатели трёх низших сфер, которых вследствие их дурных действий в прошлом постоянно терзают жара, холод, голод, жажда и другие страдания, также не имеют возможности практиковать Дхарму.

Под «варварами» понимаются те, кто живёт в тридцати двух окраинных странах, таких как Ло Кхатха, а также все те, кто считает возможным нанесение вреда исповедующим другую веру или кто в силу своих варварских верований видит в убийстве благо. Эти люди, расселившиеся на отдалённых землях, имеют человеческий облик, однако их сознание устроено так, что они не в состоянии воспринимать Дхарму. Унаследовав от своих предков такие извращённые обычаи, как, например, жениться на собственной матери, они ведут жизнь, прямо противоположную Дхарме. Поскольку они уничтожают насекомых, охотятся на диких животных и так далее и, достигнув мастерства в совершении подобных недобродетелей, творят только дурное, многие из них сразу же после смерти отправляются в низшие сферы. У этих людей нет возможности практиковать Дхарму.

Боги-долгожители – это боги, которые лишены способности различения. Они рождены в этой сфере, поскольку медитировали, придерживаясь веры в то, что Освобождение – это состояние, при котором всякая умственная деятельность с процессами различения – благая или неблагая отсутствует. Они пребывают в таком состоянии на протяжении долгих кальп. Но, как только истекают заслуги тех прошлых действий, которые вызвали их пребывание в состоянии сосредоточения (самадхи), они, вследствие своих ложных взглядов, перерождаются в низших сферах. У них также нет возможности практиковать Дхарму.

Термин «ложные взгляды» включает в себя главным образом этернализм и нигилизм – взгляды, которые противоречат Учению Будды и с ним несовместимы. Такого рода взгляды отравляют наше сознание, подавляют интерес к истинной Дхарме и, тем самым, лишают нас возможности практиковать Дхарму. Сюда, в Тибет, сами тиртхики проникнуть не смогли благодаря тому, что второй Будда – Падмасамбхава из Уддияны поручил защиту этой страны двенадцати тенма. Однако же существуют люди, чьё понимание вещей подобно взглядам тиртхик и, стало быть, противоречит подлинной Дхарме и Учению подлинных учителей. Вследствие этого они лишены возможности практиковать это Учение в его подлинном виде. Монах Сунакшатра в течение двадцати пяти лет прислуживал Будде и, тем не менее, поскольку у него не было никакой веры и он придерживался крайне ложных взглядов, переродился в облике голодного духа в некоем цветнике.

Рождение в тёмную кальпу означает перерождение в период, когда Будда не появляется; в мире, куда никогда не приходил Будда, никто даже не слышал о Трёх Драгоценностях. Поскольку нет Дхармы, нет и возможности практиковать её.

Сознание человека, рождённого глухим и немым, не может функционировать нормально, что является препятствием к тому, чтобы слушать наставления, воспринимать их, размышлять о них и применять их на практике. Понятие «глухонемой» обычно связывают с речевым дефектом. Это состояние является условием, при котором человек лишён возможности практиковать Дхарму, поскольку отсутствует свойственная людям способность использовать и понимать язык. В эту категорию, стало быть, следует включить и тех, чья умственная отсталость делает их неспособными понимать наставления и, следовательно, лишает их возможности практиковать эти наставления.

2. Размышления об особых преимуществах, связанных с практикой Дхармы.

В этот раздел включены пять индивидуальных преимуществ и пять побочных благоприятных обстоятельств.

2.1. Пять индивидуальных преимуществ.

Нагарджуна перечисляет их следующим образом:

Быть рождённым в человеческом облике, в центральном месте, со всеми человеческими способностями, без порочных наклонностей и с верой в Дхарму.

Не будучи человеком, невозможно даже обнаружить Дхарму. Стало быть, человеческое тело является нашим преимуществом и опорой.

Если бы вы родились в отдалённом месте, где о Дхарме даже не слышали, вы никогда не повстречались бы с ней. Однако то место, где вы родились, является в плане Дхармы центральным, и, стало быть, вы располагаете преимуществом места.

При отсутствии тех или иных способностей восприятия невозможно практиковать Дхарму. Если вы избавлены от такого рода неполноценности, вы имеете преимущество владения всеми способностями восприятия.

Если бы у вас были порочные наклонности, вы были бы всегда вовлечены в недостойные действия, что несовместимо с Дхармой. Но, поскольку вы сейчас склонны к достойным действиям, вы имеете преимущество благого намерения. Если бы у вас не было веры в Учение Будды, вас не привлекала бы Дхарма. То, что вы смогли устремить своё сознание к Дхарме, даёт вам преимущество веры.

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

Чтобы практиковать истинную Дхарму, совершенно необходимо иметь человеческое тело. Теперь предположим, что у вас нет опоры в виде человеческого тела, но вы обладаете высшей формой жизни в одной из трёх низших сфер существования, а именно: в мире животных; и вы, предположим, самое красивое и самое замечательное животное, известное человеку. Однако, если бы кто-нибудь обратился к вам со словами: «Стоит тебе произнести один раз: **«ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ»**, и ты обратишься в Будду» – вы были бы решительно не способны понять эти слова, уловить их смысл, а также были бы не способны произнести хотя бы одно слово. Ведь даже если бы вы умирали от холода, всё, что вы были бы в состоянии делать, – это лежать на охапке соломы; в то время как человек, даже самый слабый, понял бы, что надо укрыться в пещере или под деревом, или разжёл бы костёр, чтобы согреться. Если животные не способны даже на такие простые действия, как же может у них зародиться мысль практиковать Дхарму?

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

Говоря о «центральном месте» следует различать центральное место в географическом смысле и то, которое является центральным в отношении Дхармы. Центральным местом в географическом смысле обычно называют «Ваджрный престол» – Бодх-Гаю, которая находится в Индии, в центре Джамбудвипы, то есть Южного континента. Вся тысяча Будд Благой калпы обретёт Пробуждение именно в этом месте. Даже при разрушении мира в конце калпы четыре стихии не смогут нанести урон этому месту, и оно будет пребывать там, словно подвешенное в пространстве. В центре его произрастает древо бодхи. Географически это место со всеми окружающими его индийскими городами считается центральным местом.

Дхармически центральным считается то место, где существует Дхарма, Учение великого Будды. Все другие области считаются периферийными. В далёком прошлом, со

времени, когда великий Будда пришёл в этот мир, и до того времени, пока его Учение ещё существовало в Индии, это место было центральным как географически, так и дхармически. Однако теперь, когда эта земля стала достоянием тиртхик и Учение Победителя там более не проповедуется, то дхармически даже Бодх-Гая является периферийным местом.

Во времена Будды Тибет, Страна снегов, именовался «пограничная страна Тибет» потому что это была малонаселённая земля, куда ещё не проникло Учение Будды. Потом население в Тибете мало-помалу увеличилось, и некоторые тамошние правители были высокими воплощениями. Дхарма впервые появилась в Тибете во времена правления Лхатотори Ньенцена, когда на крышу дворца упали Сутра ста призываний и простираний, ца-ца и другие.

В соответствии с предсказаниями, через пять поколений после этого в Тибете появился дхармический правитель Сонгцен Гампо, воплощение Великосоудательного, который раскрыл значение сутры. Во время правления Сонгцена Гампо в Индию был направлен Тонми Самбхота, чтобы изучать там языки страны и священные писания. Вернувшись в Тибет, он впервые ввёл в обращение письменность. Он перевёл на тибетский язык двадцать одну сутру и тантры Авалокитешвары, Могущественную тайну*, а также множество других текстов.

Сам правитель являлся в различных формах и вместе со своим министром Картонгценом использовал в целях защиту страны разные магические средства. Он выбрал себе в жены двух принцесс, одну из Китая, другую из Непала, которые привезли в качестве приданого большое количество предметов, представляющих тело, речь и сознание Будды, в том числе Джово Микьо Дордже (Владыка Неколебимый Ваджр, санскр.: Ваджра-Акшобхья) и Джово Шакьямуни, которые представляли самого Будду²². Сонгцен Гампо построил несколько храмов, известных как Тхадул и Янгдул, главным из которых был Раса Трулнанг²³. Таким образом, он ввёл в Тибете буддизм.

Пятый после него правитель Трисонг Децен пригласил в Тибет сто восемь пандит, в том числе Падмасамбхаву, наставника из Уддияны, величайшего хранителя Мантры, равного которому не было никого во всех трёх мирах. Для статуй – «опор тела» Будды Трисонг Децен построил храмы, в том числе «нетленный, спонтанно восставший» Самье. Сто восемь переводчиков учились у великого Вайрочаны и других и перевели свякую Дхарму – «опору речи» Будды, все главные сутры, тантры и толкования (шастры), имевшие тогда хождение в святой индийской земле. Введя в монашество «семерых

* Так величали тибетцы упавшую на крышу Сутру ста призываний и простираний. – *Прим. ред.*

для зачина» и других, положили начало Сангхе как «опоре сознания» Будды.

С той поры и до сего дня, подобно солнцу, озаряет Тибет Учение Будды; и что бы ни было – подъём или спад, Учение Победителя существует в неприкосновенности в текстах и постижениях. Поэтому в смысле Дхармы Тибет является центральной страной.

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

Понятие «порочные наклонности» относится, строго говоря, к стилю жизни людей, живущих в окружении охотников, проституток и им подобных, которые с ранней юности вовлечены в такую деятельность. Но это относится в равной мере и ко всякому, чьи помыслы, слова и действия находятся в прямом противоречии с Дхармой; хотя даже и те, кто родился в упомянутом выше окружении, могут без труда вырваться из этих тисков в следующих жизнях. Итак, чрезвычайно важно избегать таких действий, которые несовместимы с подлинной Дхармой.

Если вы верите не в Учение Будды, а в богов, могущественных наг и тому подобное или в учения вроде тех, которые исповедуют тиртхики, то, как бы ни сильна была ваша вера, она не защитит вас от страданий сансары и от перерождения в низших сферах существования. Но в случае, если вы сознательно обрели веру в Учение Победителя, основанную на Дхарме, выраженной в текстах и постижениях, вы, без сомнения, являетесь приемлемым сосудом для восприятия истинной Дхармы. А это величайшее из пяти индивидуальных преимуществ.

2.2. Пять преимуществ, зависящих от других.

Будда пришёл и проповедовал Дхарму,
Его Учение ещё существует,
Можно ему следовать,
И есть ещё люди, добрые к другим.

Те, кто не родился в светлую эпоху (санскр.: кальпу), то есть в кальпу, когда в мир пришёл Будда, никогда даже не слышали о Дхарме. Но, поскольку мы живём в ту кальпу, когда приходил Будда, стало быть, у нас есть преимущество веры в учителя.

То, что Будда приходил на землю, могло бы и не быть для нас благоприятным, если бы он не проповедовал своего Учения. Но так как Будда повернул колесо Дхармы в три этапа, есть преимущество учения – Дхармы.

Но, хоть Будда и проповедовал своё Учение, это могло оказаться для нас бесполезным, если бы оно не сохранилось. Но, так как то время, в течение которого его Учение будет сохранять свою жизненность, ещё не истекло, есть преимущество данного времени.

Существование Учения, если не следовать ему, бесполезно. Но, так как мы уже вступили на путь Дхармы, у нас есть преимущество нашей удачливости.

Даже когда состоялось наше вступление на путь Дхармы, мы никогда бы не постигли её истинную сущность, если бы не то благоприятное обстоятельство, что мы встретили духовного друга. И, поскольку он принял нас, – у нас есть преимущество исключительного сострадания.

Так как осуществление этих пяти факторов лежит за пределами наших личных обстоятельств, они именуются пятью преимуществами, зависящими от других.

Время, которое необходимо для того, чтобы вселенная возникла, пребывала, разрушилась и оставалась в состоянии пустоты, называется кальпа.

Кальпа, в течение которой в мир приходил совершенный Будда, называется «светлая кальпа», а та, в течение которой Будда не появляется в мире, называется «тёмная кальпа». В давние времена, в течение светлой кальпы Откровения радости, в мир приходили тридцать три тысячи Будд. За этим последовало сто тёмных кальп. Затем во времена Совершенной кальпы в мир приходили восемьсот миллионов Будд, а затем опять последовало сто кальп без Дхармы. Далее во времена Прекрасной кальпы в мир приходили сто сорок миллионов Будд, а потом опять было пятьсот тёмных кальп. Во времена кальпы Приятной на вид в мир приходили восемьсот миллионов Будд, а затем было семьсот кальп во мраке. Шестьсот тысяч Будд появились во времена Радостной кальпы. За нею последовала наша Благая кальпа.

Перед тем как возникла наша кальпа, космос с миллиардом вселенных представлял собой необъятный океан, на поверхности которого плавала тысяча лотосов с тысячью лепестков каждый. Боги из мира Брахмы смогли с помощью ясновидения объяснить это сначала непонятное явление как знак того, что в течение этой кальпы в мир придёт тысяча

Будд. «Это будет благая кальпа», – сказали они; так «Благая» стало названием нашей кальпы.

В период, начиная с того времени, когда продолжительность жизни существ была восемьдесят тысяч лет и в мир пришёл Будда Разрушитель сансары, и до того времени, когда продолжительность жизни существ станет безграничной и придёт Будда Безграничной Устремлённости, место на Ваджрном престоле в центре континента Джамбудвипа будут занимать попеременно тысяча Будд. Каждый из них, взойдя на этот престол, достигнет абсолютного состояния Будды и повернёт колесо Дхармы. Стало быть, наша кальпа является поистине светлой кальпой.

За ней последуют шестьдесят пограничных, тёмных кальп, а затем во время кальпы Великих чисел в мир придут десять тысяч Будд. Далее наступит период из десяти тысяч тёмных кальп. Если бы в этом чередовании светлых и тёмных кальп мы родились во времена тёмной кальпы, мы никогда бы даже не услышали, что существует нечто, именуемое Тремя Драгоценностями.

Более того, как указывает Великий учитель из Уддияны, особенно редко преподаётся учение Тайной мантры:

В давние времена первой кальпы, кальпы Всецелого порядка, Будда, известный как «Вновь пришедший правитель», обнародовал учение о Тайной мантраяне, ставшее широко известным. То Учение, которое нам доступно сейчас и которое нам принёс наш нынешний Будда Шакьямуни, также включает в себя Тайную мантраяну. Через десять миллионов кальп во времена кальпы Порядка цветов в мир придёт, как пришёл сейчас я, Будда Манджушри, который вновь откроет миру учение о Тайной мантраяне. Это потому, что в течение упомянутых трёх кальп существа способны полноценно воспринимать тайные мантры. Причина, в силу которой учение Тайной мантры не появляется в другие времена, заключается в том, что тогда люди не будут способны извлечь из этого учения пользу²⁴.

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

Даже если Будда пришёл бы в мир, но не учил бы Дхарме, а пребывал погружённым в медитативное созерцание, поскольку свет Дхармы не озарил бы мир, приход Будды не имел бы для нас никакого значения. Это равносильно тому, как если бы он вовсе не приходил.

Обретя на Ваджрном престоле полное и совершенное состояние Будды, наш Учитель воскликнул:

Я открыл Дхарму, подобную нектару:
Глубокую, несущую успокоение,
Свободную от умопостроений,
Необусловленную и сияющую ясно.
Кому я стану объяснять, те не поймут,
Так лучше оставаться мне в лесу в молчанье.

В соответствии с этим намерением, он не учил в течение семи недель, пока Брахма и Индра не умолили его повернуть колесо Дхармы. Впрочем, если познавший подлинное знание не учит ему, тогда Дхарма едва ли может принести существам истинное благо. Примером тому служит великий Смритиджняна из Индии, который отправился в Тибет, потому что его мать переродилась там в одной из кратковременных адских сфер. Во время путешествия умер его переводчик, и Смритиджняна, который бесцельно бродил по провинции Кхам, не зная ни слова на местном языке, стал пастухом и умер там, не принеся никому ни малейшего блага. Когда позднее в Тибет пришёл Джово Атиша и услышал, что произошло, он воскликнул:

«Как это печально! Тибетцы, сколь же малы ваши заслуги! Нигде в Индии, ни на востоке, ни на западе, не было пандиты, который мог бы сравниться со Смритиджняной».

И, сложив молитвенно ладони, он зарыдал.

В нашу эру Будда Шакьямуни повернул колесо Дхармы на трёх уровнях; и, являясь в необозримом множестве форм, в соответствии с нуждами и способностями существ, которым предназначалась помощь, он повёл их через девять колесниц Учения к зрелости и Освобождению.

Даже та кальпа, когда на землю приходил Будда и учил Дхарме, пройдёт, и истинная Дхарма, которой он учил, перестанет существовать, и всё опять станет таким, как во времена тёмной кальпы. Период между исчезновением Учения Будды и следующим появлением Учения Будды именуется «лишённым Дхармы». Там, где существа, по счастью, обладают достаточными заслугами, появляются пратьекабудды, однако Учение не преподаётся и не практикуется.

В наши дни Учение Будды Шакьямуни ещё доступно. Оно будет продолжать существовать в соответствии со следующей десятичной последовательностью. Сначала идут три периода, состоящие каждый из пятисот частей²⁵. В это время появляется «учение

сущности Самантабхадры», что и есть Плод²⁶. Затем идут три периода практики²⁷ из пятисот частей каждый. За ними следуют три периода из пятисот частей, знаменующие учения в текстах передачи. Наконец, вступает в силу последний, период из пятисот частей, когда сохраняются лишь символы. В целом, это составляет десять периодов, каждый из пятисот частей. В настоящее время мы достигли седьмого или восьмого периода. Мы живём в эпоху усиливающейся деградации в пяти планах: в плане времени, существ, длительности жизни, воззрений, омрачений. Тем не менее, тексты передачи и постижения Учения всё ещё существуют. Поскольку обе эти части Учения живы, мы всё ещё имеем благую возможность открыть для себя Дхарму во всей её полноте.

Хотя Учение Будды ещё доступно, но оно не принесёт плодов, если его не применять на практике, подобно тому, как восходящее солнце, освещающее весь мир, не вносит никаких изменений в мир слепого. Как вся вода в огромном озере не утолит жажду путника, подошедшего к его берегу, если он не станет её пить, так и Дхарма в передаче текстов и постижений не внедрится в ваше сознание сама по себе.

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

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

Если вы вступаете на путь Дхармы, понимая, что сансара в целом не имеет самосущности, а также из стремления найти способ освободиться от неё, то это будет Дхарма, именуемая: «вступлением во врата Учения в первоначале пути».

Однако, даже если вы приступите к Учению, но у вас нет духовного друга, пользы не будет. В Собрании стихов [Запредельной мудрости] говорится так:

«Будда и Дхарма имеют опорой духовного друга,» –

Так сказал Победитель, высшее воплощение всех благих качеств.

Учение Будды необъятно, способы передавать это Учение многочисленны, и аспекты, которые оно затрагивает, неисчерпаемы. Если вы не будете полагаться на

коренные указания учителя, вы никогда не сможете понять, как связать воедино существенные аспекты всех этих наставлений и как применить их на практике.

Однажды, когда Джово Атиша был в Тибете, Кху, Нгок и Дром* спросили его:

* Три главных ученика Атиши.

«Что важнее для того, чтобы достичь Освобождения и обрести Всеведение, – наличие канонических Писаний и комментариев к ним или же наставления учителя?»

«Наставления учителя», – ответил Атиша.

«Почему?» «Потому что, даже если вы знаете на память всю Трипитаку и в совершенстве владеете философией, всё же, занимаясь практикой без руководства учителя, вы уклонитесь от Дхармы».

«Значит ли это, что главное в наставлениях учителя, – продолжали они, – соблюдать три обета и стремиться совершать благо телом, речью и сознанием?»

«В этом нет ни малейшей пользы», – ответил Атиша.

«Как это так?» – воскликнули они.

«Вы можете идеально соблюдать три обета, но, если вы не имеете решимости вырваться из трёх миров сансары, то это будет создавать всё новые причины для сансары. Вы можете денно и ночью стремиться совершать благие дела телом, речью и сознанием, но, если вы не знаете, как посвящать эти заслуги делу полного Пробуждения, две-три ложные мысли могут полностью зачеркнуть все ваши усилия. Вы можете быть учёными, благочестивыми, проповедниками, пребывать в медитации, но, если ваше сознание не освободится от восьми мирских дхарм, все ваши действия будут ориентированы лишь на эту жизнь, и вы не откроете путь, который приносит облегчение в будущих жизнях».

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

Если, просматривая свою жизнь и обстоятельства на предмет восьми свобод и десяти преимуществ, вы обнаружите, что все эти благоприятные условия у вас налицо, это будет означать, что вы обладаете тем, что известно как «человеческая жизнь, наделённая восемнадцатью свободами и преимуществами».

Однако же Всеведущий владыка Дхармы Лонгченпа в своём Сокровище, исполняющем желания называет шестнадцать дополнительных условий, которые являются препятствием к тому, чтобы практиковать Дхарму. Это восемь привнесённых обстоятельств²⁸ и восемь неприемлемых склонностей²⁹, воздействия которых необходимо избегать. По его словам:

Смятение от пяти ядов, глупость,
Подчинение дурным влияниям, леность,
Обременённость бездной прошлых неблагих деяний;
Подчинённость другим,
Обращение [к Дхарме только] как укрытию от опасностей;
Лицемерное исполнение Дхармы –
Таковы восемь привнесённых обстоятельств,
Которые лишают свободы.

Скованность узами; непристойное поведение;
Нежелание отринуть сансару и полное отсутствие веры;
Наслаждение неблагими действиями и отсутствие интереса к Дхарме;
Безответственное отношение к обетам, нарушение заветов –
Таковы восемь неприемлемых склонностей,
Которые лишают свободы (практиковать Дхарму).

2.3. Восемь привнесённых обстоятельств, которые лишают свободы практиковать Дхарму.

Те, у кого сильно выражены пять ядов, то есть негативные эмоции, такие как ненависть к врагам, привязанность к друзьям и родственникам и тому подобное, могут порой испытывать желание практиковать Дхарму. Однако пять ядов в этих людях настолько сильны, что они почти непрерывно контролируют их сознание, делая для них плоды Дхармы невозможными.

Когда крайне глупые люди, у которых нет даже проблеска интеллекта, вступают на путь Дхармы, они не способны понять ни отдельные слова, ни смысл Учения в целом и потому не могут ни слушать Дхарму, ни размышлять о ней, ни медитировать.

Если становишься учеником лжеучителя, который преподносит воззрение и действие в извращённом виде, то сознание направляется по ложному пути, и тогда ты никогда не сможешь быть в согласии с истинной Дхармой.

Те, кто хочет изучать Дхарму, но слишком ленив и не обладает даже крупницей прилежания, не реализуют Дхарму, потому что погрязли в роскоши и в привычке откладывать всё в долгий ящик.

У некоторых, несмотря на старания в занятиях Дхармой, омрачения и недостойные действия столь многочисленны, что им не удаётся развить в своём сознании ни одного благого качества, поскольку они отягощены целым морем неблагой кармы, не понимают, что это следствие их прошлых поступков, и подвергают сомнению Учение.

Те, кто находится в услужении и потерял свою самостоятельность, могут пожелать обратиться к Дхарме; однако люди, их контролирующие, не позволяют им практиковать её.

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

Наконец, существуют хитрецы, которые, притворяясь поклонниками Дхармы, пытаются завладеть чужой собственностью, добиться чьих-либо услуг или завоевать престиж. Перед другими они надевают личину практикующего Дхарму; но в сознании своём они помышляют лишь о нынешней жизни, поэтому они далеки от пути к Освобождению.

Вот те восемь привнесённых обстоятельств, которые исключают возможность практиковать Дхарму.

2.4. Восемь неприемлемых склонностей, которые лишают свободы практиковать Дхарму.

Люди, которые прикованы к своим земным обязательствам, богатству, удовольствиям, детям, родственникам и тому подобному, так заняты и озабочены стремлением всё это сохранить, что у них нет времени практиковать Дхарму.

Некоторые лишены даже намёка на человечность и по природе своей столь порочны, что не в состоянии изменить своё поведение к лучшему. Даже самый достойный духовный учитель может испытать немалые трудности, пытаясь наставить этих людей на благородный путь Дхармы. «Можно формировать способности ученика, но не его глубинные качества», – говорили святые древности.

Тот, кто не цепенеет от ужаса ни при упоминании о низших сферах существования и пороках сансары, ни перед лицом всех страданий этой жизни, лишён всякой устремлённости к освобождению от сансары; и поэтому у него нет никакой причины практиковать Дхарму.

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

Те, кто испытывает удовольствие от вредоносных или неблагих действий и не в состоянии контролировать свои мысли, слова и дела, лишены благородных качеств и потому отворачиваются от Дхармы.

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

Всякий, кто, вступив на путь Основной колесницы, нарушает обеты и обязательства бодхичитты, неминуемо отправится в низшие сферы существования. Он неизбежно окажется в условиях, при которых у него не будет возможности практиковать Дхарму.

Всякий, кто, вступив на путь колесницы Тайной мантраяны, нарушает заветы и обязательства перед учителем и своими духовными братьями и сёстрами, роет яму себе и также другим, лишает себя всякой надежды достичь духовного совершенства. Таковы восемь неприемлемых склонностей, которые уведут от Дхармы и гасят путеводный факел Освобождения.

Если тщательно не сформулировать эти шестнадцать факторов, которые лишают возможности практиковать Дхарму, то может сложиться впечатление, будто в эти тёмные времена люди имеют все свободы и преимущества и действительно практикуют Дхарму. Правитель, восседающий на своём троне; лама под зонтом³⁰, отшельник в горной пустыни; тот, кто оставил государственные дела, – все они гордо полагают, что совершают благо; однако всякий из них, к кому относится хотя бы одна из упомянутых ограничивающих характеристик, даже если он практиковал уже многие годы, всё же не стоит на истинном пути.

Поэтому не принимайте слепо внешнее подобие Дхармы, а сначала скрупулёзно проверьте, имеете ли вы все тридцать четыре свободы и преимущества. Если вы ими обладаете, то возрадуйтесь и постоянно размышляйте о том, как трудно было их получить. И пообещайте себе, что теперь, когда вы обрели все эти труднодоступные свободы и преимущества, вы будете, чего бы это ни стоило, практиковать истинную Дхарму. Если, однако, вы обнаружите, что по некоторым пунктам вы не находитесь на высоте, стремитесь любыми доступными вам средствами восполнить этот пробел.

Возьмите на себя труд постоянно и тщательно проверять, располагаете ли вы всеми аспектами свобод и преимуществ. Если вы не станете этого делать и окажется, что один из

элементов отсутствует, вы упустите свой шанс практиковать истинную Дхарму. Ведь даже для того, чтобы просто делать что-либо каждый день, требуется совмещение множества взаимозависимых вещей и условий. Следует ли удивляться тому, что достижение конечной цели Дхармы невозможно без совмещения множества взаимозависимых факторов.

Представьте себе путника, который хочет заварить чай. Для приготовления чая необходимо иметь много различных вещей: чайник, воду, дрова, огонь и тому подобное. Только для того, чтобы разжечь огонь, требуются камень, огниво, сухое дерево, руки путника и прочее. Если хотя бы одна вещь, например сухое дерево, отсутствует, тогда даже то, что всё остальное есть, совершенно бесполезно. Получается, что у путника нет возможности приготовить чай. Точно так же, если хотя бы один элемент из перечня свобод и преимуществ отсутствует, нет решительно никакой возможности практиковать истинную Дхарму.

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

Если кто-то родился в теле человека со всеми надлежащими способностями и в центральной стране, а его образ жизни противоречит Дхарме и он не верит в Учение Победителя, то он обладает лишь тремя преимуществами. Даже если он получит какое-нибудь из двух других, у него и тогда их будет только четыре. Стало быть, жить, ни в чём не противореча Дхарме, в высшей степени трудно. Если мысли, слова и дела человека плохи, а его побуждения мотивированы мирскими интересами, то, даже если он славится добротой и учёностью, его образ жизни всё же противоречит Дхарме. То же самое относится к пяти привходящим преимуществам. Будда пришёл на землю, учил Дхарме, и его Учение ещё существует, но, если человек не вступил на путь Дхармы, то в таком случае считается, что у него только три из этих преимуществ. Здесь слова «вступить на путь Дхармы» не означают просто просить и получать наставления. Исходной точкой на пути к Освобождению являются убеждение в том, что сансара в целом не имеет самостоятельного существования, а также решимость из неё вырваться. Чтобы двигаться по пути Великой колесницы, важно прежде всего с искренним намерением взрастить в себе бодхичитту. Абсолютно необходимо иметь неколебимую веру в Три Драгоценности, чтобы не отречься от них даже ради спасения собственной жизни. Без этого простое чтение молитв и ношение жёлтой одежды ещё не являются доказательством, что вы вступили на путь Дхармы.

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

3. Размышления с привлечением примеров, показывающих, насколько трудно обрести названные свободы и преимущества.

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

Представьте себе весь космос с миллиардами миров в виде безбрежного океана. На его поверхности плавает ярмо – кусок дерева с дырой посередине, который надевается на рога тягловых волов. Это ярмо, швыряемое волнами взад и вперёд то на запад, то на восток, ни секунды не стоит на месте. В глубинах океана живёт слепая черепаха, которая всплывает на поверхность лишь один раз в сто лет³¹. В высшей степени маловероятно, чтобы черепаха и ярмо сошлись в одной точке. Ярмо – неодушевлённый предмет, а черепаха не имеет намерения его отыскивать. Поскольку черепаха слепа, она не может воспользоваться зрением, чтобы установить местонахождение ярма. Если бы ярмо не двигалось, то всё же ещё оставалась возможность, что они сойдутся в одной точке; но оно непрерывно перемещается. Если бы черепаха всю свою жизнь плавала на поверхности, она, может быть, могла бы натолкнуться на ярмо. Но она всплывает только один раз в сто лет. Поэтому вероятность, что ярмо и черепаха встретятся, в высшей степени мала. А если бы черепаха к тому же просунула голову в дыру посередине ярма, это было бы уже редчайшим совпадением. И тем не менее, согласно сутрам, ещё труднее получить человеческое воплощение со всеми свободами и преимуществами. Вот что пишет об этом Нагарджуна в своём Совете правителю Сурабхибхадре³²:

Маловероятно, чтобы черепаха могла просунуть голову в ярмо,

Брошенное в волны океана.

Однако же, если сравнивать с числом рождённых в облике животных,

Родиться человеком ещё много трудней.

А посему, о царь людей, осуществляй святую Дхарму,

Чтобы из счастливого рождения извлечь благие результаты.

Шантидева говорит:

Будда сказал, что человеком так родиться трудно,
Как черепахе ненароком головой попасть в ярмо,
Плывущее средь волн в безбрежном море.

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

4. Размышления с привлечением числовых сравнений.

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

Говорят также, что в адских сферах столько существ, сколько пылинок во всём мире; столько голодных духов, сколько песчинок на дне Ганга; столько животных, сколько зёрен в бочке пива³³; столько асур, сколько снежинок в одной выюге; однако богов и людей всего лишь столько, сколько пылинок помещается на ногте одного пальца руки.

Вообще говоря, рождение в одной из высших сфер достаточно редкое явление; но ещё более редким является рождение в облике человека, наделённого всеми свободами и преимуществами. Нетрудно заметить, насколько людей меньше, чем животных. Подумайте о том, сколько насекомых гнездится в летнее время в одном коме земли или сколько муравьёв кишат в одном муравейнике; едва ли столько людей насчитывается на всём земном шаре. А среди людей число тех, кто родился в окраинных землях, где Учение никогда не было известно, по сравнению с родившимися в местах, где Дхарма известна,

весьма незначительно. Однако отнюдь немногие из этих последних имеют все свободы и преимущества.

Размышляя обо всём этом, вы должны испытывать радость, если убедитесь, что действительно располагаете полным набором всех свобод и преимуществ. Человеческая жизнь может быть названа «драгоценной человеческой жизнью» лишь в том случае, когда налицо полный набор всех свобод и преимуществ; тогда эта жизнь становится воистину драгоценной. Если же какие-либо из указанных аспектов отсутствуют, то сколь ни обширны ваши знания, ваш талант и осведомлённость в делах мирских, вы всё же не располагаете драгоценной человеческой жизнью. В вашем распоряжении то, что именуется просто человеческой жизнью, простой человеческой жизнью, злополучной человеческой жизнью, бессмысленной человеческой жизнью, бесплодной человеческой жизнью. Это можно сравнить с держащим драгоценный камень, но им не пользующимся; или с побывавшим в стране, богатой сокровищами, но вернувшимся оттуда с пустыми руками.

Найти драгоценный алмаз – ничто,
В сравнении с обретением драгоценной человеческой жизни.
Но гляньте, как те, кого не печалит сансара,
Растрачивают жизнь свою по мелочам!

Завладеть целым королевством – ничто,
В сравнении со встречей с несравненным учителем.
Но гляньте, как те, кому неведома почтительная привязанность,
С учителем обращаются, точно с равным!

Обрести власть в стране – это ничто,
В сравнении с принятием обета бодхисаттвы.
Но гляньте, как те, у кого нет сострадания,
Попирают свои обеты!

Быть властелином вселенной – ничто,
В сравнении с получением тантрического посвящения.
Но гляньте, как те, кто нарушает заветы,
Предают свои обещания!

Встретиться с Буддой – это ничто,
В сравнении с открытием истинной природы сознания.
Но гляньте, как те, в ком недостаёт устремленья,
Вновь погружаются в свои заблуждения!

Эти свободы и преимущества приходят к нам не случайно или по совпадению. Они – результат накопленных в течение многих кальп заслуг и мудрости. Великий учёный Дракпа Гьялцен говорит так:

Эта свободная и благодатная человеческая жизнь –
Не следствие изощрений ума,
Но плод тех заслуг, что вы накопили.

Получить человеческую жизнь и использовать её исключительно для совершения неблагих дел, не имея при этом ни малейшего представления о Дхарме, – это значит спуститься даже ещё ниже, чем в самые низшие сферы существования. Обращаясь к охотнику Гонпо Дордже, Почтенный Миларепа говорит:

Говорят, что рождение со всеми свободами и преимуществами делает человеческую жизнь драгоценной. Но жизнь такого человека, как ты, не кажется драгоценной. Человеческая жизнь более, чем что-либо другое, имеет власть увлечь вас вниз, в низшие сферы существования. Как вы сейчас распорядитесь этой жизнью, зависит только от вас.

Использованное умело, наше тело – паром,
Держащий путь к Освобождению.
Тело, использованное неумело, –
Якорь, нас держащий в сансаре.
Это тело нас направляет к благому или неблагому.

Благодаря заслугам, накопленным в прошлом, мы получили это человеческое воплощение и все восемнадцать свобод и преимуществ. Пренебречь самым существенным – высшей Дхармой – и вместо этого растрчивать жизнь, покупая еду и одежду и предаваясь восьми мирским дхармам, было бы непростительным расточительством этих свобод и

преимуществ. Какая бессмыслица – ждать прихода смерти и лишь тогда с раскаянием бить себя в грудь! Ведь ложный выбор уже сделан. Как говорится в Пути бодхисаттвы:

Если теперь, обладая свободами человеческой жизни,
Я упущу возможность во благо практиковать,
То это будет величайшее из безумий
И наихудший самообман.

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

Чтобы понять, насколько эта практика стала для вас поистине существенной, сравните себя с геше Ченгавой, который практиковал непрестанно и даже никогда не спал. Геше Тонпа говорил ему: «Ты бы лучше отдохнул, сын мой, а то заболеешь». «Да, мне нужно отдохнуть, – отвечал Ченгава. – Но, когда я думаю, как трудно получить свободы и преимущества, которые у нас есть, я не могу позволить себе отдыхать». Он не спал всю свою жизнь и прочитал мантры Ачалы девятьсот миллионов раз. Мы должны медитировать до тех пор, пока в нашем сознании не возникнет такое же убеждение.

*Хотя я обрёл эти свободы,
Но их сущность, Дхарма, не укоренилась во мне.
Хотя я вступил на путь Дхармы, но
Трачу попусту время, занимаясь другими вещами.
Благослови меня и других подобных мне глупцов
Постичь самую суть этих свобод-преимуществ!*



Повелитель Трисонг Децен (790-844).

Именно он пригласил в Тибет учёного Шантаракшиту и наставника Тантры Падмасамбхаву. Он также построил первый тибетский монастырь Самье. Так его стараниями Учение Будды пустило корни в Тибете.

Глава вторая.

ПРЕХОДЯЩНОСТЬ ЖИЗНИ.

*Непостоянные три мира узрев подобными иллюзии,
Ты за собой оставил, как плевков в пыли, заботы этой жизни.
Приняв на себя все тяготы, сколько их ни есть,
Ты по стопам учителей былых времён идёшь.
Несравненный Учитель, я склоняюсь к твоим стопам!*

Учение следует слушать так, как описано в первой главе. Предметом данной главы являются семь медитаций о преходящности (непостоянстве): преходящность внешнего мира, в котором обитают существа; преходящность обитающих в нём существ; преходящность святых существ; преходящность тех, кто облечён властью; другие примеры преходящности; неопределённость обстоятельств смерти и острое осознание преходящности.

I. Преходящность внешнего мира, в котором обитают существа.

Наш мир, внешняя среда, сформированная коллективной благой кармой существ, – четыре континента и гора Меру с небесными сферами пребывают незыблемы в течение всей кальпы. Тем не менее, они также преходящи и не избегут полного разрушения сначала в семиэтапном пожаре, а затем – в потоках воды.

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

Затем, одно за другим, на небе взойдут семь солнц. Первое солнце выжжет все плодоносящие деревья и леса. Второе солнце испарит воду из всех рек, ручьёв и прудов; третье осушит все реки, а четвёртое – все великие озёра, даже Манасаровар. С появлением пятого солнца океаны также станут постепенно испаряться, сначала на глубину в сто йоджан, затем на глубину в двести, семьсот, тысячу, десять тысяч и, наконец, восемьдесят

тысяч йоджан. Оставшаяся морская вода высохнет сначала из первоначальной глубины в одну йоджану до слоя в один полёт стрелы и далее – до объёма, который не наполнит даже след человеческой ступни. К тому времени, когда взойдёт шестое солнце, вся земля целиком, включая снежные вершины, будет объята пламенем. А когда появится седьмое солнце, будет сожжена даже гора Меру вместе с четырьмя континентами, восемью субконтинентами, семью золотыми горами и стеной гор, опоясывающих вселенную. Всё сольётся в одну необъятную массу огня. Спускаясь вниз, эта масса огня поглотит все адские сферы. Поднимаясь вверх, огонь уничтожит покинутый ранее небесный дворец Брахмы. Молодые боги из сферы Чистого света будут сверху кричать в страхе: «Какой ужасный пожар!» Но старшие боги станут их успокаивать, говоря: «Не бойтесь! Достигнув мира Брахмы, пожар отступит. Это бывало и прежде»*.

* Все эти разрушения происходят в течение одной кальпы; но даже боги-долгожители успевают состариться между первым и седьмым разрушением огнём, после чего их сфера – часть второй дхьяны уничтожается водой.

После этого исчезновения в пламени в сфере богов второго медитативного состояния начнут собираться грозовые облака, и обрушится ливень, который зальёт всё вокруг на глубину ярма, а за ним последует ещё один, потоки которого зальют всё на глубину плуга. Всё, включая сферу богов ясного света, растворится, словно соль в воде. Будет всего семь периодов затопления в воде, после чего двойная ваджра ветра, лежащая в основании вселенной, поднимется, и всё, вплоть до сферы богов третьего медитативного состояния включительно, будет начисто сметено, словно пыль, развеянная ветром. Подумайте и поразмыслите. Если одновременно таким же образом разрушается каждая из миллиарда вселенных, составляющих космос, со своими горами Меру, четырьмя континентами и небесными сферами, оставляя после себя лишь космическое пространство, как же тогда эти наши, подобные сонным мухам, человеческие тела могут оставаться вечными и неизменными?

II. Преходящность существ, населяющих эту вселенную.

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

Вы когда-либо видели, чтобы на земле или на небесах
Родилось существо, неподвластное смерти?
Или слышали, чтобы кто-то не умер?
Или можете предположить, что такое бывает?

Что рождено, тому суждено умереть. Никто никогда не видел и не слышал, чтобы в какой-либо из сфер существования, даже и в мире богов, кто-либо родился, но не умер. На самом деле, нам даже и в голову не придёт сомневаться, умрёт кто-нибудь или нет. Это безусловная данность. Особенно это касается нас, чья смерть придёт слишком скоро, поскольку мы родились в конце той эры, когда длительность жизни непредсказуема. Смерть приближается к нам с самого момента нашего рождения. Жизнь может стать лишь короче, но никак не длиннее. Смерть наступает на нас так же неотвратимо, и не останавливаясь ни на миг, как тень от горы при заходе солнца.

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

Кто уверен, что доживёт до завтра?
Готовым надо быть сегодня,
Ибо воинство Владыки смерти
Не на нашей стороне.

И Нагарджуна также говорит (*Послание к другу, 55*):

Исполнена опасностями жизнь,
И хрупкой пены на воде непостоянней.
Как удивительно, что от ночного сна
Мы просыпаемся опять и – дышим!

Люди дышат безмятежно, наслаждаясь ночной дремотой. Однако нет никакой гарантии, что в это самое время смерть не проникнет внутрь. Проснуться в добром здравии – событие, которое поистине следует считать чудом, но мы принимаем его как само собой разумеющееся. Хотя мы знаем, что в один прекрасный день умрём, эта постоянно присутствующая вероятность смерти в действительности никак не влияет на

наше отношение к жизни. Мы всё ещё проводим время в надеждах и беспокойствах по поводу своего будущего существования, словно будем жить вечно. Мы боремся за своё благополучие, счастье и положение в обществе, пока смерть, застав нас врасплох, не набросит свой чёрный аркан, скаля клыки и устрашающе прикусывая нижнюю губу.

Тогда уже ничто не сможет нам помочь. Всё будет бесполезно: и армия солдат, и повеления правителя, и деньги богача, и блестящая учёность, и очарование красоты, и быстрота бегуна. Даже если запереться в непроницаемом, обитом бронёй ящике, охраняемом сотней тысяч воинов, оцетинившихся острыми копьями и стрелами, то и тогда всё это защитит и оградит нас не более, чем стены толщиной в волос. Едва лишь Повелитель смерти накидывает на шею свой чёрный аркан, лицо начинает бледнеть, глаза застилают слёзы, голова и члены слабеют, и нас волокут, хотим мы того или нет, по дороге к следующей жизни.

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

Серьёзно задумайтесь над этим и медитируйте о том, как важно впредь, начиная с этого момента, никогда не предаваться лени и не терять времени попусту, а практиковать истинную Дхарму – то единственное, что, несомненно, поможет вам в момент смерти.

III. Преходящность святых существ.

В течение нынешней Благой кальпы на землю уже приходили Будды: Випашьин, Шикхин и другие пять Будд, вместе с окружением несметного множества шравак и архатов. Каждый из них действовал на благо бесчисленных существ, применяя для этого Учение о трёх колесницах. Однако сегодня мы располагаем лишь тем, что сохранилось от Учения Будды Шакьямуни. Те же, другие Будды, ушли в нирвану, и чистое Учение Дхармы, которое они приносили с собой, постепенно исчезло.

Также и множество великих шравак, приверженцев нынешнего Учения, каждый со своей свитой в пятьсот архатов, один за другим освободились от страдания, перейдя в сферы, где пять совокупностей (скандх) перестают существовать]

Когда-то в Индии жили пятьсот архатов, собравших воедино Учение Будды, а также «шесть украшений» и «два высочайших», восемьдесят сиддх и многие другие, которые, в совершенстве овладев всеми аспектами путей и уровней, обладали безграничным ясновидением и искусством творить чудеса. Но сегодня всё, что от них осталось, – это рассказы об их жизни.

Здесь, в Тибете, Краю снегов, в те времена, когда второй Будда из Уддияны повернул колесо Дхармы, чтобы пробудить и освободить существ, жили его последователи: двадцать пять учеников, известных как «царь и его подданные»; и восемьдесят сиддх из Йерпа. А потом пришли высокоученые и совершенные существа: в старой школе из кланов Со, Цур и Нуб; а в новой школе – Марпа, Миларепа и Дагпо, – и многие Другие.

Большинство из них достигли высоких уровней совершенства и господства над четырьмя стихиями. Они владели искусством чудесных превращений; умели извлекать материальные предметы из пространства и отправлять их в пространство; не горели в огне, не тонули в бурлящем потоке воды, не разбивались о землю, не падали с обрыва в пропасть; то есть не были подвержены ни одному из увечий, порождаемых четырьмя стихиями.

Вот один пример. Однажды Почтенный Миларепа медитировал в тиши пещеры Ньешангкатья в Непале. Мимо пещеры проходила группа охотников и, увидев в пещере Миларепу, они спросили его, человек он или привидение. Миларепа по-прежнему сидел неподвижно, устремив взгляд перед собой, и ничего не отвечал. Охотники выпустили в него целую тучу отравленных стрел, но ни одна из них даже не поцарапала его кожу. Они бросали его в реку, кидали с обрыва, но каждый раз он опять оказывался в пещере сидящим там же, где они его видели прежде. Наконец, они обложили его поленьями и подожгли, однако он не горел и в огне.

Было немало тех, кто овладел такими сверхъестественными силами. В конечном счёте все они по доброй воле продемонстрировали преходящность всего сущего*, и всё, что осталось от них сегодня, – лишь рассказы о их жизни.

* Считается, что такие существа находятся за пределами жизни и смерти. Но, тем не менее, подобно Будде Шакьямуни, они добровольно принимают смерть, чтобы напомнить существам о преходящности.

Что же касается нас, то силой ветра негативных обстоятельств, созданных по причине наших неблагих действий, скованные оковами четырёх стихий, сцепленных нашими негативными кармическими отпечатками, мы оказались в этом грязном иллюзионе, и поскольку мы не можем знать достоверно, когда и где это чучело – наше

тело-иллюзия – распадётся, то очень важно делать впредь всё от нас зависящее, чтобы наши мысли, слова и дела были всегда благими. Памятуя об этом, медитируйте о преходящности всего сущего.

IV. Преходящность тех, кто облечён властью.

Даже замечательные и прославленные боги и риши, которые могут жить в течение всей кальпы, должны в конечном счёте умереть. Те, кто повелевает существами, такие как Брахма, Индра, Вишну, Ишвара и другие великие боги, которые живут целую кальпу и могут быть ростом либо в несколько йоджан, либо едва различимы глазом и обладают властью и великолепием, затмевающими солнце и луну, даже и они подвержены смерти. Как говорится в Сокровище драгоценных духовных качеств (*yon tan mdzod*):

Даже Брахма, Индра, Махешвара и вселенские монархи
Не способны избежать Владыки смерти.

Даже риши, как в божественном, так и в человеческом облике постигшие пять ступеней ясновидения и обретшие способность летать по небу, в конечном итоге не избегают смерти.

В *Утешительном письме* говорится:

Пять великих риши, ясновиденье имея,
Вдоль и поперёк по небу летая,
Всё ж никогда найти не смогли бы
Такую землю, где бы бессмертие царило.

Здесь, в нашем мире людей, жили вселенские монархи, которые достигали самой вершины власти и материального благосостояния. В Индии, начиная с Махасамматы, было бесчисленное множество правителей, которые царили на всём континенте.

Позднее в Индии властвовали с востока до запада три правителя по имени Пала, тридцать семь по имени Чандра и множество других богатых и облечённых огромной властью правителей.

В Тибете, Краю снегов, первый правитель Ньятри Ценпо был божественного происхождения. Он был эманацией бодхисаттвы Ниварана-вишкамбхина. Затем у власти

были семь правителей «небесного» рода Три; шесть правителей земных рода Лёг; восемь промежуточных правителей рода Дэ; пять связующих правителей из рода Цен; двенадцать с половиной³⁴ правителей из Счастливой династии, в том числе пять из Сверхсчастливой династии; а также другие. Во времена буддийского правителя Сонгцена Гампо волшебная армия завоевала все земли от Непала до Китая. Правитель Трисонг Децен подчинил своей власти две трети Джамбудвипы*; а во время правления Ралпачена на берегу Ганга была воздвигнута железная колонна, отмечающая границу между Индией и Тибетом.

* В данном случае, по-видимому, имеются в виду Южная Азия, Монголия и Китай.

Тибет распространял свою власть на многие области Индии, Китая, Гесэра*, Таджикистана и ряда других стран.

* По-видимому, речь идёт о некоторых пограничных с Китаем землях Восточного Тибета, где, по преданию, правил царь Гесэр.

Во время празднования Нового года послы из этих стран были обязаны провести один день в Лхасе. Вот какую власть имел Тибет в прошлом. Однако это длилось недолго, и сегодня от всего этого не осталось ничего, кроме рассказов о старых временах.

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

V. Другие примеры преходящности.

В качестве примера, иллюстрирующего непостоянство, рассмотрим цикл подъёма и падения в течение одной кальпы. Давным-давно, в начальный период этой кальпы, на небе не было ни солнца, ни луны, и источником света для людей было их собственное внутреннее свечение. Они могли чудодейственно перемещаться в пространстве, были ростом в несколько йоджан, питались божественным нектаром, а их идеальное счастье и благосостояние уподобляли их богам. Однако постепенно, под влиянием омрачений и неблагих действий, человеческий род пришёл в упадок и достиг нынешнего состояния. И в наши дни, вследствие того, что эти омрачения преобладают, длительность жизни людей и их заслуги всё более сокращаются.

Этот процесс будет продолжаться до тех пор, когда люди станут жить всего лишь десять лет. Большинство существ, населяющих мир, исчезнут вследствие эпидемий чумы, войн и голода. Затем оставшимся в живых явится эманация Будды Майтреи, который будет учить их воздерживаться от убийств. Люди в ту пору будут ростом в один локоть. Начиная с этого времени, продолжительность их жизни будет увеличиваться и дойдёт сначала до двадцати лет, а затем будет всё более и более расти, пока не достигнет восьмидесяти тысяч лет. В этот момент в мир явится сам великий Майтрея, который станет Буддой и повернёт колесо Дхармы. После восемнадцати таких циклов падения и подъёма, когда люди будут жить неизмеримое число лет, явится Будда Безграничной Устремлённости, который будет жить столько времени, сколько живут тысяча Будд Благой кальпы вместе взятые. Его деятельность на благо существ также будет равна тому, что совершили все другие Будды вместе взятые. В конечном итоге эта кальпа завершится полным разрушением. Рассматривая эти изменения в рамках одной кальпы, можно убедиться, что даже в период, охватывающий огромный временной отрезок, ничто не защищено от преходящности.

Вы можете увидеть, как действует преходящность, наблюдая и смену четырёх времён года. В летнее время нектар летних проливных дождей одевает луга роскошным зелёным покровом; и всё живое согревается в лучах счастья и благополучия. Является на свет бесчисленное множество цветов, и весь ландшафт обращается в божественное райское поле, расцвеченное белыми и золотыми, ярко-красными и голубыми цветами. А затем, по мере того, как всё больше веют холодом осенние ветры, зелёное поле травы постепенно меняет свою окраску. Цветы и фрукты один за другим вянут и засыхают. Вскоре наступает зима, и вся земля становится твёрдой и ломкой, как скала. Пруды и реки замерзают, ледяные ветры носятся по полям и лесам. Можно сколько угодно ездить вокруг в поисках тех летних цветов – не найти ни одного. Так одно время года сменяется другим: лето уступает место осени, осень – зиме, а зима – весне; одно отличается от другого, и каждое из них в равной мере недолговечно. Посмотрите, как быстро вчера переходит в сегодня, утро переходит в вечер, этот год переходит в следующий. Ничто не постоянно, ничто не устойчиво.

Подумайте о своей деревне или монастырской общине, или о другом месте, где вы живёте. Люди, которые ещё в недавнем прошлом процветали и жили в довольстве, вдруг оказались перед лицом разорения; а другие, некогда бедные и жалкие, теперь имеют авторитет, власть и деньги. Ничто не избегает природы непостоянства. В вашем собственном роду последовательно, одно за другим, умирали поколения ваших предков, а затем и родители. От них остались теперь только имена. А когда пришло время, то умерли

и многочисленные братья, сёстры и другие родственники; никто не знает, ни куда они отправились, ни где они сейчас пребывают. Многие из тех могущественных, богатых и процветавших людей, которые ещё в прошлом году были в наших краях у всех на виду, в этом году стали лишь именами. Кто знает, будут ли те, чьё нынешнее богатство и важное положение составляет предмет зависти простых людей, в следующем году или даже в следующем месяце всё ещё в том же качестве. А сколько из ваших домашних животных – коз, овец, собак – уже умерли и сколько ещё живы? Размышляя о том, что происходит во всех этих случаях, вы придёте к заключению, что ничто не является постоянным, устойчивым. Ни один из тех людей, которые были живы более ста лет назад, не избежал смерти. А ещё через сто лет абсолютно каждый из ныне здравствующих людей будет уже мёртв. Не останется в живых ни один из них.

Следовательно, во вселенной нет ничего одушевлённого или неодушевлённого, что было бы постоянным, стабильным.

Всё, что рождено, преходяще и неизбежно умрёт.

Всё, что запасено, преходяще и неизбежно иссякнет.

Всё, что собрано воедино, преходяще и с неизбежностью распадётся.

Всё, что построено, преходяще и неизбежно разрушится.

Всё, что воздвигнуто, преходяще и неизбежно обрушится.

Точно так же дружба и вражда, радость и горе, добро и зло, все мысли, протекающие в вашем сознании, всё это постоянно изменяется.

Вы можете быть возвышенны, как небеса, могущественны, как удар молнии, богаты, как наги, хороши собой, как боги, привлекательны, как радуга, но, когда внезапно приходит смерть, то, кем бы вы ни были, вы не можете получить отсрочку даже на мгновение. У вас тогда нет другого выхода, кроме как отправляться в путь – нагишом, в холод; с пустыми руками, зажатыми под мышками. Невыносимо тяжело расставаться со своими деньгами, с дорогими сердцу владениями, с друзьями, любимыми, служителями, учениками, со своей страной, землями, подчинёнными, собственностью, едой, напитками, богатством, – но приходится всё это отбросить, как волос, извлечённый из куска масла. Вы можете быть главным ламой, стоящим над тысячами монахов, но вы не можете взять с собой даже одного из них. Вы можете быть начальником, стоящим над десятками тысяч людей, но вы не можете взять себе в услужение ни одного из своих людей. Всё богатство на свете не даст вам возможности взять с собой даже и иголку с ниткой.

И обожаемое вами тело также должно быть отброшено. То самое тело, которое вы при жизни обряжали в шёлк и парчу, которое вы заполняли до отказа чаем и пивом, которое было некогда красивым и утончённым, под стать богу, теперь называется трупом и лежит вон там, зловеще лиловое, тяжёлое и обезображенное. Как говорит Почтенный Мила:

Вот эта вещь, такая страшная и называемая трупом,
И есть ведь наше собственное тело!

Ваше тело скручивают верёвкой, прикрывают занавеской и обкладывают землёй и камнями. На вашей подушке стоит ваша чашка, перевёрнутая вверх дном.

Сколько бы вас раньше ни ценили и ни любили, теперь вы вызываете только ужас и тошноту. Когда живой ложится спать на меха или на мягкую подстилку из овчины, он скоро начинает ощущать неудобство и постоянно переворачивается с боку на бок. А мёртвый просто лежит – голова забрызгана грязью, щека прижата к камню или к пучку травы.

Те из вас, кто является главой семьи или предводителем клана, возможно, беспокоятся о людях под вашей опекой. Если вас не станет и некому будет заботиться о них, не умрут ли они от голода и холода, не будут ли убиты недругами, не утонут ли в реке? Разве не от вас зависят всё их богатство, комфорт и счастье?! А как только умрёте, они, избавившись от вашего трупа, предав его кремации или бросив в реку, или же свалив его на кладбище, испытают лишь чувство облегчения, а не что другое.

Когда вы умираете, у вас нет иного выхода, как одиноко, без всяких сопровождающих бродить в бардо. Тогда вашим единственным Прибежищем является Дхарма. Поэтому непрестанно помните о том, что отныне и впредь вы будете делать всё от вас зависящее, чтобы достичь совершенства, по крайней мере, в одной из практик истинной Дхармы.

Всё, что запасено, должно иссякнуть. Правитель может управлять всем миром и всё же под конец стать бродягой. Многие в начале жизни окружены богатством, а в конце жизни теряют всё и умирают от голода. Те, кто в предыдущем году владел стадами в сотни голов, в следующем году могут впасть в нищету из-за эпидемий или сильного снегопада; тот, кто лишь накануне был богатым, станет вдруг просить подаяние, потому что недруги уничтожили всё, что у него было. На подобных примерах легко убедиться, что вы не сможете вечно быть привязанными к своим богатствам и собственности.

Никогда не забывайте, что щедрость – самый важный капитал, который вы можете накопить*.

* То есть накопление заслуг. Это понятие объясняется в главе 4 первой части.

Любой союз не постоянен и кончается разлукой. Мы подобны жителям из разных мест, тысячи или даже десятки тысяч которых съезжаются на большой рынок или религиозный праздник, чтобы после этого снова разъехаться по своим домам. И так же самые сердечные и близкие отношения – учителя и ученика, хозяина и слуги, покровителя и его подопечных, товарищей по духу, братьев и сестёр, мужа и жены неминуемо кончаются разлукой. Мы не можем быть даже уверены в том, что смерть или какое-либо другое трагическое обстоятельство не разлучит нас с близкими сию же минуту. Поскольку духовные собратья, супружеские пары и т.п. могут оказаться разлучёнными неожиданно, в любую минуту, следует избегать вспышек гнева, ссор, резких слов, потасовок. Мы никогда не знаем, как долго мы будем вместе, поэтому мы должны принять решение, что в то короткое время, которое у нас ещё осталось, мы будем проявлять к нашим близким только заботу и любовь. Вот что говорит Падампа Сангье:

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

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

Положи в основу сознания Дхарму;
Положи в основу Дхармы нищую жизнь;
Положи в основу нищеты мысль о смерти;
Положи для себя умереть в одинокой пещере пустой**.

Высокое положение и могущественные армии недолговечны. Вселенский монарх Мандхатри повернул золотое колесо***, что дало ему власть над четырьмя континентами; он правил в небесной сфере тридцати трёх богов; он даже делил трон с Индрой, правителем богов, и был способен разбить в битве асур. Однако и он в конечном счёте рухнул наземь и умер, не успев осуществить свои честолюбивые замыслы. Как можно видеть, никто из тех, кто обладает властью и авторитетом, – будь то правители стран, ламы или власть предержащие, ни один из них не в состоянии удерживать своё положение вечно; и многие из тех, кто в одном году был облечён могуществом и вершил суд над другими, годом позже сами томились в заточении.

* На его месте построили Поталу – дворец Далай-лам.

** То есть умереть в одиночестве и отдалённом месте, где нет никаких отвлечений.

*** Золотое колесо – атрибут вселенского правителя – «чакравартина» (букв. «вращающего колесо»). –

Прим. ред.

Какую пользу могли бы вы извлечь из подобной быстротечной власти? С другой стороны, несравненное состояние Будды не может быть ни ущемлено, ни запятнано и достойно подношений как от богов, так и от людей. Вам следует неукоснительно стремиться достичь этого.

Дружба и вражда также отнюдь не постоянны. Однажды, когда архат Катьяна собирал подаяние, ему повстречался человек с ребёнком на руках. Человек с большим наслаждением ел рыбу и швырял камнями в суку, которая пыталась подобраться к костям. Однако же, благодаря своему ясновиденью, просветлённый учитель увидел вот что: рыба прежде была отцом того, кто был человеком в данном рождении, а сука прежде была его матерью; недруг, которого этот человек убил в прошлом рождении, переродился как его сын, что было для него кармической расплатой за погубленную им жизнь. Катьяна воскликнул:

Ест плоть отца, камнями в мать швыряет,
Качает на руках врага, которого убил;
Жена же кости мужа гложет.

Насколько же смешон спектакль сансары!

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

Богатство и нищета никогда не делятся бесконечно. Многие начали свою жизнь в удобствах и роскоши, а закончили её в нищете и страдании. Другие же начинали в крайней нищете, но потом обрели благополучие. Были даже и такие, кто начинал жизнь нищим, а кончил её правителем государства. Существуют бесчисленные примеры таких поворотов судьбы. Дядя Миларепы, к примеру, однажды поутру веселился на пирушке, которую он устроил в честь своей невестки, а к вечеру обрушился его дом, и он оплакивал свою жалкую участь.

Однако, если тяготы выпали вам на долю через Дхарму, то, сколько бы всевозможных страданий вам ни довелось претерпеть, как, к примеру, Почтенному Миларепе и многим Победителям в прошлом, вы в конечном счёте испытаете невыразимое счастье. Если же вы богатеете вследствие неблагих действий, то, хотя вы временно и блаженствуете, в итоге вашим уделом будут бесконечные страдания.

Счастье и горе столь непредсказуемы! Давным-давно в царстве Апарантака семь дней непрерывно с неба сыпалось зерно, потом семь дней падала одежда и ещё семь дней – драгоценные камни. А напоследок обрушились потоки земли, похоронив всех жителей, которые переродились в низших сферах существования. Находясь во власти надежд и страхов, бесполезно даже пытаться взять под свой контроль эти постоянно сменяющие друг друга периоды счастья и страданий. Вместо этого просто отбросьте от себя – словно плевок в придорожную пыль – весь комфорт, богатство и удовольствия этого мира. Возьмите себе за правило следовать по стопам Победителей прошлого, храбро перенося во имя Дхармы все выпадающие вам на долю тяготы.

Совершенство и посредственность также непостоянны. В мирской жизни, каким бы авторитетом вы ни пользовались, каким бы красноречием, эрудицией и талантом ни блистали, какой бы силой и мастерством ни отличались, приходит время, когда все эти

качества иссякают. Как только вы исчерпали заслуги, которые накопили в прошлом, ваши мысли становятся неблагими, а все начинания терпят крах. Вас со всех сторон осуждают. На вас валятся несчастья, и все вас презирают. Иные утрачивают даже те малые достоинства, какие у них были, и остаются с пустыми руками. А другие, кого раньше считали плутами и лгунами, не имеющими ни талантов, ни здравого смысла, становятся богатыми и благополучными; все им доверяют и считают хорошими и добропорядочными людьми. Как говорится в пословице: «Стареющие жулики занимают завидные места».

И в религиозной жизни так же, согласно пословице: «В старости мудрецы впадают в детство, отрешённые накапливают богатство, а соблюдающие заповеди заводят семьи». Бывает, что люди, которые в молодости отрешились от мирской деятельности, принимаются к концу жизни копить богатства и делать припасы; другие начинают с того, что учат Дхарме и разъясняют Учение, а кончают тем, что становятся охотниками, ворами и грабителями, а просвещённые монастырские наставники, хранившие в молодости верность всем монашеским обетам, в старости производят на свет множество детей.

С другой стороны, есть немало и таких примеров, когда люди в молодые годы вершили неблагое; но в конце жизни полностью посвятили себя практике святой Дхармы и либо достигли выдающихся совершенств, либо, по крайней мере, до конца жизни придерживались пути, что открывает им возможность для более высоких перерождений. Если человек кажется нам сегодня плохим или хорошим, это всего лишь мимолётное впечатление, а отнюдь не его постоянное, стабильное качество.

Быть может, вы испытали некоторое разочарование в сансаре и, почувствовав смутное желание обрести Освобождение, надели на себя личину серьёзного последователя Дхармы. Это может произвести впечатление на простых людей, которые захотят поддерживать вас материально и быть вашими учениками. Если в этот момент вы внимательно не взгляните в своё сознание, вы можете легко поверить, что вы действительно тот, за кого вас принимают. Ведомые гордыней, вы оказываетесь полностью во власти видимости вещей и приходите к заключению, что можете делать всё, что пожелаете. Это, безусловно, ловушка, расставленная злыми силами. Стало быть, отбросьте веру в самосущее бытие эго и развивайте в себе мудрость непривязанности к самосущности*.

* Мудрость, позволяющую видеть пустоту «я» и пустоту явлений.

Пока вы не достигнете высочайших уровней бодхисаттвы, никакая видимость – благая или неблагая – не может быть продолжительной. Постоянно медитируйте о смерти и преходящности. Анализируйте свои ошибки и всегда будьте смиренны. Культивируйте в

себе неудовлетворённость сансарой и стремление достичь Освобождения. Выработывайте в себе умиротворённость, дисциплинированность и добросовестность. Подобно Почтенному Миларепе постоянно развивайте в себе чувство острой и глубокой печали при мысли о непостоянстве всего обусловленного и о страданиях в сансаре:

В скалистой пещере в пустынном краю

Моя печаль неотступно со мною.

Непрестанно к тебе я устремляюсь,

О мой учитель – Будда трёх времён.

Если не придерживаться постоянно такого умонастроения, то невозможно предугадать, куда могут завести все эти постоянно меняющиеся и неожиданно возникающие мысли.

Жил когда-то человек, который однажды после распри с родственниками вступил на путь Дхармы и стал известен под именем гелонг Тхангпа, практикующий Дхарму. Научившись контролировать свою энергию и сознание³⁵, он мог летать по небу. Однажды, наблюдая за большой стаей голубей, слетевшихся на корм, который он им дал, он подумал, что, будь у него такая многочисленная армия, он уничтожил бы всех своих врагов. Он не смог обратить эту неблаговую мысль на путь к Прозрению³⁶ и вследствие этого, когда вернулся в родные края, он стал командующим армией.

В настоящее время, благодаря вашему учителю и духовным друзьям, у вас, возможно, появилось какое-то поверхностное представление о Дхарме. Но, памятуя о том, сколь нестабильны человеческие чувства, практикуйте Дхарму искренне и до конца своих дней. Проанализировав приведённые здесь примеры, вы, без сомнения, придёте к убеждению, что ничто – начиная с самых высоких уровней существования и кончая самой нижней сферой ада – не имеет даже и намёка на неизменность или стабильность. Всё подлежит изменению, всё претерпевает подъёмы и падения.

VI. Неопределённость обстоятельств смерти.

Всякий человек, рождённый в этом мире, несомненно, умрёт. Но как, когда, где и при каких обстоятельствах это произойдёт, предсказать невозможно. В этом мире лишь немного благоприятно для жизни, но неизмеримо большее представляет для неё опасность. Как говорил наставник Арьядева:

Причин для смерти до крайности много;
Причин для жизни до крайности мало,
И даже они обращаются в причины смерти.*

* Цитата из трактата Нагарджуны «Ратнавали». – *Прим. ред.*

Огонь, вода, яды, пропасти, дикари, дикие животные... – многочисленны обстоятельства, при которых можно расстаться с жизнью; но лишь немного содействует её продлению. Даже еда, одежда и всё другое, что, как считается, поддерживает жизнь, может стать причиной смерти. Часто смерть наступает из-за еды: еда может быть отравлена; или, как это часто бывает, мы едим что-либо, обладающее целебными свойствами, но по каким-то причинам эта еда оказывается ядовитой³⁷ или просто вредной – и таким образом превращается в причину смерти. Это особенно ощутимо в наши дни, когда многие не могут жить без мяса и, не задумываясь, употребляют живую плоть и кровь, совершенно забывая о тех болезнях, которые вызывает старое мясо³⁸ и вредоносные духи мяса. Нездоровая диета и ненормальный образ жизни могут также вызвать опухоли, болезни слизистой оболочки, водянку и другие заболевания, которые нередко приводят к смерти.

Подобным же образом стремление к богатству, славе и всевозможным регалиям побуждает людей начинать битвы, охотиться на диких животных, безрассудно перекрывать реки и подвергаться риску во множестве других ситуаций, которые могут привести к смерти.

К тому же момент, когда какое-либо из этих многочисленных обстоятельств может вызвать смерть, абсолютно непредсказуем. Некоторые умирают во чреве матери, при родах или ещё до того, как научились ползать. Некоторые умирают молодыми, другие – старыми и уже совсем дряхлыми. Некоторые умирают прежде, чем успеют получить лекарство или помощь со стороны. Другие же угасают медленно, будучи многие годы прикованы болезнью к постели и глядя на всё живое потускневшими глазами; после смерти от них остаются только скелеты, обтянутые кожей. Многие умирают внезапно или в результате несчастного случая во время еды, беседы или на работе. Некоторые даже сами себя лишают жизни. При наличии такого количества причин, вызывающих смерть, жизнь имеет не больше вероятности уцелеть, чем пламя свечи на ветру. Нет никакой гарантии, что в эту самую минуту вас не настигнет смерть и что завтра вы не

переродитесь в облике животного с рогами или с бивнями в пасти. Вы должны увериться в том, что время смерти непредсказуемо и что невозможно знать заранее, где вы переродитесь в следующий раз.

VII. Острое осознание преходящности.

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

Постоянно и напряжённо, всем своим существом, предавайтесь мыслям о смерти. Практикуйтесь в этом, как это делали в прошлые времена все геше из школы Кадам, которые всегда думали, что они могут в любую минуту умереть. Вечером, перед сном, они не покрывали тлеющие угли, предполагая, что, возможно, наутро не понадобится разжигать огонь, и переворачивали вверх дном свои чаши для подаяния*.

* Для тибетца перевёрнутая чаша для подаяния является знаком, что человек умер.

Однако одной лишь медитации о смерти недостаточно. Единственное, что реально помогает в момент смерти, это Дхарма, поэтому постоянно, не утрачивая внимания и осознанности, постигайте, что всякая деятельность в сансаре преходяща и лишена сущности, побуждайте себя упорно практиковать подлинную Дхарму. По существу, непостоянно и само соединение тела и сознания, так что не считайте это своей собственностью; тело даётся только во временное пользование.

Все дороги и пути непостоянны, поэтому, куда бы вы ни шли, направляйте свои стопы к Дхарме. Как говорится в Собрании запредельной мудрости:

Если при ходьбе сосредоточенно глядеть на расстоянии локтя перед собой, тогда сознание не будет в смятении.

Все места, где вы можете оказаться, являются преходящими; а потому считайте всякое из них чистым полем Будды. Еда, питье и всё другое, от чего вы получаете удовольствие, преходящи, потому сделайте своей пищей глубокое сосредоточение. Сон преходящ, потому очищайте сновидения, погружая их в ясный свет³⁹. Богатство, если оно у вас есть, преходяще; а потому устремляйтесь к семи благородным драгоценностям. Друзья, возлюбленные, родственники преходящи; а потому в уединённом месте развивайте в себе жажду Освобождения. Высокое положение и слава преходящи, а потому всегда проявляйте терпение. Слова преходящи, а потому побуждайте себя читать мантры и молитвы. Вера и стремление к Освобождению преходящи, а потому храните верность своим обязательствам. Идеи и мысли преходящи, а потому развивайте в себе благие побуждения. Духовный опыт и свершения преходящи, а потому продвигайтесь вперёд, пока не достигнете того состояния, когда всё растворяется в природе вещей как они есть. В этот момент разрывается связь между смертью и перерождением⁴⁰, и возникает чувство полной готовности принять смерть. Вы овладели крепостью бессмертия и уподобились орлу, которому доступно парение в небесных высотах. После этого отпадает нужда созерцать горестные мысли о надвигающейся смерти. Как пел об этом Почтенный Мила:

Смерти устрасась, я в горы из дома ушёл
И там созерцал, созерцал непредсказуемость времени смерти;
Твердыней бессмертной природы теперь я овладел.
И страху смерти я больше уже неподвластен.

А несравненный Дагпо Ринпоче говорит:

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

В начале, – подобно человеку, опасно раненному стрелой, вы понимаете, что не можете терять время. В середине – подобно матери, потерявшей единственного ребёнка – вы медитируете лишь о смерти, ни о чём другом не помышляя. В конце, – подобно пастуху, у которого недруг угнал всё стадо, вы осознаёте, что у вас не осталось никаких дел. Упорно медитируйте о смерти и преходящности всего сущего, пока не достигнете такого уровня.

Будда говорил:

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

Настойчиво медитировать о временности всего сущего – значит быть спасённым от страданий всеми Буддами.

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

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

Следы слона заметней всех других, точно так же медитация о временности всего сущего для буддиста – завет важнейший среди всех.

А в Винае Будда говорил:

Помнить каждую секунду о преходящности составных вещей важнее, чем одаривать едой и приношениями сотню моих учеников, таких как Шарипутра и Маудгальяяна, которые и без того являют собой совершенные сосуды.

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

Если хочешь упражняться только в одном, то самое важное – это медитация о преходящности всего сущего. В начале медитация о смерти и преходящности побуждает принять Дхарму; в середине она ведёт к истинной практике; в конце она помогает понять единообразие всех явлений.

В начале медитация о преходящности побуждает отсечь свою привязанность к явлениям этой жизни; в середине она позволяет отринуть цепляние за сансару; в конце она помогает встать на путь нирваны. В начале медитация о преходящности ведёт к вере; в середине она побуждает практиковаться усердно; в конце она помогает раскрыть мудрость.

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

В начале, когда ещё есть сомнения, медитация о преходящности порождает усердие, защищающее, как броня; в середине она порождает усердие в действии; в конце она порождает неукротимое усердие⁴¹.

А Падампа Сангье говорит так:

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

До той поры, пока у нас не будет полного убеждения в преходящности, любое полученное нами учение, любая практика будут делать нас лишь более глухими⁴² к Дхарме.

Падампа Сангье также говорил:

Я никогда не встречал практикующего тибетца, который думал бы о смерти. Но я также не встретил ни одного, кто жил бы вечно!
Видя, с какой жадностью они принимаются, едва надев жёлтое облачение, скапливать богатство, я себя спрашиваю:
«Что же, они и от смерти будут откупаться едой и деньгами?»
Видя, как они скапливают ценности, я себя спрашиваю:
«Что же, они и в аду будут давать взятки?»
Ха-ха! Мне смешно смотреть на таких тибетцев!
Самые образованные, они же и самые гордые.
Самые искусные в медитации копят провиант и богатства.
Одинокие отшельники вовлекаются в суетные предприятия.
Тем, кто отрёкся от дома и родной земли, неведом стыд.
Эти люди глухи к Дхарме! Они погрязли в неблагих деяниях.
Они видят, как умирают другие, но не отдают себе отчёта, что и они также умрут.
Это их главное заблуждение.

Стало быть, медитация о преходящности – это прелюдия ко всем упражнениям в Учении. Однажды геше Потову попросили дать наставления о том, как отвращать неблагоприятные обстоятельства, и он сказал следующее:

Упорно медитируйте о смерти и преходящности. Как только у вас появится твёрдое убеждение, что вы умрёте, вам больше не будет трудно ни отказаться от пагубных действий, ни делать то, что должно. Затем упорно медитируйте о любви и сострадании. Как только любовь наполнит ваше сердце, вам больше не будет трудно действовать во имя блага других.

Затем упорно медитируйте о том, что истинный образ существования всех явлений – пустота. Как только вы полностью поймёте пустоту, вам больше не будет трудно отбросить все свои заблуждения.

Когда у нас появляется полная уверенность в существовании преходящности, все обычные в этой жизни действия начинают нам казаться столь же глубоко отвратительными, как жирное мясо человеку, которого тошнит. Мой глубоко почитаемый учитель часто говорил:

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

Сколь глубоко прониклись вы мыслью о преходящности? Вам следовало бы уподобиться геше Кхараку Гомчунгу который отправился медитировать в горные пустоши Джомо Кхарак в провинции Цанг. Перед его пещерой был куст с шипами, за который постоянно цеплялась его одежда. Сначала он подумал: «Может, срубить этот куст?» Но потом сказал себе: «Но ведь я могу умереть в пещере. Не знаю, выйду ли я из этой пещеры живым. Так что уж лучше я буду продолжать свою практику». И он не срубил куст.

Когда он снова выходил из пещеры, всё повторилось. На этот раз он подумал: «Я вовсе не уверен, что когда-нибудь снова войду в эту пещеру». Так это продолжалось много лет, пока он не обрёл наивысшие духовные достижения. Когда он ушёл, куст остался на том же самом месте.

Мой учитель также рассказывал, что видьядхара Джигме Лингпа каждую осень, в то время, когда видно созвездие Риши, проводил некоторое время у одного горячего источника. По краям бассейна не было ступеней, и поэтому ему было трудно спускаться к воде и сидеть там. Его ученики предложили вырубить ступени, но он ответил:

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

И мы так же должны медитировать о преходящности, пока полностью не выработаем в себе такое же отношение. Необходимо сначала породить в себе бодхичитту. Затем в качестве основной практики следует практиковаться, используя все упомянутые средства, до тех пор, пока идея преходящности полностью не пропитает все ваши мысли. В конце завершайте каждую свою практику посвящением заслуг. Практикуйтесь таким образом, стремясь по мере своих сил подражать великим учителям прошлого.

Преходящность так явна и очевидна, но я воспринимаю всё вечным.

Я стою на пороге старости, но делаю вид, что молод.

Благослови же меня и подобных, кто сбился с пути,

Чтоб бренность всего сущего мы осознали.



Достопочтенный Дракпа Гьялцен (1147-1216).

Великий учёный и один из первых учителей в школе Сакья.

Глава третья.

ПОРОКИ САНСАРЫ.

*Понимая, что всякая деятельность в сансаре тщетна,
Ты из великого сострадания прилагаешь усилия лишь ради блага других;
Не имея привязанности ни к сансаре, ни к нирване,
Ты действуешь согласно учению Великой колесницы.
Несравненный учитель, я склоняюсь к твоим стопам!*

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

I. Страдания в сансаре в целом.

Как я уже упоминал, мы наделены сейчас всеми свободами и преимуществами, получить которые очень трудно, но это временно. Мы можем вскоре оказаться во власти преходящности и смерти. Если бы после этого мы просто исчезли, как погашенный огонь или испарившаяся вода, то на этом всё бы и кончилось. Однако после смерти мы не растворяемся в ничто. Мы вынуждены родиться вновь и тем самым продолжаем оставаться в сансаре – другой возможности нет. Термин сансара, колесо или круговерть существований, используется здесь, чтобы обозначить бесконечное перемещение по кругу – наподобие того, как вращается, гончарное колесо или колесо водяной мельницы. Сколько бы муха ни летала в закрытом кувшине, вырваться оттуда она не может. Точно так же, где бы мы ни родились, в высших или в низших сферах существования, мы всё равно заточены в сансаре.

Верхняя часть кувшина подобна высшим сферам богов и людей; нижняя аналогична трём мученическим сферам. О сансаре говорят, что это круговерть существований, потому что мы непрерывно вращаемся по кругу, обретая попеременно рождение то в одной, то в другой из шести сфер, ибо наши действия – как благие, так и неблагие – неизменно отмечены привязанностью к эго.

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

Если считать матерей наших всех
Хоть по комочкам земли – на каждую –
Размером с ягоду можжевельника,
То не хватит и всей земли.

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

Даже если бы из-за благоприятного воздействия наших добродетельных поступков мы обрели долгую жизнь, совершенное тело, богатство и величие Индры или Брахмы, то и тогда в конце мы не смогли бы отсрочить свою смерть; а после смерти должны были бы снова испытывать страдания в низших сферах. В течение ряда лет, месяцев или дней мы, возможно, будем находиться под влиянием ложного представления, поскольку в этой жизни у нас есть какие-то незначительные преимущества: власть, богатство, хорошее здоровье и тому подобное. Однако, как только будет исчерпан положительный эффект от благих действий, вызвавший эти счастливые обстоятельства, нам придётся – хотим мы того или не хотим – испытать бедность и горе или же невыносимые страдания в низших

сферах существования. Какой смысл в таком счастье? Не похоже ли это на сновидение, которое при пробуждении обрывается в самый счастливый момент?

Те, кто в результате незначительных положительных действий выглядит сегодня счастливым и благополучным, не смогут удержаться в этом состоянии ни секунды после того, как будут исчерпаны следствия этих действий. Владыки среди богов, восседающие на тронах из драгоценных камней, покрытых божественными шелками, наслаждаются всеми удовольствиями, приносимыми пятью органами чувств. Но едва лишь срок их жизни истекает, как они в мгновение ока падают головой вниз на обжигающее металлическое дно ада и вновь погружаются в страдание. Даже боги солнца и луны⁴³, освещающие все четыре континента, могут впоследствии переродиться на одном из этих континентов и в темноте столь непроницаемой, что даже не увидят, вытянуты или согнуты их члены.

Так что не доверяйте видимым радостям сансары. Примите решение ещё в этой жизни вырваться из этого великого океана страданий и достигнуть подлинного и неувядаемого счастья состояния Будды. Размышляя таким образом, проводите все три этапа практики: подготовительный, основной и завершающий.

II. Размышления о страданиях в каждом из шести миров.

1. Восемнадцать адских сфер.

1.1. Восемь горячих адов.

Эти восемь адов находятся один над другим наподобие этажей здания, начиная с Возрождающего ада наверху и кончая Адом беспредельных мучений в самом низу. В каждом из этих адов основание и ограждения состоят из раскалённого докрасна железа – наподобие того, с каким работают кузнецы. Там не найдётся ни одного самого малого местечка, куда можно было бы безопасно поставить ногу: кругом дышащее жаром пространство, заполненное слепящим бушующим пламенем.

1.1.1. Возрождающий ад.

Здесь, в силу своих прошлых действий, множество существ, неисчислимых, как снежинки при снегопаде, свалены на пышущие жаром угли, покрывающие раскалённое металлическое основание. Так как действия, приведшие их туда, были мотивированы ненавистью, связь причины и следствия заставляет их видеть в других смертельных врагов, и оттого они яростно сражаются друг с другом. Размахивая оружием из призрачного арсенала, порождённого их кармой, они побивают друг друга до тех пор, пока все до одного не падают замертво. Тогда голос сверху восклицает: «Восстаньте!» – и все они немедленно воскресают и вновь начинают сражаться. Так они беспрестанно страдают, умирая и вновь возвращаясь к жизни. Как долго они там живут? Пятьдесят человеческих лет равны одному дню в божественной сфере Четырёх великих властителей. Тридцать таких дней образуют месяц, а двенадцать месяцев образуют год. Пятьсот таких лет равны одному дню в Возрождающем аду, в котором снова двенадцать месяцев, по тридцать дней в каждом, составляют год. Существа страдают в этом аду в течение пятидесяти таких лет.

1.1.2. Чернолинейный ад.

Здесь приспешники Повелителя смерти Ямы раскладывают свои жертвы, словно головешки, на основании из раскалённого металла и расчерчивают их тела чёрными линиями – четырьмя, восемью, шестнадцатью, тридцатью двумя и т. д., что является указанием, на сколько частей следует распиливать их горячими пилами. Едва лишь тела расчленены на части, они немедленно вновь соединяются в одно целое, и тогда их опять распиливают; и так повторяется снова и снова. Что касается длительности их пребывания там, то сто человеческих лет соответствуют одному дню в небесной сфере Тридцати трёх богов, а тысяча лет в сфере Тридцати трёх равна одному дню в этом аду. Существа проводят в этом аду тысячу таких лет.

1.1.3. Свалочно-дробильный ад.

В этом аду в огромные железные чаны, размером с целые долины, сваливают миллионы существ. Приспешники Повелителя смерти Ямы крутят вокруг их голов огромные, величиной с гору Меру, молоты из раскалённого железа и колотят их этими

молотами, забивая визжащие и стонающие в невообразимом ужасе и муках жертвы до смерти. Но, едва лишь молоты подняты, как существа возвращаются к жизни, чтобы затем вновь и вновь испытывать всё те же муки. Иногда горы по обеим сторонам долины оцетиниваются головами оленей, ланей, баранов, козлов и других животных, убитых жертвами ада в их прошлых жизнях. Звери бодают друг друга своими извергающими огонь рогами, дробя на куски тела бесчисленных жертв этого ада, привлечённых туда силой своих прошлых действий. Затем горы расступаются, жертвы оживают, после чего их снова крошат на куски. Двести человеческих лет равны одному дню богов в Бесконфликтной небесной сфере. Две тысячи лет в этой сфере соответствуют одному дню в Свалочно-дробильном аду, а существа живут в этом аду две тысячи лет.

1.1.4. Воющий ад.

Здесь существа страдают от того, что их поджаривают в зданиях из раскалённого докрасна железа, откуда нет никакого выхода. Существа кричат и стонют, думая, что им никогда оттуда не вырваться. Сто человеческих лет равны одному дню в чистой земле Радостной. Четыре тысячи лет в этой сфере существования равны одному дню в Воющем аду, где жизнь продолжается четыре тысячи лет.

1.1.5. Истошно воющий ад.

Множество вооружённых, устрашающего вида приспешников Повелителя смерти Ямы заталкивают свои бесчисленные жертвы в раскалённые добела здания с двойными стенами. Как внутренние, так и внешние двери задрены расплавленным металлом, и обитатели ада воют в ужасе при мысли, что, даже если бы им удалось пробиться через первую дверь, им вер равно никогда не прорваться через вторую. Восемьсот человеческих лет соответствуют одному дню в чистой земле Весёлой магии. Восемь тысяч лет там равны одному дню в Истошно воющем аду. Продолжительность жизни его обитателей в этом аду восемь тысяч лет.

1.1.6. Горячий ад.

Здесь бесчисленные существа страдают от того, что их варят в огромных железных чанах размером с космическое пространство, в котором находится миллиард миров, где они кипят в расплавленной бронзе. Как только они выплывают на поверхность, прислужники ада хватают их металлическими крюками и бьют по голове молотами, от чего они иногда теряют сознание. Для них это счастье, ибо это те редкие минуты, когда они не чувствуют боли. В остальное время они непрерывно испытывают ужасные страдания. Тысяча шестьсот человеческих лет равны одному дню в сфере богов Наслаждения эманациями других. Шестнадцать тысяч лет у этих богов соответствуют одному дню в Горячем аду, а существа проводят в этом аду шестнадцать тысяч таких лет.

1.1.7. Сверхгорячий ад.

Существа в этом аду заточены внутри раскалённых докрасна металлических строений, и слуги Ямы нанизывают каждого через пятки и анальное отверстие на вилы из раскалённого железа, так чтобы зубцы протыкали им плечи и темя. В то же время их тела заворачивают в щиты из раскалённого железа. Какие муки они переносят! Это продолжается половину промежуточной кальпы – период времени, невообразимый по человеческим меркам.

1.1.8. Ад беспредельных мучений.

Это огромное здание из светящегося раскалённого металла, окружённое шестнадцатью соседствующими адами. В нём приспешники Ямы швыряют бесчисленных существ в середину кучи из кусков раскалённого докрасна железа, мерцающего, словно тлеющие угли. Они раздувают пламя мехами из тигровых и леопардовых шкур, пока тела жертв и огонь не становятся единым месивом. Страдания жертв ужасны. Только их вопли отчаяния выдают присутствие там человеческих тел. Они непрерывно пытаются выскочить оттуда, но этого никогда не происходит. Иногда пламя на мгновение спадает, и жертвы думают, что могут вырваться, но прислужники ада бьют их острогами, дубинками, топорами и другими орудиями и подвергают их мукам семи предыдущих адов, например вливают каждому в рот расплавленную бронзу. Продолжительность жизни здесь – целая промежуточная кальпа. Название Ад беспредельных мучений показывает, что больших мучений, чем в этом аду, быть не может. В этом аду перерождаются те, кто

совершил пять преступлений, влекущих за собой немедленное воздаяние; а также те из практикующих Мантраяну, кто выказывает враждебное отношение к своим наставникам Ваджраяны.

1.2. Соседствующие ады.

Вокруг Ада беспредельных мучений в каждой из четырёх сторон света находятся Яма с раскалёнными углями, Трясина из разлагающихся трупов, Долина вздыбленных лезвий и Лес деревьев с листьями-мечами – по четыре с севера, юга, востока и запада, всего шестнадцать. В каждом из промежуточных направлений – то есть на юго-востоке, юго-западе, северо-востоке и северо-западе – возвышаются холмы с железными деревьями шалмари.

Яма с раскалёнными углями. Когда существа, очистившиеся от большей части своих действий, следствия которых привели их в Ад беспредельных мучений, из него выскакивают, они видят в отдалении нечто похожее на затенённый ров. Они с радостью в него прыгают и погружаются в яму, наполненную раскалёнными углями, которые сжигают их плоть и кости.

Трясина из разлагающихся трупов. Потом они видят реку. Поскольку в течение целой кальпы их калили в жаровне, у них появилась такая жажда, что вид воды наполняет их радостью, и они туда бросаются, надеясь утолить жажду. Но, конечно, воды там нет, а есть только лишь трупы – трупы людей, лошадей, собак, которые разлагаются, кишат насекомыми, издают ужасное зловоние. Существа погружаются в эту трясиину, уходят в неё с головой, и тогда их пожирают черви с железными клювами.

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

Лес деревьев с менами. Очутившись опять на свободе, они с радостью замечают красивый лес и устремляются к нему. Но, добравшись туда, они обнаруживают чащу деревьев с железными ветками, на которых вместо листьев растут мечи. Ветер приводит в движение мечи, и те рассекают тела существ на мелкие куски. Потом тела сами по себе срстаются, а затем опять рассекаются на куски, и так снова и снова.

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

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

«Я чувствую такой невыносимый ужас и такую боль, когда я всего лишь воображаю эти страдания, не находясь там самолично. Небозримое число существ находятся сейчас в этих адах, и все они в прошлых жизнях были моими родителями. Неизвестно, не переродятся ли там, после того как они умрут, мои родители, мои любимые и друзья из этой жизни. Перерождение в адах является главным образом следствием действий, причиной которых является ненависть, но я сам скопил неисчислимое количество таких действий как в нынешней, так и в прошлых жизнях. Я, без сомнения, сам рано или поздно получу рождение в этих адах. В настоящее время я располагаю человеческим воплощением во всей его полноте, со всеми свободами и преимуществами. Я встретил истинного духовного учителя и получил глубокие наставления, которые открывают возможности достичь уровня Будды. Я должен приложить все усилия, чтобы практиковаться в соответствии с указаниями: это избавит меня от возможности вновь переродиться в низших сферах существования.»

Размышляйте подобным образом о страданиях в адах. Снова и снова искренне кайтесь в своих прошлых проступках и примите твёрдое решение никогда, даже ради

жизни, не совершать действия, приводящие к рождению в адах. С глубочайшим состраданием к тем существам, которые находятся сейчас в низших сферах существования, молитесь о том, чтобы все они могли немедленно вырваться оттуда. С такими мыслями проведите все три этапа практики: подготовительный, основной и завершающий.

1.3. Восемь холодных адов.

Главными элементами ландшафта в этих адах являются снежные горы и ледники с постоянно бушующими снежными бурями. Здесь существа полностью обнажены и мучаются от холода. В Волдырном аду от холода на их телах выскакивают волдыри. В Аду лопающихся волдырей эти волдыри прорываются. В Аду стиснутых зубов холод так лют и непереносим, что там всегда у всех стиснуты зубы. В Аду стенаний жалобы и стенания не прекращаются ни на минуту. В Аду стонов у жертв садятся голоса, и с их губ срываются долгие стоны. В Аду трещин голубого лотоса кожа синеет и лопается в форме, похожей на четыре лепестка этого цветка. В Аду лотосоподобных трещин кожа сходит, открывая красное мясо, которое растрескивается на восемь частей. Наконец, в Аду огромных лотосоподобных трещин плоть становится тёмно-красной и растрескивается сначала на шестнадцать частей, затем на тридцать две части и, наконец, на бесчисленное множество частей. Черви проникают в растрескавшуюся плоть и крушат её своими железными зубами.

Названия этих восьми адов отражают те виды страдания, которые испытывают в них существа.

Что касается длительности жизни в этих адах, то представьте себе сосуд, который вмещает две сотни кошальских мер*, наполненных зёрнами сезама.

* Древняя мера зерна, названная по имени индийского города Кошала (недалеко от современной Айодхьи).

Жизнь в Волдырном аду продолжается столько лет, сколько требуется, чтобы опустошить этот сосуд, если вынимать из него по одному зёрнышку в сто лет. В других холодных адах продолжительность жизни и интенсивность страданий возрастают в двадцать раз в каждом следующем аду. Таким образом, жизнь в Аду лопающихся волдырей в двадцать раз продолжительнее, чем в Волдырном аду, а в Аду стиснутых зубов ещё в двадцать раз продолжительнее и т. д. Мысленно примите эти страдания на

себя и медитируйте о них так же, как о страданиях в горячих адах. В этой жизни вы не смогли бы простоять и одну минуту раздетыми на зимнем холодном ветру. Как вы могли бы вынести всё это, если бы переродились в одной из тех сфер! И с состраданием к тем существам, которые там переродились, и им подобным, сходно с тем, как это делали раньше, практикуйте во всех трёх стадиях практики: подготовительной, основной и завершающей.

1.4. Преходящие ады.

Преходящие ады существуют в самых различных местах, и страдания, переносимые там, бывают соответственно различными. Существа могут быть зажатыми между скалами или заточенными в камне, замороженными во льду, брошенными в кипящую воду или сожжёнными в огне. Некоторые, срубая дерево, испытывают такое чувство, будто они дерево, у которого отрубают члены. Некоторые страдают, представляя свои тела в виде обычных вещей, таких как ступки, веники, кастрюли, двери, столбы, крюки, верёвки.

Примерами рассказов о таких адах являются повести о рыбе, которую Лингже Репа видел в Ямдрокке, или о лягушке, которую махасиддха Тантон Гьялпо обнаружил внутри камня.

Изумрудно-голубое озеро Юцо Нгонмо, одно из четырёх знаменитых озёр в Тибете, появилось в Ямдрокке в тот час, когда там медитировала дакини Еше Цогьял: некий бонц бросил золотую монету, и она обратилась в озеро. Это озеро такой длины, что потребуются несколько дней, чтобы пройти от его начала в Лунг Кангчен до его конца в Зёмагуру

Однажды, глядя в это озеро, махасиддха Лингже Репа вдруг заплакал и воскликнул: «Ай, бедняга! Не злоупотребляйте подаяниями! Никогда не злоупотребляйте подаяниями!»⁴⁴ Когда бывшие с ним люди попросили его объяснить, в чём дело, он сказал: «Сознание ламы, который злоупотреблял подаянием, переродилось в Преходящем аду в этом озере и претерпевает теперь жестокие страдания». Они захотели увидеть это своими глазами; и тогда махасиддха в мгновение ока, применив магию, осушил озеро, и они увидели огромную рыбину – такого размера, что её тело полностью занимало всё озеро, в длину и в ширину. Она корчилась в мучительных страданиях, потому что её тело было сплошь покрыто мелкой живностью, которая поедала её живьём. Люди, сопровождающие Лингже Репу, спросили его, на чью долю выпала такая злая карма, и он ответил, что это

был Цангла Танакчен (букв.: лама Чёрной лошади из Цанга). Он был ламой, чья речь и благословения обладали огромной силой⁴⁵. Одного его взгляда было достаточно, чтобы исцелить одержимого духами. По этой причине он был глубоко почитаем в четырёх областях провинций Уй и Цанг. Во время похорон при переносе сознания он взимал за каждый произнесённый им слог «**Пхат**»* плату в виде большого количества лошадей или домашнего скота, принадлежавшего покойному.

* Слог **Пхат** (P'et), в частности, используется в практике переноса сознания с целью «выстрелить» сознание вверх (см. Часть 3).

Однажды махасиддха Тантон Гьялпо, сидя на огромной скале, выполнял йогические упражнения с энергетическими каналами и потоками. Скала раскололась надвое, и внутри оказалась огромная лягушка. Бесчисленная живность приклеилась к её телу и ела её живьём, чёрный рот её то открывался, то закрывался, выдавая невыносимые страдания. Когда сопровождавшие Тантаона Гьялпо спросили, по какой причине это произошло, он ответил, что существо, переродившееся в этой форме, было в предыдущем воплощении ламой, совершавшим кровавые ритуалы, принося в жертву животных.

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

Однажды Палден Чокьонг, главный настоятель монастыря Нгор, расставил вдоль берега множество монахов и велел им не пропустить ничего, что будет проплывать по реке. К вечеру они увидели, что по воде плывёт большой деревянный сундук. Они подтащили его к берегу и отнесли настоятелю, добавив, что они ничего больше не видели. «Значит, это оно и есть, – сказал он, – откройте». Внутри оказалась большая лягушка, заживо поедаемая массой насекомых. Совершив обряд очищения, настоятель сказал, что эта лягушка была раньше казначеем Дерге по имени Погье. Те, кто кажется сегодня могущественным, начальники и высокие чиновники, которые запускают руки в общественную казну, должны призадуматься насчёт Преходящих адов.

Во времена Будды жил один деревенский мясник, который дал обет никогда не убивать животных ночью. Он переродился в Преходящем аду. Ночью его жизнь была полна безграничных удовольствий. Он жил в красивом особняке, четыре привлекательные женщины подносили ему еду и питьё, а также потчевали другими яствами. Днём, однако, стены дома превращались в раскалённый докрасна металл, а женщины – в устрашающих коричневых псов, которые поедали его тело.

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

Был когда-то прелестный монастырь, в котором жили до пятисот монахов. Когда около полудня звонил колокол и монахи собирались на трапезу, монастырь превращался в дом из раскалённого металла. Миски монахов для подаяния, чашки и все другие предметы превращались в оружие, и монахи побивали им друг друга. Но как только проходило время обеда, они расходились в разные стороны и снова занимали свои места. Во времена Будды Кашьяпы многие монахи ссорились в обеденное время, и это было созревшее возмездие* за их поведение.

* Это объясняется в следующей главе.

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

Если вы удовольствуетесь тем, что будете просто слушать, и ограничитесь мирским знанием, не обращая его в опыт вашей жизни, вы станете одним из тех чёрствых и заносчивых буддистов, которых критикуют святые и порицают мудрые.

Был некогда монах, чьё поведение было образцовым, но гордыня была необъятной. Он пришёл к Шангу Ринпоче, и тот спросил его, что он знает о Дхарме. «Я слышал множество наставлений», – отвечал монах. «Тогда назови мне восемнадцать адских сфер», – сказал Шанг Ринпоче.

«Восемь Горячих адов и восемь Холодных адов, получается шестнадцать... и восемнадцать, если добавить Кармапу в чёрной шапке и Кармапу в красной шапке». Не из отсутствия уважения связал он одного Кармапу и другого Кармапу с адскими сферами. Он просто забыл названия Преходящих адов и Соседствующих адов, а поскольку оба

Карманы были в то время очень популярны, он нечаянно включил в свой перечень, что на язык попало. Как можно думать о том, чтобы практиковать Учение, которое получил, если не удалось запомнить хотя бы слова и термины, в нём упоминавшиеся!

2. Голодные духи (преты).

Существуют две разновидности голодных духов: те, что живут совместно, и те, что перемещаются в пространстве.

2.1. Голодные духи, живущие совместно.

Эти голодные духи страдают из-за внешних препятствий, внутренних препятствий и препятствий особого рода.

2.1.1. Голодные духи, страдающие из-за внешних препятствий.

Эти голодные духи терзаются голодом и жаждой. Проходят целые века, прежде чем они услышат хотя бы упоминание о воде. Они непрестанно одержимы мыслью о еде и питьё, непрерывно ищут и то и другое, но не находят даже и намёка на что-либо подобное. Время от времени они видят вдали поток чистой, прозрачной воды. Но их суставы слишком слабы, чтобы нести вес собственных животов. С огромным трудом, совершенно обессиленные, они, наконец, туда добиваются; но их страдания лишь усугубляются, когда становится очевидным, что вся вода полностью испарилась, так что им открывается лишь каменистое дно реки. Иногда они видят издалека фруктовый сад. Они опять туда направляются, но, когда добиваются до места, оказывается, что огромные деревья все зачахли и высохли. Иногда они видят обилие еды, питья и других привлекательных вещей, но, подойдя ближе, обнаруживают, что всё это охраняется множеством вооружённых людей, которые отгоняют их и избивают своим оружием, причиняя страшную боль.

Летом даже лунный свет кажется им жарким и обжигает; зимой даже солнечный свет кажется им ледяным. Эти ощущения – источник ужасных для них мучений. Однажды, когда Шрона был в земле голодных духов, их алчность была для него столь

разрушительна, что у него началась лихорадка и во рту совершенно пересохло. Он набрёл на железный замок, у дверей которого стояла устрашающая, похожая на тень фигура с красными глазами. «Есть ли здесь какая-нибудь вода?» – спросил Шрона. При этих словах его тесным кольцом окружила толпа голодных духов, выглядевших, как обгорелые головешки. «О ты, великое и совершенное существо, – умоляли они, – дай нам воды!» «Я сам не нашёл воды, – отвечал Шрона. – Я прошу воды у вас». «Что ты говоришь? – отвечали голодные духи. – Мы родились в этих местах двенадцать лет назад, но до сего дня не слышали даже и упоминания о воде».

2.1.2. Голодные духи, страдающие из-за внутренних препятствий.

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

2.1.3. Голодные духи, страдающие из-за особых препятствий.

Эти голодные духи отличаются друг от друга особыми, не похожими на других ощущениями, а также степенью их силы. К примеру, у некоторых из них на теле живёт большое количество всякой живности, которая их поедает. Однажды, путешествуя по стране голодных духов, Шрона подошёл к дворцу и увидел там красивую женщину. Она была замечательно сложена и носила дорогие украшения, так что смотреть на неё было одно удовольствие. К каждой ножке её кресла был привязан голодный дух. Она угостила Шрона едой, но предупредила, чтобы он не давал ничего голодным духам, даже если они станут просить самую малость. Когда Шрона начал есть, они стали умолять его дать им что-нибудь. Шрона дал одному из них немного еды, но она превратилась в отбросы; то, что он дал другому, стало куском железа; третий стал есть собственную плоть; а то, что он

дал четвёртому, обратилось в кровь и гной. Когда женщина вернулась, она вскричала: «Разве я не говорила тебе, что им нельзя ничего давать? Ты думаешь, у тебя больше сострадания, чем у меня?» «Какая связь между тобой и этими четырьмя?» – спросил Шрона. «Вот этот был моим мужем; тот был моим сыном; это была моя невестка; а четвёртая была моей служанкой». «Что же привело их сюда?» «Народ в Джамбудвипе слишком недоверчив, – отвечала женщина, – ты ни за что мне не поверишь». «Как я могу не поверить тебе, когда я вижу всё это собственными глазами?» И женщина рассказала Шроне свою историю.

«Я жила в селении, была женой брахмана. Однажды вечером я приготовила вкусную еду, потому что это был особый день. Так случилось, что мимо проходил, совершая свой обход за подаянием, великий и божественный Катьяна. Я верила в него и дала ему в качестве подношения еду. Потом я подумала, что, возможно, мой муж захочет разделить со мной эту заслугу. «Порадуйся вместе со мной, я сделала подношение великому и божественному Катьяне, преемнику Будды», – сказала я ему. Но он пришёл в ярость: « Ты ещё не подала еду брахманам и не выказала уважения своей семье и друзьям. И ты отдаёшь первую порцию еды какому-то бритоголовому монаху?! Пусть набивает себе рот отбросами». Я предложила то же самое моему сыну, и он тоже рассердился. «Пусть твой бритый жуёт куски железа», – закричал он. В тот вечер мои родители прислали мне вкусную еду, но моя невестка съела её, оставив мне всё самое худшее. Когда я спросила её, правда ли, что она съела всё лучшее, а мне оставила самые худшие куски, она соврала: «Я лучше буду есть собственную плоть, чем дотронусь до еды, присланной для тебя». А моя служанка съела еду, которую она должна была отнести моей семье, но сказала, что скорее стала бы пить кровь и гной, чем красть у меня еду.

Я же стала владычицей среди голодных духов, потому что пожелала переродиться там, где увижу, что стало с ними в результате их действий. А иначе я могла бы переродиться в небесной сфере Тридцати трёх, раз я давала подаяния возвышенному существу. Если когда-нибудь попадёте в наше селение, скажите моей дочери, которая занимается там проституцией, что вы видели её родителей и имеете поручение сказать ей, что её нынешние действия будут иметь плохие последствия, что так жить неправильно и она должна отказаться от своего неблаготворного поведения. Если она не поверит, скажите ей, что в старом доме её отца есть четыре железных котелка, наполненных золотом, и там же золотой посох и чаша для омовения, какими пользуются монахи. Скажите ей, чтобы она взяла всё это, делала время от времени подношения великому и божественному Катьяне и посвящала свои заслуги нам. Это будет сокращать нашу карму, так что со временем она будет полностью исчерпана»

Однажды, во время своего путешествия, учитель Джетари встретил женщину из голодных духов с омерзительным, отталкивающим телом, которая была матерью пятисот детей. «Двенадцать лет назад, – сказала она, – мой муж отправился на поиски еды в Бодх-Гаю. Он всё ещё не вернулся. Может быть, вы идёте туда; тогда скажите ему, чтобы он поскорее вернулся, а то все наши дети умрут от голода». «Как выглядит твой муж? Все голодные духи выглядят одинаково. Как я узнаю его?» «Вы его легко узнаете. Он слеп на один глаз, у него большой рот, расплющенный нос и налицо все девять признаков уродства», – сказала прета. Когда Джетари пришёл в Бодх-Гаю, он увидел, как монах из новичков выставил наружу много еды и воду, служившие подношениями. Как только монах ушёл, целая орда голодных духов бросилась подбирать эти припасы. Среди них был тот, кого он искал, и он передал ему слова его жены. Голодный дух ответил так: «Я брожу здесь уже двенадцать лет, но ещё ничего не добыл. Кроме одного раза, когда чистый монах высморкал свои сопли, да и то мне досталась самая малость, потому что много нас там было, кто дрался за них». В драке за сопли, как добавил учитель, пересказывая эту историю, голодный дух был изрядно покалечен.

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

Главной причиной рождения в облике голодного духа являются скардность и стремление воспрепятствовать щедрости других. И мы не раз поступали подобным образом, так что нам следует теперь делать всё, что в наших силах, чтобы избежать перерождения в этих сферах. С такими мыслями от всего сердца медитируйте об этом во всех трёх стадиях практики: подготовительной, основной и завершающей.

2.2. Голодные духи, перемещающиеся в пространстве.

Речь идёт о цен, гьялпо, шиндре, джунгпо, мамо, тэуранг* и других духах, которые живут в непрерывном ужасе и постоянно преследуемы галлюцинациями.

* Различные категории злых духов, для которых нет названий в русском языке.

Они помышляют лишь о злых делах и делают всё возможное, чтобы причинить другим вред; так что многие из них сразу же после смерти попадают в ещё более низкие сферы

существования, то есть в адские сферы. Они, в частности, каждую неделю вновь переживают все страдания своей предыдущей смерти от болезней, ранений, наваждения злых духов и всего прочего. Предел их желаний – переложить свои страдания на других; поэтому, где бы они ни были, они причиняют лишь вред; но и это не приносит им облегчения. Даже когда они с радостью навещают своих бывших друзей или близких, они приносят им лишь болезни, психические расстройства и другие неожиданные страдания.

Голодные духи проходят через непрерывные мучения. Могучие маги своей силой подавляют их, жгут, совершают ритуалы, в которых забрасывают их всяческим оружием⁴⁶; запирают их под землю, на целые кальпы погружая во мрак; жгут их на жертвенных кострах, изгоняют их, бросая зёрна горчицы, размолотые камни и тому подобное. Они раскалывают им головы на сотни частей, а тела – на тысячу кусков. Для этих голодных духов, как и для всех других, характерно искажённое восприятие: зимой и солнце им кажется холодным; летом их обжигает и лунный свет. Некоторые из них принимают обличие уродливых птиц и столь же омерзительных с виду собак или других животных. Одним словом, страдания голодных духов невообразимы

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

3. Животные.

Существуют две категории животных: те, что живут в глубинах, и те, что рассеяны по другим местам.

3.1. Животные, живущие в глубинах.

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

Все они испытывают безграничные страдания. Большие проглатывают меньших. А мелкие забираются во внутренности больших и поедают их заживо. У всех больших животных внутри живёт множество мелких, которые питаются их плотью. Некоторые из

этих животных были рождены между континентами, куда не проникают лучи солнца, так что они не могут даже видеть, вытянуты или скрючены их конечности. Поскольку они глупы и невежественны, они не имеют никакого понятия, что следует делать и чего делать не следует. Они перерождаются в тех местах, где страдания беспредельны.

3.2. Животные, живущие в различных местах.

Животные, которые живут в сферах богов и людей, непрерывно страдают от своей глупости и от того, что их эксплуатируют; а наги проводят жизнь в мучениях, потому что их мучают гаруды и потоки обжигающего песка. Вдобавок они глупы, агрессивны и ядовиты.

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

Охотники достигли несравненного искусства в способах убийства и мучении животных. Они посягают на их жизнь с помощью всевозможных жестоких устройств: сетей, ловушек, капканов, ружей. Некоторых животных убивают ради их рогов, меха, шкур и всего другого, что можно добыть из тела этих животных. Моллюсков убивают ради жемчуга; слонов – ради их бивней и костей; тигров, леопардов, лисиц и выдр – ради их меха; мускусных оленей – ради мускуса; диких ослов и яков – ради мяса и крови. Это чудовищно, что их убивают ради того самого тела, которое является инструментом их жизни в этом мире.

Что касается животных, одомашненных человеком, то они так глупы, что, когда к ним приближается мясник с ножом в руках, они только смотрят широко раскрытыми глазами и даже не помышляют о том, чтобы спастись. Их доят, нагружают тяжестями, кастрируют; им протыкают ноздри и впрягают их в плуг. Ни одному из них не удаётся вырваться из этой непрерывной круговерти рабства. На лошадях и яках перевозят тяжести и ездят верхом даже и после того, как их спины превратились в сплошную рану. Если они не могут больше двигаться, их стегают кнутом и забрасывают камнями. Их хозяевам даже и в голову не приходит, что они могут быть больны или доведены до полного

изнеможения. Крупный рогатый скот и овец заставляют работать, пока те не издыхают. Когда они становятся слишком старыми, хозяева продают их на убой или забивают сами. Так или иначе, им не миновать смерти от ножа мясника; естественная смерть им неведома.

Таким образом, животные испытывают непередаваемые муки. Когда вы видите, как жестоко обращаются с животными, поставьте себя на их место и представьте себе, что им приходится выносить. С чувством острого сострадания размышляйте о тех, кто перерождается в облике животного. А если у вас есть свои животные, обращайтесь с ними с добротой и с любовью.

Так как все животные, вплоть до мельчайших насекомых, испытывают чувства удовольствия и страдания и среди них нет таких, которые бы не были когда-то нашими родителями, с чувством любви и сострадания к ним всем проводите все три этапа практики: подготовительный, основной и завершающий.

Перерождение в любой из низших сфер влечёт за собой всевозможные длительные и мучительные страдания. Существа, рождающиеся в этих сферах, тупы и невежественны; а поскольку им неведомо какое бы то ни было представление о Дхарме, они неизбежно порождают лишь новые причины для перерождения в низших сферах существования. Стало быть, родившись однажды в одной из этих сфер, трудно бывает оттуда вырваться. В нашей нынешней жизни и в предыдущих рожденьях мы совершили множество действий, которые, без сомнения, ведут к перерождению в этих сферах. Так что мы должны с полной искренностью испытывать глубокое сожаление по поводу неблагих поступков, совершенных в прошлом, раскаяться в них и принять решение отныне избегать подобных действий.

Думая с глубоким состраданием о существах, живущих в низших мирах, посвящайте им следствия всех ваших благих действий, которые вы накопили на протяжении трёх времён. Молитесь, чтобы они могли вырваться из этих злосчастных сфер: «Теперь, когда мне открылась Дхарма Великой колесницы и я могу практиковать этот путь ради моего собственного блага и ради блага других, я отважно, презирая все трудности, пойду этим путём и выведу всех этих существ из трёх низших сфер существования в чистые земли Будд». Породив с помощью этой мысли бодхичитту, обратитесь к своему учителю и божествам, прося их о помощи: «Да будет мне дано благословение моего учителя и Трёх Драгоценностей, чтобы достигнуть этой цели!» Посвятите заслугу от этих действий благу всех существ, использовав тем самым три высших метода.

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

4. Сфера людей.

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

4.1. Три основных типа страдания.

4.1.1. Страдание из-за перемен.

Страдание вследствие перемен – это то страдание, которое мы испытываем, когда состояние счастья вдруг переходит в страдание. Мы хорошо себя чувствуем, довольны и улажены сытным обедом, и вдруг всё это нарушается сильным спазмом, вызванным паразитами в желудке. Мы счастливы, но вдруг недруг похищает наше имущество или угоняет домашний скот; или дом сгорает во время пожара; или неожиданно нападает болезнь; или мы становимся жертвой пагубного влияния; или же приходит трагическое сообщение, – и мы сразу же погружаемся в страдание. Ибо поистине весь видимый комфорт, счастье и престиж, которые можно найти здесь, в сансаре, не имеют ни малейшего намёка на устойчивость или стабильность и в конечном счёте неминуемо сменяются страданием. Поэтому стремитесь осознать тщетность всего этого.

4.1.2. Страдание за страданием.

Бывает, что, прежде чем закончилось одно страдание, наступает другое. Мы заболеваем проказой; потом покрываемся фурункулами; а затем, вдобавок к фурункулам, получаем ещё травму. Умирает отец, а вскоре после этого умирает мать. Нас преследуют

недруги, да к тому же ещё умирает любимый человек; и тому подобное. Где бы в сансаре мы ни родились, мы непрестанно испытываем одно страдание вслед за другим и не имеем ни минуты счастья.

4.1.3. Страдание обусловленности.

Некоторые из нас могут полагать, что сейчас всё идёт хорошо и, по всей видимости, мы вовсе не страдаем. На самом деле, мы полностью погружены в то, что создаёт причины страдания. Ибо наша еда и одежда, наши дома, украшения и празднования, которые доставляют нам удовольствие, – всё это является следствием пагубных деяний. Поскольку всё, что мы делаем, чревато негативными последствиями, это может вести лишь к страданию. Возьмём в качестве примера чай и цампу*.

* Чай и цампа (поджаренная ячменная мука мелкого помола) – два продукта, которые повсеместно и широко используются в Тибете. Тибетский чай приготавливается с молоком и маслом и его часто пьют в течение всего дня. Цампу смешивают с чаем – и еда готова.

В Китае, где выращивают чай, число мелких существ, которых убивают, когда сажают чай, собирают листья и т. п., невозможно даже сосчитать. Затем этот чай на большие расстояния, вплоть до Дарцедо, переносят на себе носильщики. Каждый носильщик несёт двенадцать пакетов по шесть брикетов в каждом. Он несёт этот груз на ремне, надеваемом на лоб. Ремень сдирает кожу до кости, но он продолжает нести свою ношу, даже когда кость уже обнажена. От Дотока и дальше этот груз несут дзо, яки и мулы, у которых от тяжести ломаются спинные хребты, лопаются животы и сдираются лоскуты шкуры. Они невероятно страдают в своём рабстве. Меновая торговля чаем всегда сопряжена с нарушенными обещаниями, обманом и спорами, пока, наконец, чай не переходит в другие руки – обычно в обмен на продукты животноводства, такие как шерсть и ягнячьи шкурки.

Что касается шерсти, то летом перед стрижкой ягнят в их шкурках кишат блохи, клещи и другие мелкие существа в количестве, равном числу волосков в этих шкурках. Во время стрижки у большинства этих насекомых отрезают головы или конечности, или разрезают их надвое. Те, что не убиты при стрижке, застревают в шерсти и задыхаются. Всё это неизбежно ведёт к возрождению в низших сферах. А что касается ягнячьих шкур, не забывайте, что новорождённые ягнята имеют все органы чувств и испытывают радость и боль. В ту самую минуту, когда они полны сил и радуются первым мгновениям

жизни, их убивают. Возможно, они всего лишь глупые животные, но они тоже не хотят умирать. Они хотят жить и страдают, когда их мучают и лишают жизни. А овцы, чьи детёныши были убиты, являют собой живой образец горя, какое испытывает мать, потерявшая своего единственного ребёнка. Таким образом, размышляя о производстве и торговле этими продуктами, мы начинаем понимать, что даже один глоток чая неизбежно способствует перерождению в низших сферах.

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

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

Всё, что мы считаем сейчас атрибутами счастья: еда, потому что нам надо что-то есть; одежда, потому что нам надо во что-то одеваться; а также другие вещи, которые приходят нам на ум, – всё это без исключения является плодом неблагих действий. Конечным результатом, вытекающим из этого, могут быть лишь невыразимые страдания в низших сферах существования. Следовательно, всё, что сегодня кажется счастьем, на самом деле является страданием обусловленности.

4.2. Страдания вследствие рождения, болезни, старости и смерти.

4.2.1. Страдание рождения.

В этом мире человеческие существа рождаются из чрева матери⁴⁷. Сначала в промежуточном состоянии (бардо) сознание существа должно быть введено в слияние спермы отца с материнской кровью. Затем оно проходит через мучительные этапы эмбрионального развития: желеобразную круглую фазу, вязкую продолговатую фазу, жёсткую овальную фазу, фазу твёрдой круглой массы⁴⁸, и так далее. После того, как сформируются конечности, второстепенные члены и органы чувств, зародыш, заключённый в тёмной, зловонной и удушливой матке, чувствует себя, словно узник в тюрьме. Когда мать ест горячую пищу, плод испытывает такую боль, будто его жгут на костре. Когда она ест холодную пищу, он ощущает, будто его бросают в ледяную воду; когда она ложится, – его словно погребают под увесистой грудой камней; когда её желудок полон, – плод словно стискивают между двумя скалами; когда она голодна, – он словно падает в пропасть; когда она ходит или садится, – как будто ветер швыряет его в разные стороны. Когда беременность приближается к концу, энергия кармы⁴⁹ поворачивает младенца, готового к рождению, головой вниз. Когда ребёнок выдавливается вниз к шейке матки, он испытывает такие страдания, как если бы силач держал его за ноги и бил об стенку. Когда ребёнок с силой проталкивается сквозь тазовые кости, он чувствует себя так, будто его проволакивают сквозь дыру в волочительной доске⁵⁰. Если отверстие слишком узко, родить ребёнка невозможно, и он умирает. Впрочем, во время родов и мать и ребёнок могут умереть; но, даже если они и не умирают, то испытывают те же страдания, что в процессе смерти. Вот что говорил по этому поводу Ваджра-мастер из Уддияны:

И мать, и ребёнок проходят полпути к долине смерти,
А у матери полностью выворачиваются все суставы,
Кроме одних лишь челюстей.

Всё, что испытывает ребёнок, сопряжено с болью. Когда, родившись, он падает на матрас, он ощущает, будто упал в яму, набитую шипами. Когда с его спины стирают накопившуюся там слизь, – он чувствует себя так, будто с него живьём сдирают кожу. Когда омывают, – ощущение у него такое, будто стегают шипами. Когда кладут матери в

руки, – ощущение, будто он маленькая птичка, унесённая ястребом. Когда втирают масло в родничок⁵¹, – ощущение, будто связывают и бросают вниз, в яму. Когда кладут в колыбель, – ощущение, будто кладут в грязь. Когда новорождённый страдает от голода, жажды, болезней и тому подобного, всё, что он может делать, – это плакать.

В годы после рождения, по мере того как мы зреем и приближаемся к юности, у нас складывается впечатление, что мы растём и взрослеем. На самом деле наша жизнь день ото дня укорачивается, ибо мы приближаемся к смерти. Мы каждый день вовлекаемся в жизненные события, которые следуют одно за другим, словно волны на воде, но ни одно из них не доводится до конца. Поскольку все эти начинания строятся на неблагих действиях, естественным следствием их являются перерождение в низших сферах существования и бесконечные страдания.

4.2.2. Страдание старости.

Будучи постоянно заняты этими бессмысленными и вечно не завершёнными мирскими делами, мы не замечаем, как к нам подкрадывается страдание, порождённое старостью. Тело всё больше и больше хиреет. Мы теперь не в состоянии переваривать еду, которую любим. Зрение теряет остроту, и мы уже не можем отчётливо видеть мелкие и отдалённые предметы. Слух начинает слабеть, и мы теряем способность безошибочно различать звуки и речь. Язык перестаёт чувствовать вкус еды и питья и не способен больше правильно произносить то, что хотим сказать. Постепенно слабеют умственные способности, и нас начинает подводить память, так что мы путаем вещи и впадаем в забывчивость. Выпадают зубы, и поэтому мы не можем больше пережёвывать твёрдую пищу; а всё, что мы произносим, становится невнятным бормотанием. Тело теряет тепло, и мы теперь мёрзнем в лёгкой одежде. Сила убывает, и мы не можем больше носить тяжёлые вещи. Хотя мы всё ещё испытываем тягу к удовольствиям и развлечениям, у нас больше нет на это сил. Все каналы и токи энергии ослабевают, и мы становимся раздражительными и нетерпеливыми. Нас все презирают, и оттого мы впадаем в меланхолию и депрессию. Нарушается равновесие между элементами тела, и это приносит множество болезней и трудностей. Любые движения – ходить или садиться – требуют напряжённых усилий и становятся почти невыполнимой задачей. Вот что поёт Почтенный Мила:

Раз – ты встаёшь, будто тянешь кол из земли;

Два – ты еле двигаешь ноги, как будто крадёшься к птице;
Три – ты сидишь, как мешок, брошенный на землю;
Если три эти вещи сошлись воедино, бабуся, –
Ты удручённая старуха, с телом-иллюзией, что умирает.

Раз – снаружи твоя кожа висит складками;
Два – выпирают кости там, где плоть усохла, а кровь отступила;
Три – ты к тому же глупа, глуховата, подслеповата и не в себе;
Если эти три вещи сошлись воедино, бабуся, –
Жмуришься ты, и лицо испещряют уродливые морщины.

Раз – одежда твоя тяжела и нелепа;
Два – еда и питьё для тебя так холодны и безвкусны;
Три – сидишь на подстилке, подоткнув под себя со всех сторон шкуры;
Если три эти вещи сошлись воедино, бабуся, –
Ты словно йог, не от мира сего, и тебя попирают и люди, и даже собаки.

В старости мы не можем сразу встать, без труда. Приходится упираться обеими ладонями в пол, будто стараемся вытянуть кол из засохшей земли. Когда ходим, то наклоняем вперёд верхнюю часть туловища и не можем держать голову прямо; а так как нам трудно быстро переставлять ноги, мы двигаемся, точно на ощупь, будто ребёнок, который осторожно подбирается к птичке. Все суставы у нас на руках и на ногах так поражены артритом, что мы не можем садиться плавно. Мы плюхаемся фазу весом всего тела, словно куль из рогожи, когда вдруг обрубают держащую его верёвку.

Так как мышцы иссыхают, кожа становится дряблой, а тело и лицо испещряют морщины. От того, что мышцы усыхают и от них отливает кровь, все суставы и другие выступающие под кожей костные формы ещё больше заостряются. Память слабеет, и потому тупеем, и к тому же становимся глуховатыми и подслеповатыми. Мы утрачиваем ясность мысли и страдаем от головокружений. Когда тело утрачивает силу и бодрость, нет больше смысла прихорашиваться, и оттого одежда, которую мы носим, теперь неприглядна и груба. Мы доедаем старую еду и не чувствуем вкуса; всё, что мы едим, – холодное и пресное. Тело ощущается таким тяжёлым, что любое действие становится нам в тягость. Ночью мы подтыкаем под себя одеяло со всех четырёх сторон, а потом нам не встать. В это время это тело-иллюзия деградирует, медленно умирает, и наша физическая немощь вгоняет нас в уныние и причиняет страдания. На лице ничего не осталось от

былой красоты и былых красок; кожа покрылась морщинами, а лоб исполосовали уродливые линии – следы плохого настроения. Все относится к нам с пренебрежением, а мы не можем подняться с места, даже когда нам чуть не наступают на голову. Мы больше ни на что не реагируем, словно йоги не от мира сего, которые не делают различия между чистым и нечистым⁵². Не будучи больше в состоянии переносить страдания старости, мы призываем смерть; однако же, чем ближе мы подходим к смерти, тем больше ужаса испытываем от предстоящей с ней встречи.

Всё это делает страдания, которые нам приходится переносить в старости, очень сходными с муками, претерпеваемыми в низших сферах существования.

4.2.3. Страдание болезни.

Когда нарушается равновесие между четырьмя элементами, из которых состоит наше тело, нас поражают различного рода заболевания – болезни «ветра» (lung), желчи, мокроты и т. п. При первых же мучительных приступах болезни даже и те из нас, кто молод и бодр, пышет здоровьем и находится в полном расцвете сил, валятся с ног, словно птицы, подбитые камнями. Силы улетучиваются. Мы увязаем в своей постели, и каждое, самое незначительное, движение становится целым событием. Даже ответ, когда спрашивают, как мы себя чувствуем, требует усилия: кажется, что голос забрался куда-то глубоко внутрь и его оттуда трудно извлечь.

Мы поворачиваемся то на правый бок, то на левый, то на спину, то на живот, но ни одно из положений не приносит облегчения. Мы теряем аппетит, не хотим ни есть, ни пить и не можем спать ночью. Дни кажутся нескончаемыми, а ночи – бесконечными. Приходится мириться со всякими малоприятными процедурами вроде катетеризации и кровопускания, а также принимать горькие, горячие и кислые лекарства. Нас ужасает мысль, что эта болезнь может вдруг закончиться смертью.

Под влиянием болезни и по причине собственной нестабильности мы можем потерять контроль над своим сознанием; и тогда к нашему обычному искажённому восприятию добавятся ещё галлюцинации. Бывает, что больные даже лишают себя жизни. Больных, страдающих проказой и эпилепсией, все бросают на произвол судьбы, оставляя умирать медленной смертью.

Обычно больные люди не могут сами за собой ухаживать. Болезнь делает их вспыльчивыми и постоянно недовольными тем, что другие для них делают. Они становятся всё более капризными и привередливыми. А если их болезнь становится

затяжной, людям надоедает присматривать за ними, и все отказываются им помогать. Тяготы, причиняемые болезнью, – это непрестанное мучение.

4.2.4. Страдание смерти.

Когда приближается смерть, мы валимся в постель и подняться уже нет сил. Больше не привлекает вид еды и питья. Угнетает мучительное ощущение надвигающейся смерти, отчего улетучиваются всякая отвага и самоуверенность. Одолевают предчувствия и зрительные образы того, что ожидает. Пришло время для великого переселения. Вокруг собрались родственники и друзья, но они ничего не могут сделать, чтобы отсрочить наш уход. Пройти через все страдания смерти надлежит самому, в одиночестве. Даже если имеются несметные богатства, ничего из этого нельзя взять с собой. Бросать всё это невыносимо, но и удержать ничего невозможно. Одолевают угрызения совести при воспоминании о всех совершённых неблагих действиях. Впадаешь в ужас при мысли о страданиях в низших сферах. И вот смерть уже здесь. Леденеешь от ужаса. Все присущие жизни ощущения исчезают, и тело начинает медленно холодеть. Когда умирает вершитель злых дел, он вцепляется руками в грудь, оставляя на коже следы от ногтей. Вспоминая свои злые деяния, он страшится, что может возродиться в одной из низших сфер существования. Его терзают угрызения совести оттого, что он не практиковал Дхарму, когда имел такую возможность, ибо это то единственное, что может помочь в момент смерти. Осознание этого приносит ему нестерпимые муки. Вот почему, умирая, он хватается за грудь, оставляя следы от ногтей. Как сказано:

Посмотри лишь, как злочинец умирает:

Он учитель, демонстрирующий нам плоды наших действий.

Ещё до того, как он умирает, к нему подступают низшие сферы существования. То, что он воспринимает, становится угрожающим. Все его ощущения приносят ему страдания. Тело его разлагается на составные элементы, дыхание становится хриплым, а конечности – ватными. У него появляются галлюцинации. Глаза его закатываются, и как только он пересекает границу жизни, навстречу ему выходит смерть. Появляются призраки промежуточного состояния (бардо), но у него нет ни защитника, ни убежища.

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

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

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

4.3. Другие страдания людей.

4.3.1. Страх встретиться с ненавистными врагами.

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

Накопленье, охрана и увеличение богатства вконец тебя изнуряет.

Пойми, что богатство – источник нескончаемого разрушенья.

А Почтенный Миларепа говорит:

В начале богатство делает тебя счастливым и объектом зависти,

Но сколько б его ни было, всё кажется мало.
В середине – подпадаешь под власть скарденности:
Становится непереносимым тратить его на дары.
Твоё богатство притягивает врагов и злые силы,
И всё, что ни накопил, переходит к другим.
В конце богатство – злой демон, угроза твоей жизни.
Как досадно – богатство своё охранять для своих же врагов!
Я сбросил с себя это бремя, что тянет назад, в сансару.
С этим соблазном злых сил не желаю более дела иметь.

Наши страдания находятся в прямой зависимости от размера нашей собственности. Если, к примеру, у тебя есть лошадь, ты тревожишься, как бы её не увёл твой недруг и не украл вор; а также, чтобы у неё было достаточно сена, и пр. Уже одна лошадь приносит немало беспокойства. Если у тебя есть овца, твои беспокойства будут в соответствии с этой одной овцой. Если всё, что у тебя есть, это мешочек чая*, твои беспокойства будут соответствовать этому количеству чая.

* Это вольный перевод тибетского ja 'khor – Меры, которая соответствует четырём брикетам прессованного чая.

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

4.3.2. Страх потерять любимых.

Мы все, живущие в мире сансары, испытываем привязанность к близким и враждебность к остальным. Мы готовы принять на себя всевозможные страдания ради наших семей, последователей, соотечественников, друзей и любимых. Однако никто из тех, с кем нас связывают узы родства и дружбы, не будет жить вечно, и мы неизбежно, рано или поздно, будем с ними разлучены. Они могут умереть или перебраться в другие страны; им могут грозить недруги и всякие другие опасности; а страдания, через которые они проходят, оказывают на нас большее воздействие, чем наши собственные. Особенно заботятся о своих детях родители: они постоянно беспокоятся, что дети могут

простудиться, или что они голодны и испытывают жажду, или что они могут заболеть и умереть. В сущности, они так любят своих детей, что предпочли бы умереть сами, только бы избавить их от страданий; и ради них они выносят немалые муки.

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

Что касается наших детей – как сыновей, так и дочерей, – то в начале они высасывают из наших тел самую сущность; в середине они вынимают еду прямо у нас изо рта; в конце они отнимают у нас наше достояние. А в обмен на нашу любовь они восстают против нас. Сыновьям мы отдаём – невзирая на страдания, критику и неблагие действия, через которые нам пришлось ради этого пройти – всё своё богатство, скопленное в течение жизни; но они отнюдь не благодарны нам. Если бы мы им подарили целую меру китайского серебра, они и тогда были бы нам меньше признательны, чем всякий другой человек, подари мы ему щепотку чая. Они считают: всё, что принадлежит родителям, автоматически является их достоянием.

Наши сёстры и дочери точно так же проглатывают наши состояния без всякой благодарности. Чем больше мы им даём, тем больше они требуют. Если у нас нет ничего, кроме счётчика на чётках из поддельной бирюзы, они и это у нас выманят. В лучшем случае они помогают другим людям, но нам они не дают ничего. А когда дела принимают дурной оборот, они возвращаются домой, принося своим семьям бесчестие и печаль*.

* В соответствии со сложившейся в Азии традицией, невеста со своим приданым переселяется в семью мужа. Если брак разваливается, она возвращается в дом своих родителей.

Другие наши родственники и друзья почитают нас за богов – при условии, что мы процветаем и удачливы и дела у нас идут превосходно. Они делают всё, чтобы нам помочь, и дарят множество ненужных вещей. Но стоит нам попасть в затруднительное положение, и, хотя мы не причинили им никакого вреда, они обращаются с нами как с

врагами и платят злом за всю нашу доброту. Всё это показывает, что в сыновьях, дочерях, семьях и друзьях нет ничего достойного. Как Почтенный Миларепа пел в своих песнях:

В начале твой сын – очаровательный божок;
И ты без памяти любишь его.
В середине он яростно требует своего;
Ты отдаёшь ему всё, но он всё равно недоволен.
Он приводит в дом дочь из чужой семьи
И своих добрых родителей вытесняет.
Когда отец зовёт его, не достаивает ответом.
Когда мать зовёт его, он как будто не слышит.
В конце он ведёт себя, словно мало знакомый сосед.
А вы надрыиваетесь, вскармливая эакого негодяя.
Какая тоска – породить собственного врага!
Я выбросил ту упряжь, что впрягает нас в сансару.
Не надо мне больше этих мирских сыновей.

И далее:

В начале дочь светится улыбкой, как маленькая богиня,
И повелительно завладевает всем лучшим, что у тебя есть.
В середине она беспрестанно требует своего.
Она открыто выпрашивает нужное у отца
И, крадучись, тайно у матери тащит.
Она всегда недовольна тем, что получает,
Что повергает её добрых родителей в отчаяние.
В конце – она точно краснорожая людоедка.
В лучшем случае – она находка для кого-то другого;
В худшем – она навлечёт бедствие на всю семью.
Какая тоска – иметь дело с таким чудищем.
Я же отбросил эту неизлечимую боль;
Мне не нужна дочь, которая влечёт меня к краху.

И далее:

В начале друзья встречаются с радостью, улыбаясь,
По всей долине несётся: «Прошу, входите, садитесь».
В середине – они отвечают на угощение мясом и пивом, –
Что ты им, то и они: с расчётом один к одному.
В конце – затевают ссору, по ненависти или по страсти.
Как огорчительно иметь дело с распрями негодных друзей!
Я бросил друзей-сотрапезников прошлых весёлых времён.
Мне не нужны больше эти мирские друзья.

4.3.3. Страдание от невозможности получить желаемое.

Решительно каждый из живущих в этом мире желает быть счастливым и довольным; и однако же никто не получает желаемого. К примеру, некое семейство строит дом, чтобы благоустроить свою жизнь; но дом обрушивается, и все они погибают. Или человек ест, чтобы утолить голод, но эта еда вызывает у него боли и даже становится опасной для его жизни. Или солдаты идут в битву, надеясь одержать победу, и тут же все погибают. Или группа торговцев отправляется сбывать свой товар, рассчитывая на большую прибыль; но их обворовывают, и они впадают в нищету.

Сколько бы усилий и энергии мы ни прилагали, рассчитывая добиться в этой жизни богатства и счастья, но, если наши прошлые действия не создали соответствующей предпосылки, мы не сможем утолить даже сегодняшний голод. Мы лишь будем создавать новые сложности и себе, и другим. Единственным и несомненным результатом будет то, что мы не сможем вырваться из недр низших сфер существования. Вот почему даже минимальная заслуга стоит больше, чем море усилий. Какой смысл в деятельности в сансаре, которой никогда не бывает конца? Все усилия, которые мы с безначальных времён прилагали в сансаре, пытаясь получить желаемое, привели нас лишь к страданию. Если бы мы посвятили Дхарме всю ту энергию, которую мы в течение всего лишь шести месяцев нашей жизни – в молодые либо в зрелые годы – потратили на достижение мирских целей, мы к настоящему времени были бы уже Буддами. Или, по крайней мере, никогда больше бы не подвергались страданиям в низших сферах.

Мы должны медитировать таким образом: «Теперь, когда мы знаем различие между тем, что следует делать и чего делать не следует, мы не должны больше возлагать надежды и чаяния на всевозможные начинания в сансаре, которые никогда ни к чему не

ведут. Нам следует, напротив, практиковать истинную Дхарму, которая, безусловно, ведёт к духовным достижениям».

4.3.4. Страдание от столкновения с нежелательным.

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

Ты хотел бы остаться с прекрасной семьёй и друзьями

Навсегда; но ты, несомненно, расстанешься с ними.

Ты хотел бы прекрасный свой дом сохранить

Навсегда; но его, несомненно, покинешь.

Ты хотел бы иметь счастье, радость, богатство

Навсегда; но ты их, несомненно, утратишь.

Свою жизнь человека, со свободами и преимуществами,

Навсегда удержать ты хотел бы, – но, несомненно, умрёшь.

У прекрасного гуру слушать Дхарму всегда ты хотел бы;

Но расстанешься с ним несомненно.

Со святыми друзьями прекрасными быть ты хотел бы

Всегда; но и с ними, конечно, расстанешься ты.

О, друзья мои, кто глубоко разочарован в сансаре,

Вооружитесь решимостью ныне, ибо время пришло

Отправляться в землю блаженства, где нет разлук и утрат.

Я, бедняк, не знающий Дхармы**, вас об этом прошу.

* То есть Лонгченпа.

** Тибетские авторы часто говорят о себе в таких тонах, то есть с исключительной скромностью.

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

В общем, Победоносный, Владыка людей, излагал
Всеразличные дхармы для сокрушения восьми мирских дхарм.
А сегодня гордящиеся, что они образованны в Дхарме, учены,
Не пришли ли к тому, что у них мирских дхарм стало больше, чем прежде?
Победитель учил соблюдать нас основы морали
И учил отвергать от себя всё мирское.
Но хранящие монашескую дисциплину сегодня –
Не пришли ли к тому, что погрязли в делах ещё больше?
Он учил жить, как риши, молитвенники, в старые времена,
Чтоб обрубить канат связи с друзьями, родными.
Но сегодня те, кто живёт жизнью молитвенной мудрых,
Больше прежнего озабочены тем, как люди смотрят на них.
Словом, если не помнишь ты непрестанно о смерти,
Что бы в Дхарме ни делал ты, – пользы не принесёт.

В эти ущербные времена люди, живущие на всех четырёх континентах, и в особенности здесь, в Джамбудвипе, лишены даже самой малейшей возможности испытывать счастье. Их жизнь полна страдания. В наши дни процесс деградации ускоряется с каждым годом, с каждым месяцем, с каждым днём, даже от утра до вечера, от завтрака до обеда. Кальпа становится всё более ущербной. Учение Будды и счастье существ всё более оскудевают. Думайте об этом и культивируйте в себе чувство неудовлетворённости. К тому же континент Джамбудвипа оказывает особое воздействие на следствия действий⁵³, что делает всё происходящее – благое и неблагое, привлекательное и непривлекательное, высокое и низкое, дхармическое и недхармическое

– крайне непредсказуемым. Приглядитесь сами к тому, как, в сущности, обстоят дела, и у вас сложится отчётливое представление о том, что делать следует и чего следует избегать. Воспользуйтесь советом Всеведущего (Лонгченпы):

Иногда смотри на то, что воспринимаешь, как на нечто благоприятное;

Если знаешь, что это лишь видимость, все твои ощущения станут полезными⁵⁴.

Иногда же смотри на то, что воспринимаешь, как на нечто враждебное и вредоносное;

важно прийти в ужас от своего искажённого видения вещей.

Иногда посмотри на друзей и на чьих-либо учителей;

Вот различие благого и неблагого на практике⁵⁵.

Иногда взгляни на чудесные проявления четырёх стихий в небе

И ты увидишь, что истинная природа сознания⁵⁶ лежит за пределами всякого усилия.

Иногда смотри на свой край, свой дом и владения;

Зная, что они иллюзорны, ты почувствуешь отвращение к своему искажённому их восприятию.

Иногда смотри на богатство и владения других;

Видя их как нечто жалкое, ты отбросишь все честолюбивые устремления в сансаре.

Одним словом, рассматривая природу всего, что воспринимаешь,

Поймёшь, что цепляние за всё это как за нечто реальное – самообман.

5. Асуры.

По удовольствиям и изобилию, которыми наслаждаются асуры, их удел может сравниться с уделом богов. Однако же от прошлых жизней у них сохранилась сильная склонность к зависти, ссорам и стычкам. Следствие этих прошлых негативных действий проявляется в том, что, едва приняв своё обличье, они начинают испытывать сильное чувство зависти.

Даже в их собственных владениях существуют конфликты из-за территорий и провинций, так что они проводят всё своё время в распрях и ссорах между собой. Мало того, глядя наверх, в сферу богов, асуры видят, что боги располагают величайшими богатствами и владениями. Асуры также видят, что Древо исполнения желаний, корни которого растут в их земляк, доставляет богам всё, что им потребуется или что они

пожелают. Это вызывает у них невыносимое негодование. Надев доспехи и схватив оружие, они идут на богов войной.

Едва боги это замечают, они идут в Лес войны⁵⁷ и, в свою очередь, надевают доспехи и берутся за оружие. Боги имеют слона о тридцати трёх головах, именуемого Всезащитник великонадёжный. Их владыка Индра едет верхом на центральной голове, а вокруг него на остальных тридцати двух головах едут его министры. Их окружают необозримые, ослепляюще великолепные божественные легионы, издающие мощные воинственные кличи. Как только начинается битва, они обрушивают на противника град метательных снарядов – ваджры, колеса, копья, гигантские стрелы и т. п. Пользуясь своей магической силой, они вырывают огромные горы и швыряют их вниз как метательные снаряды. В силу своих прошлых действий боги в семь раз выше людей; асуры, однако, не такого высокого роста. Бога можно убить, лишь отрубив ему голову; все другие раны немедленно заживляются с помощью их божественной амброзии. Однако асуры так же, как люди, умирают, если поражён какой-либо жизненно важный орган. Поэтому они неизбежно проигрывают все битвы.

Когда же среди прочих стратегических средств боги выпускают обезумевшего подпоенного вином слона по имени Всезащитник с колесом ножей на хоботе, тут уж сотни тысяч асур падают замертво. Их тела скатываются по склонам горы Меру и падают в великие озёра Услады под горой, обильно окрашивая их воды кровью. В сфере асур с их постоянными стычками и ссорами нет избавления от страдания. Искренне медитируйте об их участи.

6. Боги.

Боги наслаждаются отменным здоровьем, комфортом, богатством и счастьем на протяжении всей своей жизни. Однако жизнь их проходит в развлечениях, и мысль о том, чтобы практиковать Дхарму, никогда не приходит им в голову. В течение всей своей жизни, которая может длиться целую кальпу, боги и на секунду не задумываются о такой возможности. А затем, растратив попусту свою жизнь в развлечениях, они вдруг оказываются перед лицом смерти. Все боги из шести небесных сфер в мире желания, начиная со сферы Четырёх великих властителей и вплоть до сферы наслаждения эманациями других, должны претерпеть страдания смерти и переселения в другие сферы.

Существуют пять знаков, предвещающих смерть бога. Врождённое свечение его тела, которое обычно можно наблюдать на расстоянии многих йоджан, тускнеет. Трон, на

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

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

В двух высших божественных сферах⁵⁸ по очевидности не существует страдания смерти и низвержения. Однако, едва лишь следствия действий, которые привели богов в небесные сферы, исчерпаны, они падают в низшие сферы – точно просыпаются ото сна. Таково их страдание. Вот что писал об этом великий Нагарджуна:

Даже Брахма, обретя счастье, чистое от привязанности,
Должен будет терпеть в своё время бескрайние муки,
Став поленом в жаровнях Ада беспредельных мучений.

Стало быть, в какой бы из шести сфер существования мы ни родились, всё имеет природу страдания, всё умножает страдание, всё является механизмом страдания и ничто не существует вне страдания. Это как огненная яма, как остров убийцы-людоедки, как

океанская бездна, как остриё ножа или как выгребная яма. Вы не найдёте нигде ни минуты покоя, ни секунды счастья. Как говорится в Сутре установления осознанности:

Мученики адов страдают в адском огне,
Голодные духи страдают от голода, жажды,
Животные мучаются, пожирая друг друга,
Люди страдают от того, что жизнь коротка,
Асуры страдают из-за войн и раздоров,
Боги страдают, потому что беспечны.
Так что нигде в сансаре нет ни крупицы счастья.

Великий Майтрея говорит:

Как нет в выгребной яме приятных ароматов,
Так нет и счастья среди существ⁵⁹ пяти классов.

А Ваджра-мастер из Уддияны говорит:

Как сказано [Буддой], в этой круговерти
Не найти счастья и с булавочную головку.
А если кому и доведётся найти его хоть крупицу
Оно будет чревато страданием перемен.

Чем больше вы размышляете над этими и подобными суждениями, тем больше начинаете осознавать, что, в какой бы сфере вы ни переродились, начиная с Вершины существования и вплоть до самых глубин ада, – вы нигде не найдёте и проблесков счастья или благополучия. Сансара лишена малейшего смысла. Думайте о сансаре и её страданиях до тех пор, пока у вас совершенно не пропадёт всякий к ней интерес, как у человека с больной печенью, потерявшего всякий интерес к жирной пище. Не ограничивайтесь лишь знанием об этих мучениях и интеллектуальным пониманием того, что происходит. Сначала представьте себе мысленно, что вы сами проходите через эти мучения, а затем употребите всё своё воображение, чтобы почувствовать их и жить с ними, пока вы поистине не убедитесь в их реальности. Вооружившись такой степенью достоверности, избегайте неблагих действий, и тогда радость от благих действий придёт к вам сама собой, без всякого усилия с вашей стороны.

Нанда, двоюродный брат Великого Будды, был очень привязан к своей жене и потому не желал отречься от мира. Хотя Будда использовал умелые средства, чтобы убедить его вступить на путь Дхармы и Нанда стал монахом, он не учился тому, в чём его наставляли, и хотел сбежать.

Тогда Будда чудодейственно перенёс его на вершину снежной горы и показал ему одноглазую самку обезьяны. «Кто, по-твоему, красивее, – спросил Будда Нанду, – эта обезьяна или твоя жена Пундарика?» «Моя жена, – отвечал Нанда, – в сто, в тысячу раз красивее». «Хорошо, – сказал Будда, – теперь отправимся к богам». Когда они прибыли, Будда сел и сказал Нанде, чтобы он пошёл и поглядел вокруг. Каждый бог жил в своём собственном дворце, в окружении множества юных богинь, и наслаждался невысказанными удовольствиями, счастьем и изобилием. Там был, однако, один дворец, где было множество богинь, но не было бога. Нанда спросил, почему так, и услышал ответ: «В мире людей есть человек по имени Нанда, двоюродный брат Будды, который соблюдает монастырскую дисциплину. Поэтому он переродится среди богов, и тогда этот дворец будет принадлежать ему». Нанда был вне себя от радости. Он вернулся к Будде, и тот спросил его: «Ты видел сферу богов?» «Да, конечно!» «Так кто, по-твоему, красивее, твоя жена или богини?!» «Дочери богов гораздо красивее, – отвечал Нанда. – На самом деле, они настолько же красивее Пундарики, насколько она красивее одноглазой обезьяны, которую я видел раньше». Когда они вернулись на землю, Нанда стал безукоризненно соблюдать монастырскую дисциплину.

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

Все монахи повиновались, и Нанда очень огорчился. «Ананда мой младший брат, – подумал он, – хотя бы он должен быть немного ко мне привязан». Но, когда он подошёл к брату, тот встал и пересел на другое место. Нанда спросил, в чём дело; и Ананда пересказал то, что говорил им Будда. Нанда был в отчаянии. Наконец, к нему подошёл Будда и спросил: «Нанда, хочешь посмотреть ады?» Нанда согласился, и, пользуясь своей чудодейственной силой, Будда вместе с Нандой вмиг туда перенёсся. «Пойди, погляди вокруг», – сказал Будда. Нанда отправился осматривать адские сферы. Так он ходил, пока в одном месте не наткнулся на пустой котёл, под которым потрескивало яркое пламя, а вокруг было множество приспешников Владыки смерти. Он спросил, почему в этом котле никого нет. «У Будды есть юный двоюродный брат по имени Нанда, – отвечали они, – который практикует монастырскую дисциплину ради того, чтобы переродиться в образе

бога. После того, как он насладится счастьем в божественных сферах и его заслуги будут исчерпаны, он переродится здесь».

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

* Буквально: «держат на запоре двери чувств», означает избегать воздействия соблазна объектов чувственного восприятия.

Нам не нужно ходить так далеко и непременно видеть адские сферы своими глазами. Простого описания будет достаточно, чтобы утратить нас и подкрепить наше желание вырваться на свободу. По этой именно причине Будда просил нарисовать на дверях зала для собраний Сангхи разделённое на пять частей колесо, символизирующее сансару*. Как говорил Нагарджуна:

Если только на рисунках муки ада мы увидим,
Иль о них прочтём, иль вспомним по рассказам, –
И тогда уже приходим в ужас! Что же мы почувствуем,
Когда в адах испытаем страшные плоды своих злодейств?!

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

Когда Атиша покидал этот мир, к нему пришёл один йогин с таким вопросом: «После твоей кончины должен ли я медитировать?» «Если ты станешь медитировать, будет ли это истинная Дхарма?» – спросил его Атиша. «Ну, тогда, значит, я должен учить?» Учитель отвечал ему тем же вопросом. «Что же тогда я должен делать?» – спросил йогин. «Всё, что ты должен делать, – это полностью положиться на геше Тонпу и со всей искренностью отрешиться от этой жизни» – ответил Атиша.

В другой истории рассказывается о том, как один монах, обходя монастырь Раденг посолонь**, встретил геше Тонпу. «Почтенный монах, – обратился к нему геше, – обходить посолонь – это хорошая вещь, но не лучше ли было бы практиковать истинную

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

* Это изображение обычно висит у входа в тибетские храмы.

** Согласно древнеиндийской традиции, обход посолонь осуществлялся вокруг объектов почитания – то есть учителей, храмов, ступ и составлял один из видов религиозных действий.

«Читать наставления – это тоже хорошая вещь, – сказал ему через некоторое время геше Тонпа, – но не лучше ли было бы практиковать истинную Дхарму?» Подумав об этом снова, монах решил так: «Это, должно быть, означает, что лучше практиковать медитацию, чем читать сутры». Тогда он отложил своё чтение и стал проводить время, сидя с полужакрытыми глазами в кровати.

И снова Тонпа сказал ему: «Медитировать – это тоже хорошая вещь, но не лучше ли было бы практиковать истинную Дхарму?» В полной растерянности, монах вскричал: «Что же я тогда должен делать, почтенный геше, чтобы практиковать Дхарму?» «Почтенный монах, – отвечал геше, – отрешись от этой жизни! Отрешись от неё!»

Наша повседневная деятельность и обязательства, ограниченные заботами этой жизни, – вот что мешает нам вырваться навсегда из мира сансары с его страданиями. Только подлинный учитель может показать нам, что следует делать, чтобы обрубить канат, приковывающий нас к этой жизни, и достичь Просветления в будущих жизнях. Отбросьте от себя – словно плевков на дорогу – все заботы этой жизни: родителей, родственников и друзей, спутников и любимых, еду, богатство и владения*.

* Здесь подразумевается – а в других главах говорится открытым текстом, – что речь идёт не о пренебрежении своими обязанностями родителей, детей и т. п., но о препятствии ограниченной, эгоистической привязанности и заботы в истинную любовь, которая распространяется на всех существ.

Будьте удовлетворены той едой и одеждой, которые достаются, и посвящайте себя полностью Дхарме. Индийский святой (Падампа Сангье) говорит:

Все вещи, как тучи или туман;
Не думай, что будут они длиться вечно.

Слава, как эхо; её не старайся достичь,
Старайся достичь одной только Дхармы.

Одежда красивая – как радуги краски;
Одевайся просто и практикуй Дхарму.

Тело – словно мешок с кровью, гноем и лимфой;
Какой смысл холить его и лелеять?!

Даже изысканная еда превращается в экскременты;
Не придавай еде слишком большого значенья.

Явления врагами тебе предстают;
Живи же в горах иль местах удалённых.

Шипы иллюзорных образов впиваются в сознание;
Помни, что всё едино по природе своей*.

Все желания и запросы идут от тебя;
Держись подлинной природы сознания.

Главная драгоценность заложена в нас самих, –
Так не гонись за едой и богатством.

Долгие разговоры к ссорам ведут, –
Держись, как будто бы ты был немым.

Сознание способно действовать независимо⁶⁰;
Не подчиняй его диктату желудка.

Благословения приходят через сознание, –
Молись о них своему учителю и йидаму.

Живя долго в одном месте, найдёшь недостатки и у Будды –
Нигде не задерживайся слишком долго.

Действуй со всем терпением, отвергни всякое тщеславие.
Твой срок здесь ограничен, – начинай практиковаться безотлагательно.

В этой жизни ты подобен путнику –
Не возводи замок, где остановился лишь на привал.

Никакие дела не будут тебе в помощь,
Устремляйся к свершениям лишь в практике.

Неведомо, когда тело твоё станет добычей червей иль исчезнет, –
Не отвлекайся на видимости этой жизни.

Друзья и родные – словно птички на ветке, –
Нет смысла привязываться к ним.

Безусловная вера – как плодородная почва, –
Не отдавай её на откуп своим омрачениям.

Человеческое тело – драгоценность, исполняющая желания, –
Не отдавай её в руки своему врагу – ненависти.

Завет подобен сторожевой башне¹, –
Не загрязняй его своими пороками.

Пока Ваджра-мастер ещё среди нас,
Не позволяй практике Дхармы потонуть в твоей лени.

* В конечном итоге все восприятия имеют одну и ту же природу, которая есть пустота.

Чтобы истинно практиковать Дхарму, важно осознать бессмысленность всего, что происходит в сансаре. Единственный способ укоренить такого рода убежденность в своём сознании – это медитировать о пороках сансары. Размышляйте об этом, пока не достигнете глубокой в этом убежденности. Знак достижения такой убежденности можно увидеть в случае, подобном тому, что произошёл с геше Лангри Тхангпой. Как-то один из его ближайших помощников сказал ему: «Учитель, люди зовут тебя Мрачнолицый Лангри Тхангпа». «Как у меня может быть весёлое и счастливое лицо, – отвечал геше, – когда я размышляю о страданиях в трёх мирах сансары». Говорят, что Лангри Тхангпа улыбнулся только один раз, когда мышь пыталась сдвинуть бирюзу с его мандалы. Мышь не могла

сдвинуть камень, она позвала: «Цик, цик!» – и пришла другая мышь. Одна мышь толкала бирюзу, а другая тянула её. Это вызвало у Лангри Тхангпы улыбку.

Медитация о страданиях в сансаре является основанием и опорой для обретения всех благих качеств на пути: она обращает сознание к священной Дхарме; она убеждает в истинности принципа причины и следствия; она помогает погасить интерес к мирским делам и помогает развить в себе любовь и сострадание ко всем существам. Сам Будда, желая подчеркнуть, сколь важно признать наличие страдания, начинал учение в каждом из трёх поворотов колеса Дхармы словами: «Монахи, это – страдание».

Я вижу, что сансара – это страдание, но всё же привязан к ней.

Я боюсь бедных низших уделов, но продолжаю творить неблагое.

Благослови же меня и других, кто, как я, сбился с пути,

Чтобы истинно мы смогли отрешиться от этой жизни.



Гампопа (1079-1153).

Также известный как Дагпо Ринпоче. Один из главных учеников Миларепы и выдающийся учитель многих ветвей Кагью.

Глава четвёртая.

КАРМА: ЗАКОН ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ.

Согласно учению о причине и следствии ты действуешь, зло отвергая, добро избирая.

Свои действия сообразуешь с постепенным движением колесниц⁶².

В силу истинных взглядов ты ни к чему не привязан.

О, несравненный учитель, я склоняюсь к твоим стопам!

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

I. Неблагие действия, которых следует избегать.

Рождение в высших или низших сферах сансары определяется теми благими или неблагими действиями, которые мы накопили в прошлом. Сама сансара порождается действиями, является следствием действий. Ничто другое не может привести нас в высшие или низшие сферы. Мы не попадаем туда по случайности.

Стало быть, мы должны всё время иметь в виду следствия наших благих и неблагих действий, стремиться избегать тех, что пагубны, и совершать благие.

1. Десять неблагих действий, которых следует избегать.

Три из них – это физические действия: убийство, воровство и сексуальные проступки. Следующие четыре – это словесные действия: ложь, сеяние вражды, грубые слова и пустословие. Три последние – это ментальные действия: алчность, злонамеренность и ложные воззрения.

1.1. Убийство.

Убийство – это сознательное уничтожение жизни другого существа, будь то человек, животное или какое-либо другое существо. Убийство врага в битве – это пример убийства из ненависти. Убийство дикого животного ради его мяса и шкуры – это убийство, мотивированное желанием. Убийство в результате неведения о следствиях, вытекающих из позитивных и негативных действий, или же, подобно некоторым тиртхикам, убийство с верой, что они совершают благой акт, – это убийство вследствие неведения.

Существуют три вида убийства – убийство отца, матери или архата⁶³, которые именуется актами с неотложным воздаянием, ибо они ведут прямо к следствию, минуя промежуточное состояние, – к перерождению в Аду беспредельных мучений.

Некоторые из нас, считающие убийством лишь акт, совершённый собственными руками, полагают, что они не повинны ни в одном убийстве. Однако нет никого – среди сильных и слабых, известных и неизвестных, кто не был бы повинен в том, что раздавил при ходьбе несметное число мелких насекомых. Говоря о более частных случаях, вспомним лам и монахов, посещающих дома своих благотворителей. Им подают специально для них приготовленное мясо с кровью животных, убитых к их приезду. Гости приходят в восторг от вкуса мяса и с великой жадностью его пожирают, не испытывая ни малейшего угрызения совести или сострадания к убитым животным. В таких случаях негативный кармический эффект от убийства падёт в равной степени как на хозяина дома, так и на посетителя. Когда путешествуют важные персоны и высокие члены правительства, во всех местах, которые они посещают, для банкетов и официальных приёмов убивают множество животных.

Богатые люди вообще убивают много животных. Ни одно животное в том стаде, которое им принадлежит, не умирает естественной смертью. Когда подходит соответствующий возраст, их убивают, одного за другим. Но это ещё не всё. Помимо этого, летом на пастбищах скотина уничтожает бесчисленное число насекомых: мух и муравьёв, и даже рыбёшек и лягушек, которых они проглатывают с водой и травой, давят копытами, заваливают своими испражнениями. Негативный кармический эффект от этих действий падает как на владельца, так и на самих животных. Среди всего домашнего скота – лошадей, коров и т. п. самый большой ущерб наносят овцы. На пастбище с травой овцы проглатывают всевозможных мелких животных: лягушек, змей, птенцов и т. п. Летом, в период стрижки, погибают все те сотни тысяч насекомых, которые гнездятся в шерсти каждой овцы. Зимой, когда овцы ягнятся, в живых остаётся не больше половины всех

ягнят; остальных убивают при рождении. Овцематок держат ради молока и для рождения ягнят до тех пор, пока они не становятся слишком старыми и измождёнными, и тогда их забивают на мясо и ради их шкур. А всех самцов, кастрированных и некастрированных, ждёт одна участь – нож мясника. Если у овцы заводятся вши, то во время стрижки они погибают миллионами на каждой овце. Каждому, кто владеет стадом из ста или более овец, предстоит, по крайней мере, один раз переродиться в адских сферах.

На свадьбу всегда забивают множество овец: когда посылают приданое, когда отсылают невесту из дому, когда её принимают родственники мужа. И потом всякий раз, как новобрачная навещает свою семью, обязательно убивают ещё одну овцу. Если её приглашают к себе друзья или родственники и подают к столу что-либо, кроме мяса, она изображает полное отсутствие аппетита и ест с деланным презрением, будто разучилась жевать⁶⁴. Но убей для неё жирную овцу и поставь перед ней гору мяса и кишок, это красноречивее чудовище усаживается с серьёзным видом, вытаскивает свой нож и всё это уплетает, плотоядно облизываясь. На следующий день она отбывает домой, нагрузившись окровавленной тушей – будто охотник на пути домой; и даже хуже того, потому что уж она-то никогда не возвращается с пустыми руками.

Также и дети во время игры, сознательно или бессознательно, лишают жизни множество существ. Летом, например, они убивают несметное количество насекомых, стегая землю ивовыми прутьями или кожаными кнутами. Так что мы все, поистине будто кровопийцы, только то и делаем, что убиваем. В сущности, если говорить об убийстве домашних животных, так мы ещё и хуже, чем кровопийцы, ибо лишаем их жизни, чтобы насладиться их мясом и кровью, в то время как они всю свою жизнь нам служили и, словно матери, поили нас своим молоком.

Акт убийства полностью завершён, если налицо все четыре элемента неблагого действия. Возьмём в качестве примера охотника, убивающего дикое животное. Прежде всего, он видит оленя-самца, мускусного оленя или какое-либо другое животное и опознаёт его: признание того факта, что это живое существо, является основанием для совершения акта убийства. Далее у него возникает желание убить этого зверя: мысль – убить – это намерение совершить акт убийства. Затем он стреляет в жизненно важный центр животного из ружья, лука или какого-либо другого оружия: физическое выполнение действия – это осуществление акта убийства. Вследствие этого прекращаются жизненные функции животного, и разрывается связь между его телом и сознанием: это завершение акта убийства.

Другой пример – убийство домашней овцы. Сначала владелец овцы велит слуге или мяснику убить овцу. Основанием является его знание, что сюда вовлечено живое

существо – овца. Намерение, то есть идея совершить данный акт убийства, возникает в ту минуту, когда он решает убить эту овцу. Осуществление акта убийства происходит, когда убивающий берёт свою затяжную петлю, неожиданно хватая овцу, которую он собирается убить, валит её на спину, связывает ей ноги кожаными ремнями, набрасывает петлю на морду и затягивает верёвку, пока овца не перестаёт дышать. Овца задыхается в жестокой предсмертной агонии, глаза выкатываются из орбит, подёргиваются синеватой пеленой и замутняются слезами. Бездыханную овцу втаскивают в дом; жизнь животного подошла к концу – это завершение акта убийства. Овцу тут же ножом освежёвывают. Её плоть всё ещё вибрирует, ибо тело не успела покинуть «всепроницающая энергия». Ощущение такое, будто овца ещё жива. Её тут же обжаривают в жаровне или варят на плите, а потом съедают. Когда об этом думаешь, возникает чувство, что этих животных едят, фактически, живьём; так что люди мало чем отличаются от хищных животных.

Предположим, вы сегодня намерены убить животное; или вы сказали, что сделаете это, но не сделали. Тогда уже существует основание для убийства – знание, что есть такое существо, и намерение – идея убить его. Следовательно, в таком случае налицо будут два элемента негативного действия. И хотя вред от этого был бы меньшим, чем когда вы, в самом деле, совершили бы акт убийства, но всё же остался бы, подобно образу, отражённому в зеркале, некоторый след от негативного действия. Некоторые думают, что неблагое действие совершает лишь тот, кто физически выполняет убийство; а тот, кто отдаёт приказание убить, не совершает его или, во всяком случае, совершает в меньшей степени. Следует, однако, знать, что неблагое действие в равной степени совершают все, кто вовлечён в акт убийства, включая даже и того, кто просто лишь порадовался этому. Значит, нет никакого сомнения, что человек, отдающий приказание убить, вовлечён в акт убийства. При этом негативный кармический эффект от убийства одного животного не распределяется поровну между всеми, кто был замешан в этом акте, а падает в полной мере на каждого соучастника убийства.

1.2. Присвоение чужого.

Существуют три формы присвоения чужого: присвоение силой, присвоение тайком и присвоение обманным путём.

Присвоение силой. Это действие, когда некто, обладающий властью – например, правитель страны, – незаконно, пользуясь своим положением, присваивает себе владения

и собственность других людей. Это также включает насильственное изъятие собственности превосходящим числом людей, например армией.

Присвоение тайком. Это хищение, производимое скрытно, втайне от хозяина. Так действуют воры.

Присвоение обманным путём. Это присвоение чужого, например при торговых сделках, с помощью лжи, обвеса, обмера или других жульнических приёмов. В наши дни при проведении торговых и других деловых операций обман и жульничество с целью присвоить чужую собственность преступлением не считаются, если не имеет место открытая кража. Но, по существу, всякая прибыль, полученная обманным путём, ничем от явного воровства не отличается.

Нынешние ламы и монахи, в частности, не видят в проведении сделок ничего худого или вредоносного. Они, фактически, всю жизнь только этим и занимаются и даже гордятся своей удачей. Однако ничто не может повредить ламе или монаху больше, чем участие в сделках. Они постоянно поглощены деловыми операциями и не испытывают желания продолжать свои духовные занятия или работать над очищением своих омрачений; да у них нет и времени для этого. Весь день до самой ночи, когда пора идти спать, они погружены в расчёты. Так совершенно зачёркивается идея преданности учителю, отрешения от мирских дел, сострадания, а они полностью попадают под власть своих заблуждений.

Однажды вечером Почтенный Миларепа пришёл в один монастырь и лёг спать перед дверью в келью. Монах, живший в этой келье, лежал в кровати, размышляя о том, как он будет продавать тушу коровы, которую он собирался забить на следующий день. «За голову... столько-то, за лопатку... столько-то, за спину... столько-то, за подколенную часть... столько-то...» Так он продолжал подсчитывать стоимость каждой из наружных и внутренних частей коровьей туши. Он не сомкнул глаз до рассвета и обдумал всё, кроме того, сколько просить за хвост. Тогда он быстро встал, прочитал молитвы и совершил подношение тормы. Когда он вышел из кельи и увидел, что Миларепа всё ещё спит, он презрительно ему бросил:

– Притворяешься практикующим, а в этот час всё ещё спишь! Разве тебе не нужно практиковаться и читать молитвы?

– Я не всегда сплю так долго, как сегодня, – отвечал Миларепа. – Но я всю ночь думал, как буду продавать одну из моих коров, которую собираюсь забить. Так что у меня до самого утра не было времени для сна.

Выставив таким образом тайные пороки этого монаха напоказ, Миларепа удалился.

Подобно монаху из этого рассказа, те, кто в наше время полностью посвящает себя торговле, день и ночь заняты только своими расчётами. Они до такой степени погружены в свои заблуждения, что, когда приходит время умирать, они так и умирают, уйдя в них с головой.

Кроме того, торговля влечёт за собой всякого рода неблагие действия. Те, кому надо продать товар, всячески расхваливают его достоинства, каким бы плохим он ни был. Они откровенно лгут, утверждая, что якобы тот или иной покупатель предлагал за товар большие деньги, но они не приняли предложение, потому что будто бы сами заплатили за него больше этого. Если они хотят купить что-либо, что является предметом торга между двумя другими людьми, они прибегают к клевете, чтобы их сделка не состоялась. Они используют грубые слова, когда хотят сбить цену на товары своих соперников, вынудить продать им в долг и тому подобное. Они заговаривают зубы, предлагая смехотворные цены или же торгуясь о ценах на товары, которые не собираются покупать. Они завидуют тому, что принадлежит другим, и всеми силами стараются это заполучить. Они думают о своих соперниках со злобой, желая им разорения. Если они торгуют скотом, тогда они замешаны в убийстве. Поэтому торговля, в самом деле, вовлекает в игру все десять неблагих действий, за исключением разве что ложных воззрений и сексуальных проступков.

Если сделка не состоится, обе стороны несут потери, так что все оказываются в затруднительном положении; и в конечном счёте получается, что продавцы наносят урон и себе и другим, а сами, бывает, умирают от голода. Если же им на долю выпадает успех, то сколько бы они ни заработали, они всегда недовольны. Даже если они становятся богачами, как бог богатства Вайшравана, они и тогда находят удовольствие в своих неприглядных торговых сделках. Когда в конце к ним подступит смерть, они будут в отчаянии бить себя в грудь, потому что всё их человеческое существование было растрчено на подобного рода проделки, которые теперь, словно мельничьи жернова, сволокут их в бездны адских сфер.

Ничто так не развращает и не способствует накоплению неблагих действий, как торговля. Вы непрестанно обдумываете, как бы получше обмануть других, – словно бы проглядываете свою коллекцию ножей, шил и игл, выбирая, что поострее. Постоянно держа на уме дурные мысли, вы отвергаете идеал бодхичитты оказывать помощь другим, а число ваших злонамеренных действий множится до бесконечности. Неблагое действие присвоения того, что вам не принадлежит, также непременно включает для полного его завершения упомянутые четыре элемента. Причём любое участие в акте убийства или

воровства, вплоть до такой малости, как желание снабдить охотников или воров едой для их предприятия, приносит вам равную долю кармического эффекта.

1.3. Нарушения норм сексуального поведения.

Изложенные ниже правила относятся к мирянам.

В Тибете, во времена религиозного царя Сонгцена Гампо, были установлены правила сексуального поведения, созданные на основе десяти благих действий, которые включали в себя предписания как для мирян, так и для членов монастырской общины. Здесь мы ссылаемся на ограничения, относящиеся к мирянам, ибо как люди семейные они должны придерживаться надлежащих правил морали. Что же касается монахов и монахинь, то предполагается, что они должны хранить полное воздержание. Нет более грубого нарушения норм сексуального поведения, чем то, из-за которого другие преступают данные ими обеты.

Сексуальные проступки также включают действия, связанные с определёнными людьми, совершаемые в определённых местах и при определённых обстоятельствах. Сюда относятся мастурбация, сексуальная связь с человеком семейным, либо связанным какими-либо обязательствами; половой акт с человеком, хотя и свободным, но при свете дня; также с тем, кто соблюдает однодневный обет, болен или находится в трауре; с женщиной в период беременности, менструации или не оправившейся после родов; в том месте, где есть изображения Трёх Драгоценностей; со своими родителями и другими недозволенными членами семьи; с подростком до полового созревания; а также через рот или анальное отверстие и тому подобное.

1.4. Ложь.

Существуют три типа лжи: обычная ложь, злокозненная ложь и ложь псевдоучителей.

Обычная ложь. Это всё ложные утверждения, имеющие целью обмануть других людей.

Злокозненная ложь. Это такие утверждения, как, например, что нет пользы от благих действий и вреда от неблагих действий, что нет счастья в землях Будд и нет страдания в низших сферах или что Будды не обладают благими качествами. Такая ложь

называется злокозненной, потому что никакая другая ложь не могла бы привести к более разрушительным и вредоносным последствиям.

Ложь псевдоучителей. Это ложные притязания на обладание некими качествами и умениями, как, например, фальшивые утверждения, что будто достиг определённых уровней бодхисаттвы или владеешь ясновидением. В наши дни обманщики пользуются большим успехом, чем истинные учителя, и оказывать давление на образ мыслей и поведение людей нетрудно. Поэтому некоторые, чтобы одурачить людей, объявляют себя «ламами» или «йогинами». Они объявляют: «Я видел божество, и ему следует делать дары»; или же: «Я видел духа и его усмирил». Большая часть такого рода утверждений – это ложные выдумки лжеучителей. Так что будьте осторожны и не доверяйте этим обманщикам и шарлатанам. Поскольку это влияет как на эту жизнь, так и на последующие, в высшей степени важно оказывать доверие лишь такому практику Дхармы, которого вы хорошо знаете, кого отличает терпение и чьи внутренние качества и поведение находятся в полной гармонии.

Вообще говоря, существуют заурядные люди, которые обладают некоторой степенью ординарного ясновидения, однако их ясновидение неустойчиво, и они могут прибегать к нему лишь спорадически. Чистым ясновидением обладают лишь те, кто достиг уровней бодхисаттвы; и, стало быть, достичь этого в высшей степени трудно⁶⁵.

1.5. Сеяние вражды.

Сеять вражду можно в открытую или втайне.

Сеяние вражды в открытую – это стратегия, часто используемая людьми, имеющими некоторую власть. Она состоит в том, чтобы сеять вражду между двумя людьми в их присутствии, обвиняя одного из них в том, что он якобы сказал что-то плохое о другом за его спиной или сделал то-то и то-то, чтобы ему навредить; при этом происшествие описывается во всех подробностях, и говорящий интересуется, правда ли, что это произошло именно таким образом.

Сеяние вражды втайне состоит в том, чтобы поссорить двух людей, состоящих в добрых отношениях. Для этого одному из них, втайне от другого, наносится визит и ему рассказываются ужасные вещи, которые будто бы тот другой, кого посещаемый глубоко почитает, о нём говорил.

Наихудший случай сеяния вражды – это создание конфликтов между членами Сангхи. Особенно серьёзной провинностью являются создание разногласий между

наставником Тайной мантраяны и его учениками или сеяние вражды между духовными братьями и сёстрами.

1.6. Грубые слова.

Грубыми являются слова, в которых подчёркиваются физические недостатки других; например, когда обзывают кого-либо кривым, глухим, слепым и т. п. Сюда относится и употребление слов, выставляющих напоказ скрытые недостатки людей, или употребление обидных слов; а также, в сущности, и другое, что мы говорим, даже если это сказано не в грубой, а в мягкой форме, что может оказаться другому неприятным. Особенно непростительным проступком будет говорить что-либо оскорбительное в присутствии своего учителя, духовного друга или просветлённого существа.

1.7. Пустословие.

Под пустословием подразумеваются длинные и бессмысленные словоизлияния: скажем, чтение чего-либо под видом Дхармы, например «брахманических ритуалов», что Дхармой не является; или бессмысленное обсуждение сюжетов, которые возбуждают привязанность и ненависть, а именно: рассказы о проститутках, распевание сладострастных песен, разговоры о хищениях и о войне. Особенно вредоносным является поток бессмысленных слов, который отвлекает от молитвы или чтения, ибо это препятствует обретению заслуг. Всякие суды и пересуды, которые с первого взгляда представляются естественными и невинными, по большей части мотивированы, если вдуматься, желанием или ненавистью. Степень вины в этом случае пропорциональна размеру желания или ненависти, которые эти пересуды возбуждают в нашем сознании и в сознании других.

Сколько бы ни читались молитвы и мантры, они не принесут плодов, если смешивать их с пустыми разговорами. Это относится, в особенности, к разного рода сплетням, гуляющим по рядам Сангхи в дни собраний. Один сплетник может перечеркнуть заслуги всего собрания и его благотворителей.

В святой земле – Индии приношениями Сангхе могли пользоваться, как правило, лишь те, кто достиг высочайших духовных высот и был свободен от пагубных ошибок. Будда не позволял этого никому другому. Но в наши дни некоторые выучивают два-три

тантрических ритуала и, едва научившись их читать, начинают пользоваться всеми «чёрными приношениями», какие могут заполучить. Использовать приношения для проведения тантрических ритуалов и небрежно, словно колдун-бонпо, читать тайные мантры, не получив предварительно посвящений, не храня заветов, не достигнув совершенства на этапах порождения и завершения и не выполнив требований по чтению мантр, – это очень серьёзная провинность. «Чёрные приношения» можно сравнить с пилюлями из раскалённого железа: если их проглотят обычные люди, не имеющие чугунных челюстей, закалённых в соединении этапов порождения и завершения, они сожгут себе внутренности и на том закончат своё существование. Как сказано:

«Чёрные приношения» подобны смертоносным клинкам.

Злоупотребление ими рассекает жизненно важную артерию Освобождения.

Эти люди ничего не знают о двух этапах медитации, так хотя бы выучили толком слова ритуала; но нет, они не удосуживаются даже прочитать его, как следует. Хуже того, дойдя до чтения мантр – что составляет самую существенную часть ритуала, – они принимаются болтать, растрчивая время на бесконечную череду пустых сплетен, пропитанных желанием и агрессией. А это чревато разрушительными последствиями как для них самих, так и для других. Крайне важно, чтобы ламы и монахи положили конец подобного рода пустословию и сосредоточились на чтении мантр, не пересыпая их болтовнёй.

1.8. Алчность.

Алчность – это любое, даже самое незначительное, желание получить собственность других или мысль о её заполучении. Мы размышляем, как приятно было бы иметь такие замечательные вещи; снова и снова воображаем себя обладателями этого богатства; строим замыслы, как заполучить его, и тому подобное.

1.9. Злонамеренность.

Это относится ко всем нашим злонамеренным мыслям по отношению к другим существам. Например, мы можем с ненавистью и гневом строить планы, как бы им

навредить; или испытывать неудовольствие от того, что они процветают и преуспевают; или мы можем хотеть, чтобы они были не столь благополучны, не так счастливы, менее талантливы; или мы рады, когда с ними происходит что-либо неприятное.

1.10. Ложные воззрения.

Ложные воззрения – это убеждение в том, что не существует причинно-следственной связи между явлениями, а также концепции этернализма и нигилизма. В соответствии с убеждением, что причинно-следственной связи между явлениями не существует, считается, что позитивные действия не приносят благих результатов, а негативные не влекут за собой никакого вреда. Термины этернализм и нигилизм включают в себя все различные верования тиртхик, которые можно либо подразделить на триста шестьдесят ложных верований и шестьдесят два вредных верования, либо включить в две категории – этернализм и нигилизм.

Этерналисты верят в вечное существование эго («я») и в вечно существующего творца вселенной, такого как Ишвара или Вишну. Нигилисты верят, что все вещи возникают сами по себе, что нет прошлых и будущих жизней и что не существует ни кармы, ни Освобождения, ни Свободы⁶⁶. Как говорится в учении Ишваракришны:

Восход солнца, низвержение потока воды,
Округлость горошины, заострённость и длина шипа,
Красота и яркость цветов в павлиньем хвосте –
Никто этого не создавал, всё явилось само по себе.

То есть они утверждают, что, когда восходит солнце, никто не помогает ему взойти. Никто не подталкивает реку, чтобы она стекала вниз с холма. Никто не лепит горошины круглыми, как никто не вытачивает длинные, заострённые шипы. И никто не раскрашивает красивые многоцветные павлиньи хвосты. Все эти вещи таковы, как они есть в силу своей собственной природы, и это в равной мере относится ко всему в этой вселенной – приятному и неприятному, хорошему и плохому. Все явления возникают спонтанно. Нет прошлой кармы, нет прошлых жизней, нет будущих жизней⁶⁷.

Считать, что тексты, излагающие подобного рода учения, справедливы, и следовать им; а если и не следовать, то думать, что слова Будды, наставления вашего учителя и

комментарии учёных ошибочны, критиковать их и сомневаться в них – всё это и называется ошибочными воззрениями⁶⁸.

Худшими из десяти неблагих действий являются убийство и ошибочные воззрения.
Как говорится:

Самое тяжкое из десяти неблагих действий,
Помимо наихудшего – лишения другого жизни, –
Это ошибочные воззрения.

Нет ни одного существа, кроме тех, кто находится в адских сферах, кто не содрогался бы при мысли о смерти и не ценил бы превыше всего свою жизнь. Поэтому лишение жизни является в высшей степени неблагим и пагубным действием. Расплатой за каждую уничтоженную жизнь будет пятьсот собственных жизней или, как говорится в Сутре установления осознанности:

За каждое убитое существо – пребывание в адских сферах в продолжение промежуточной кальпы.

Ещё большим проступком будет использовать достойную награды деятельность, в которую вы вовлечены – к примеру, создание объектов, представляющих Три Драгоценности, – в качестве оправдания для совершения такого неблагого действия, как убийство. Падампа Сангье говорил:

Возводить изображения Трёх Драгоценностей,
Причиняя при этом страдание и вред, –
Значит развеять по ветру свою следующую жизнь.

Также заблуждением является полагать, что совершаете благое действие, убивая животных ради того, чтобы ублажить их мясом и кровью приглашённых в дом лам или же собрание монахов. Негативный кармический эффект от этого убийства падает в равной мере как на хозяина дома, так и на приглашённых. Хотя хозяин проявляет радушие, его подношение нечисто. Принимающие это подношение получают вредоносную пищу. Негативный эффект преобладает над эффектом позитивным.

Всякое убийство, за исключением того единственного случая, когда обладаешь силой тут же воскресить свою жертву, является неблагим действием. Такое действие,

несомненно, также наносит ущерб жизни и деятельности учителей⁶⁹. Тот, кто не способен переносить сознание существ в состояние высшего блаженства, должен, по крайней мере, прилагать максимальные усилия, чтобы не лишать их жизни.

Иметь, хотя бы мимолётно, ложные воззрения равносильно нарушению всех своих обетов и отрыву от буддийской общины. Это также лишает свободы практиковать Дхарму в течение данного отрезка своего существования. Едва лишь сознание загрязняется ложными воззрениями, как даже благие действия не ведут более к Освобождению, а неблагие не могут быть очищены исповедью⁷⁰.

2. Следствия десяти неблагих действий.

Каждое неблагое действие создаёт четыре класса кармических следствий: полностью созревшее следствие; следствие, сходное с причиной; обуславливающее следствие и множасьее следствие.

2.1. Полностью созревшее следствие⁷¹.

Если одно из десяти вредоносных действий продиктовано ненавистью, это влечёт за собой перерождение в адских сферах.

Если любое из таких действий совершается под влиянием желания, следствием будет перерождение в облике голодного духа; а если под влиянием неведения, то последует перерождение в мире животных. Переродившись в одной из низших сфер существования, испытываешь все страдания, характерные для данной сферы. Причиной перерождения в адских сферах может стать также очень сильный импульс – крайне интенсивное желание, всепоглощающий гнев, глубокое неведение, – порождающий непрерывную цепь множасьихся действий. Менее сильный импульс приводит к перерождению в облике голодного духа, а слабый импульс ведёт к перерождению в мире животных.

2.2. Следствие, сходное с причиной.

Даже когда мы, наконец, вырываемся из низшей сферы, куда нас привело полностью созревшее следствие наших действий, и рождаемся в облике человека, мы продолжаем испытывать следствие, сходное с причиной, его породившей. В сущности, также и в низших сферах существует множество различных страданий, сходных с причиной, породившей каждое из них. Так что существуют два типа следствий, сходных с причиной: действия, сходные с причиной, и явления в жизни, сходные с причиной.

2.2.1. Действия, сходные с причиной.

Такого рода следствие – это склонность совершать действие, сходное с тем, которое породило данное следствие. Если раньше мы убивали, нас тянет убивать. Если раньше мы воровали, нам доставляет удовольствие присваивать чужое и т. п. Это объясняет, например, почему некоторые люди с раннего детства убивают всех насекомых и другую живность, которая попадает им на глаза. Подобная склонность к убийству идёт от сходных действий, совершенных в прошлых жизнях. С самой колыбели мы все действуем различно в зависимости от тех действий, которые мы совершали в прошлых жизнях. Одним нравится убивать, другим – воровать; а есть такие люди, которые не имеют склонности к подобного рода действиям и испытывают удовольствие, совершая благие деяния. Все эти тенденции являются наследием прошлых действий, иначе говоря, следствием, сходным с действием.

Вот почему говорят: «Чтобы узнать, как ты действовал прежде, надо поглядеть, какой ты сейчас. Чтобы узнать, где ты переродишься, надо поглядеть, как ты действуешь сейчас»⁷². Это справедливо также и в отношении животных. Инстинкт, заложенный в животных – например, инстинкт убивать у сокола или волка, инстинкт красть у мыши, – является в каждом случае следствием того, что подобные действия совершались в прошлом.

2.2.2. Проявления в жизни, сходные с причиной.

Каждое из десяти пагубных действий влечёт за собой два возможных проявления.

Убийство. Если мы убивали в прошлых жизнях, наша жизнь будет короткой и подверженной множеству болезней. Некоторые младенцы умирают, едва родившись, что является проявлением, сходным с причиной, то есть с совершением убийств в

предыдущих жизнях. Они также будут умирать, едва родившись, во многих последующих жизнях. Другие люди, хотя и доживают до старости, но с самого детства до смерти страдают от постоянных болезней, следующих одна за другой. Это является следствием того, что в прошлом они убивали и избивали других существ.

Перед лицом подобных обстоятельств лучше не стремиться найти немедленное решение проблемы, но с глубоким раскаянием исповедаться в прошлых действиях, вызвавших подобные следствия, и дать обет избегать их в дальнейшем. В качестве противоядия от негативной кармы следует стремиться совершать благие действия и воздерживаться от неблагих.

Присвоение чужого. Если мы воровали, мы будем жить в бедности; а если нам и достанется какая-либо собственность, то в результате краж, хищений и других бедствий она перейдёт к нашим соперникам и врагам. По этой причине тому, у кого в настоящее время нет средств и собственности, лучше будет стремиться заработать хотя бы малую толику заслуг, нежели изо всех сил пытаться разбогатеть. Если в прошлых жизнях мы не проявляли щедрости и оттого в этой жизни нам не положено быть богатыми, то все наши усилия разбогатеть будут тщетными. Посмотрите, какую огромную поживу захватывают большинство воров и бандитов во время каждого из своих налётов, – порой едва ли не больше того, что земля может выдержать. Однако те, кто живёт кражей, подчас кончают свои дни, умирая с голоду. Заметьте также, что дельцы и те, кто присваивает себе собственность Сангхи, обычно не могут воспользоваться своими богатствами, сколь бы велики они ни были. С другой стороны, те, кто проявлял щедрость в прошлых жизнях, на протяжении всей жизни не имеют недостатка в собственности и богатстве, хотя они не прилагают для этого никаких усилий. Стало быть, если вы желаете разбогатеть, стремитесь проявлять щедрость и делать подношения.

На нашем континенте Джамбудвипа следствия действий имеют особую силу; поэтому следствие того, что мы совершили в ранней молодости, начнёт действовать, по всей вероятности, через какое-то время в этой же жизни или даже, при исключительных обстоятельствах, немедленно. Стало быть, прибегать к воровству, подлогу или другим формам присвоения чужого с надеждой разбогатеть – это делать как раз противоположное тому, что следует. Кармическое следствие заточит нас на многие кальпы в мир голодных духов. И даже в этой жизни, как только следствие созреет, мы будем становиться всё беднее и испытывать всё большие трудности. Мы не сможем воспользоваться даже той малой собственностью, какая у нас будет. Вследствие своей скупости, каким бы ни было наше состояние, мы будем чувствовать себя всё более бедными и несчастными. Наша собственность станет причиной негативных действий. Мы превратимся в некое подобие

голодных духов, оберегающих богатство, которым они сами воспользоваться не могут. Присмотритесь к людям, которые кажутся богатыми. Если они не тратят легко своё богатство либо на Дхарму, которая является источником счастья и благополучия и в этой жизни и в последующих, либо на свою еду и одежду, то они беднее любых бедняков. Эти явления в их нынешней жизни, сближающие их с голодными духами, являются сходными с причиной, кармическим следствием их нечистой щедрости в прошлом⁷³.

Сексуальные проступки. Говорят, что, если постоянно совершаешь сексуальные проступки, то супруга достанется уродливая, распущенная и сварливая. Когда супруги постоянно спорят и ссорятся, обычно каждый обвиняет другого в том, что у него дурной характер. На самом же деле, они испытывают следствие, сходное с причиной, – сексуальными проступками, совершёнными в прошлом. Вместо того, чтобы ненавидеть друг друга, лучше бы они постарались понять, что это следствие их неблагих действий в прошлом, и проявляли друг к другу терпение. Па-дампа Сангье говорил:

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

Ложь. Если мы лгали в прошлых жизнях, то следствие, сходное с причиной, выражается в том, что нас часто критикуют и унижают и нам лгут другие. Если сегодня вас ложно обвиняют или критикуют, это следствие того, что в прошлом вы лгали. Вместо того, чтобы впадать в гнев и изрыгать оскорбления по адресу тех людей, которые говорят о вас подобные вещи, будьте им благодарны за то, что они помогают вам исчерпать следствия многих негативных действий. Ригдзин Джигме Лингпа говорит:

Враг, который вам платит злом за добро,
Ведёт вас к достижениям в духовной практике.
Его ложные обвинения – это хлыст,
Побуждающий вас двигаться к добродетели.
Это учитель, разрушающий ваши привязанности и желания.
Вам никогда не отплатить ему за редкую его доброту!

Сеяние вражды. Если мы в прошлом сеяли вражду, то следствие, сходное с причиной, проявится в том, что наши компаньоны и слуги будут враждовать друг с другом и, кроме того, будут враждебны и агрессивны к нам самим. По этой же причине обычно не ладят друг с другом монахи, сопровождающие ламу, или помощники какого-

либо начальника, или слуги в доме; и сколько их ни просить о чём-либо, – бесполезно, они лишь нагло огрызаются.

Наёмные слуги из простолюдинов делают вид, что не слышат, когда хозяин просит их сделать что-либо по дому, так что хозяину приходится повторять свою просьбу два-три раза. И лишь когда, в конце концов, он начинает сердиться и резко требует повиновения, они медленно и неохотно выполняют приказание. Когда работа закончена, они не дают себе труда сказать об этом. Они постоянно не в духе. Но их хозяин лишь пожинает плоды того, что он в прошлом сеял вражду. Стало быть, он должен раскаиваться в своих собственных негативных действиях в прошлом и стремиться примирять свои разногласия с другими.

Грубые слова. Если в прошлых жизнях мы говорили грубые слова, нам будут постоянно говорить что-нибудь оскорбительное; а всё, что говорим мы, будет вызывать возражения. Грубые слова – это худшее из четырёх негативных действий, порождаемых словами. Как говорится в пословице:

Слова без стрел и без мечей сознание терзают.

Если ненароком вызовешь у кого-либо гнев или, хуже того, скажешь святому существу хотя бы одно оскорбительное слово, это заточит на многие жизни в низшие сферы без какой-либо надежды оттуда вырваться. Один брахман по имени Капила однажды оскорбил монахов Будды Кашьяпы, обозвав их лошадиными головами, бычьими головами и разными другими именами; поэтому он переродился морским чудовищем о восемнадцати головах. Он оставался в этом образе целую кальпу, а потом переродился в аду. Одна монахиня, обозвавшая другую сукой, перерождалась в облике суки пятнадцать раз. Существует много таких историй.

Поэтому надо научиться говорить всегда дружелюбно и приветливо. Помимо этого, так как мы никогда не знаем, кто является святым существом или бодхисаттвой, нужно учиться видеть всех существ чистыми и превозносить их добрые качества. Говорят, что критиковать бодхисаттву или разговаривать с ним оскорбительно – это больший проступок, чем убить всех существ в трёх мирах.

Очернить бодхисаттву – это большее зло,
Чем убить всех существ в трёх мирах.
Я раскаиваюсь во всех подобных,
Бессмысленных, тяжких ошибках,

Когда-либо мной совершённых.

Пустословие. В этом случае следствие, сходное с причиной, состоит в том, что нам не верят, хотя мы говорим правду; а мы сами крайне не уверены в себе, когда нам приходится говорить перед большим собранием людей.

Алчность. Следствие алчности проявляется в том, что наши желания не исполняются и нам приходится иметь дело с тем, чего мы меньше всего желаем.

Злонамеренность. Вследствие злонамеренности мы будем жить в постоянном страхе и испытывать нескончаемые бедствия.

Ложные воззрения. Если мы придерживались ложных воззрений, мы будем по-прежнему держаться тех же вредных убеждений, а сознание наше будет затуманено заблуждениями и ложными представлениями.

2.3. Обуславливающее следствие.

Обуславливающее следствие оказывает воздействие на ту среду, в которой мы живём. Убийство приводит к перерождению в суровых и опасных местах, изобилующих пропастями и обрывами.

Воровство приводит к перерождению в регионах, где царит голод, заморозки и град губят урожай, а деревья не приносят плодов.

Сексуальные проступки вынуждают жить в отталкивающих местах, заваленных экскрементами, грязью и тому подобным.

Ложь принесёт материальную нестабильность, жизнь в постоянном паническом страхе и встречи с устрашающими ситуациями и вещами.

Сеяние раздоров вынудит жить в труднопроходимых местах, испещрённых глубокими пропастями, скалистыми ущельями и т. п.

Употребление грубых слов приведёт к перерождению в местах, мало пригодных для жизни, изобилующих скалами, камнями, шипами и т. п.

Пустословие вынудит переродиться в голых, бесплодных местах, где, сколько ни работай, земля ничего не родит; а наступление времён года нерегулярно и непредсказуемо.

Скупость приведёт к тому, что урожаи будут скудными и к тому же придётся испытывать множество бедствий в неприветливых землях и в тяжёлые времена.

Вследствие злонамеренности мы переродимся в местах, где будем испытывать постоянный страх и где на нас будут обрушиваться нескончаемые бедствия.

Ложные воззрения приведут к перерождению в бедности, без пристанища и без защитников.

2.4. Множащееся следствие.

Множащееся следствие состоит в том, что мы склонны снова и снова повторять те действия, которые совершали прежде. Это порождает бесконечную цепь страданий, тянущуюся через все наши последующие жизни. Так ещё более множатся наши неblahие действия, что является причиной нашего бесконечного блуждания в сансаре.

II. Благие действия, которых следует придерживаться.

Вообще говоря, десять благих действий состоят в том, чтобы, осознав пагубность десяти неblahих действий, таких как убийство, присвоение чужого и прочее, дать чистосердечный обет никогда больше не совершать ни одного из них.

Не обязательно давать обет в присутствии учителя или наставника. Внутренняя решимость воздерживаться в будущем, к примеру, от совершения всяких убийств или от убийств в каком-либо месте или в какое-либо время, или от убийства некоторых животных – такая решимость сама по себе является благим действием. Однако такой обет, если он дан в присутствии учителя, духовного друга или объектов, представляющих Три Драгоценности, имеет существенно большую силу.

Недостаточно просто перестать убивать или совершать другие неblahие действия. Необходимо взять на себя обязательство, скрепив его обетом, больше никогда, ни при каких обстоятельствах не совершать названного действия. Поэтому даже миряне, которые не в состоянии полностью отказаться от убийства, могут всё же извлечь большую пользу, дав обет не убивать каждый год в течение некоторого периода – скажем, в течение первого тибетского месяца – месяца Чудес или в течение четвёртого месяца, известного как Вайшакха; или не убивать в каждое новолуние и в каждое полнолуние; или не убивать в таком-то году, в таком-то месяце, в такой-то день. Много лет назад в одной деревне мясник дал обет в присутствии благородного Катьяяны не убивать ночью. Он переродился

в Преходящем аду, где в течение дня его пытали в доме из раскалённого металла, но по ночам он счастливо жил во дворце, в окружении четырёх богинь.

Стало быть, десять благих действий состоят в том, чтобы избегать десяти неблагих действий и практиковать соответствующие противоядия.

Физические благие действия это:

- 1) в противоположность убийству – защита жизни существ;
- 2) в противоположность воровству – проявление щедрости;
- 3) в противоположность сексуальным проступкам – соблюдение нравственных правил.

Словесные благие действия это:

- 1) в противоположность лжи – говорить правду;
- 2) в противоположность сеянию вражды – примирение споров и противоречий;
- 3) в противоположность резким словам – говорить дружелюбно;
- 4) в противоположность пустословию – прилежно читать молитвы.

Благие действия сознания:

- 1) в противоположность скупости – стремиться быть щедрым;
- 2) в противоположность злонамеренности – проявлять доброжелательность;
- 3) в противоположность ложным взглядам – придерживаться истинных.

Полностью созревшим следствием из этих действий будет перерождение в одной из трёх высших сфер.

В отношении действия – следствием, сходным с причиной, будет то, что в последующих жизнях станем испытывать удовольствие, совершая благие деяния, отчего наши заслуги будут непрерывно увеличиваться.

В отношении проявлений в жизни – следствием, сходным с причиной, будет для каждого из десяти благих действий следующее:

- благодаря нашему отказу от убийств, будем иметь долгую жизнь и мало болезней;
- благодаря нашему отказу от воровства, будем жить в благополучии, не имея врагов и не подвергаясь нападению воров;
- благодаря отказу от сексуальных нарушений, будем иметь привлекательных партнёров и малое число соперников;
- благодаря отказу от лжи, будем пользоваться всеобщей любовью и одобрением;
- благодаря отказу от резких слов, нам доведётся слышать много приятного;

- благодаря отказу от пустословия, нас будут слушать со вниманием;
- благодаря отказу от скупости, наши желания будут исполняться;
- благодаря отказу от злонамеренности, никто не будет наносить нам никакого вреда;
- благодаря отказу от ложных воззрений, будем иметь истинный взгляд на вещи.

Обусловливающее следствие в каждом случае противоположно соответствующему негативному следствию. Те места, в которых мы будем перерождаться, будут во всех отношениях идеальными. Благодаря множащемуся следствию, всякое совершённое нами благое действие будет множиться, что будет приносить нам всё новые и новые заслуги.

III. Кармическая природа всех вещей.

Необозримое разнообразие удовольствий и страданий, которые испытывает каждое существо – начиная с Вершины существования и до самых предельных глубин ада, – проистекает исключительно из благих и неблагих действий, которые каждый накопил в прошлом. В Сутре ста действий говорится:

Печали и радость существ
Проистекают из их действий, сказал Будда.
Многообразие действий порождает
Многообразие существ и вызывает
Многообразие путей их блуждания.
Сплетения же действий, поистине, необозримы!

Сила, власть, богатство и собственность, какие у нас есть, не остаются при нас после смерти. Мы уносим с собой лишь благие и неблагие действия, накопленные в течение жизни. Это они перекидывают нас в высшие или низшие сферы.

В Сутре наставлений правителю читаем:

Когда настаёт момент уходить, о правитель,
Друзья, владения и семьи не следуют за нами.
Но куда бы существа ни устремлялись,

Их действия, как тень, следуют за ними.

Бывает, что следствия наших благих и неблагих действий не распознаются и не проявляются сразу, но они никогда не исчезают. При должном стечении обстоятельств они все проявятся, одно за другим. Как говорится в Сутре ста действий:

И даже после сотен калып
Не исчезают действия существ.
Но, лишь условия сойдутся,
Как плод их полностью созреет.

А в Сокровище драгоценных духовных качеств находим:

Когда орёл парит в поднебесье, тень его нигде не видна;
Однако орёл и тень его нераздельны всегда.
Сойдётся лишь собранье всех условий, – и вновь выявится она.
Так и действия существ – не покидают их никогда;
И при должных обстоятельствах
Следствия их не преминут объявиться.

Когда птица парит высоко в небе, кажется, что тень её исчезает. Но это не значит, что у неё нет тени. Как только птица спускается, её тень вновь появляется, столь же отчётливо видимая, как и прежде. Точно так же, хотя позитивные и негативные следствия наших действий могут в данную минуту не наблюдаться, но в конечном итоге они неминуемо проявятся.

Разве могло быть иначе для нас, обычных существ, если даже Будды и архаты, полностью исчерпавшие свои кармические и эмоциональные омрачения, должны испытать следствия своих прошлых действий?!

Однажды войска Вирудхаки, властителя Шравасты, ворвались в город шакьев и уничтожили восемьдесят тысяч человек. В эту минуту у Будды разболелась голова. Когда ученики его спросили о причине этого, он рассказал вот что:

«В прошлые времена шакьи были рыбаками; они жили за счёт рыбной ловли и питались рыбой. Однажды они выловили двух больших рыб; но вместо того, чтобы сразу их убить, они привязали их к мачте. Корчась в муках, без воды, рыбы подумали:

«Эти люди убивают нас, хотя мы не причинили им никакого вреда. Пусть за это нам выпадет случай убить их, хотя бы они не причиняли нам никакого вреда.» Из-за этой мысли те две рыбыны переродились одна правителем Вирудхакой, другая – его министром Матропакарой; а все другие рыбы, которых когда-то выудили рыбаки, теперь были его войском. Сегодня они уничтожили шакьев. В ту пору я был сыном одного из тех рыбаков и я смеялся, видя, как две рыбыны, привязанные к мачте, корчились в невыносимых предсмертных муках. Вследствие этого моего действия у меня сегодня разболелась голова. А если бы я не обладал сейчас своими нынешними качествами⁷⁴, я был бы тоже растерзан войсками Вирудхаки».

В другой раз Будда занозил ногу шипом от акации. Это было следствием того, что в одной из своих прошлых жизней, когда он был ещё бодхисаттвой, он убил Чёрного копыеносца⁷⁵.

Среди всех учеников Будды шравака Маудгальяна отличался несравненной магической силой. Однако, вследствие своих прошлых действий, он был убит париврадчиками. Это произошло следующим образом.

Святые Шарипутра и Маудгальяна имели обыкновение посещать другие сферы – ады, сферу голодных духов и т. п., чтобы облегчить участь существ, которые там находились. Однажды, будучи в одном из адов, они встретили учителя тиртхик по имени Пурнакашьяпа, который переродился в этом аду и претерпевал бесконечные мучения. Он обратился к ним со следующими словами: «Благородные существа! Когда вы возвратитесь в мир людей, скажите им, что их учитель Пурнакашьяпа переродился в одном из адов. Скажите им, что путь париврадчик не ведёт к добродетели. К добродетели ведёт Учение Будды Шакья. Наша религия является ложной, им следует отказаться от неё и следовать за Шакьямуни. И, главное, скажите им, что, когда они возлагают подношения на ступу, возведённую вокруг моих костей, на меня обрушивается металлический дождь. Попросите их, пожалуйста, не делать больше приношений».

Два благородных собрата вернулись в мир людей. Шарипутра достиг его раньше и сразу отправился к тиртхикам, чтобы передать им послание их учителя. Но так как для этого не было необходимых кармических условий, тиртхики не стали его даже слушать. Когда прибыл Маудгальяна, он спросил Шарипутру, передал ли он послание Пурнакашьяпы.

– Да, передал, – ответил Шарипутра, – но они ничего не сказали.

– Значит, они не поняли того, что ты им говорил, – сказал Маудгальяна. –

Тогда я сам поговорю с ними.

И он пошёл к ним, чтобы передать им то, о чём просил Пурнакашьяпа. Но тиртхики пришли в ярость:

– Мало того, что он оскорбляет нас, так он ещё критикует нашего учителя. Бейте его!

Они накинулись на него, избили до полусмерти и бросили. До той поры не только паривраджики своими ударами, но и все три мира, напади они на него одновременно, – не смогли бы даже и волоса пошевелить на его голове. Однако в ту минуту он был раздавлен бременем своих прошлых действий и оттого погиб как обыкновенный человек.

– Я не смог не только применить магию, но даже и подумать об этом, – сказал он.

Шарипутра завернул его в его одежды и унёс. Дойдя до леса Джетавана, он разразился рыданиями:

– Даже услышать о смерти друга было бы невыносимо. Каково же увидеть его смерть!

И [чтобы не видеть её,] он, вместе со многими другими архатами, Перешёл в состояние нирваны. Сразу же после этого и Маудгальяна перешёл в состояние за пределами страданий.

В Кашмире жил монах по имени Равати, обладавший ясновидением и умением совершать чудеса, у которого было много учеников. Однажды в густом лесу он красил шафраном свои монашеские одежды, а в то же время один мирянин, живший поблизости, искал своего потерявшегося : телёнка. Заметив дым, шедший из гущи леса, он пошёл посмотреть, что там происходит, и увидел монаха, раздувавшего огонь.

– Что ты делаешь?– спросил он.

– Крашу свои одежды шафраном, – отвечал монах. Мирянин поднял крышку котла и заглянул внутрь.

– Так это же мясо! – закричал он,

Тогда и монах заглянул внутрь котла и тоже увидел там мясо. Мирянин отвёл монаха к правителю и сказал ему:

– Повелитель, этот монах украл у меня телёнка. Прошу, накажи его за это.

Правитель велел бросить Равати в яму. Через несколько дней корова мирянина нашла потерявшегося телёнка. Тогда мирянин снова пошёл к правителю и сказал ему:

– Повелитель, монах не крал телёнка. Прошу, освободи его.

Правитель, однако, забыл освободить Равати. Так прошло шесть месяцев. Однажды множество учеников этого монаха, обладавших волшебной силой, переместились по воздуху в эти места и предстали перед правителем.

– Монах Равати чист и невиновен, – сказали они правителю, – ты должен его освободить. Правитель пошёл освобождать монаха. Когда он увидел, в каком плачевном состоянии тот находился, он почувствовал угрызения совести.

– Я слишком долго медлил! – вскричал он. – Я совершил ужасную ошибку.

– Ты ничего плохого не совершил, – сказал монах. – Всё это было следствием моих прошлых действий.

– Каких действий? – спросил правитель.

– В одной из прошлых жизней я был вором и однажды украл телёнка. Хозяин бросился за мной, и тогда я оставил телёнка около одного пратьекабудды, который медитировал в густом лесу, а сам убежал. Хозяин схватил пратьекабудду и бросил его в яму на шесть дней. Полностью созревшее следствие этого действия привело меня на много жизней к страданиям в низших сферах. Страдания, которые я только что испытал в этой жизни, завершают цикл следствий этого действия.

Ещё один пример – рассказ о сыне правителя Индии Сурабхибхадры. Однажды мать принца подарила ему бесценное парчовое одеяние. Принц не хотел сразу его носить.

– Я надену его в тот день, когда наследую трон, – сказал он.

– Ты никогда не наследуешь трон, – сказала его мать. – Это могло бы случиться, только если бы правитель, твой отец, умер. Однако твой отец и учитель Нагарджуна обладают одной и той же жизненной силой⁷⁶. Поэтому твой отец не может умереть, пока Нагарджуна жив. Оттого твои многочисленные старшие братья умерли, так и не унаследовав трон.

– Что же мне тогда делать? – спросил принц.

– Пойди к учителю Нагарджуне и попроси у него его голову. Он согласится, потому что он бодхисаттва. Я не вижу другого выхода.

Юноша пошёл к Нагарджуне и попросил у него его голову.

– Отрежь и бери – сказал учитель.

Юноша взял меч и пытался рассечь им шею Нагарджуны. Но ничего не происходило, будто он размахивал мечом по воздуху.

– Оружием меня не возьмёшь, – объяснил учитель, – потому что пятьсот жизней назад я очистился от всех кармических следствий применения оружия. Но однажды, срезая траву куша, я убил одно насекомое. Так как я не очистился полностью от

следствия этого действия, ты можешь отрезать мне голову травинкой куша. Юноша сорвал травинку куша, срезал ею голову, и она упала на землю.

Нагарджуна перешёл в нирвану со словами:

Теперь я отбываю в край блаженства,
Чтобы потом опять вернуться в то же тело⁷⁷.

Если даже такие исключительные существа должны испытывать следствия своих действий, как же тогда мы, блуждающие с безначальных времён в сферах сансары и накопившие бесчисленное множество негативных действий, можем предположить, что вырвемся из сансары, если будем и дальше накапливать негативные действия? Из низших сфер даже вырваться будет нелегко. Так что мы должны неукоснительно стремиться избегать малейших неблагих действий и прилагать усилия, чтобы совершать благие действия, хотя бы и самые незначительные. Если мы не сделаем этого усилия, каждая минута неблагого поведения будет стоить нам жизни в низших сферах в течение многих кальп. Не следует недооценивать даже самые малые неблагие действия, полагая, что от них не будет большого вреда.

Как говорит бодхисаттва Шантидева:

Если даже секунда вершения зла
Ввергнет нас на кальпу в ад глубочайший,
А мы с безначальных времён в сансаре столько наделали зла,
Где ж нам даже мечтать о рождении в высших сферах!

А в Сутре о мудрости и глупости сказано:

Не допускай даже малой ошибки,
Полагая: «Не будет вреда».
Может ведь и мельчайшая искра
Целую гору сена поджечь.

Точно так же даже малейшие благие деяния могут принести огромную пользу; не отвергайте их, полагая, что нет особого смысла их совершать.

В одной из предыдущих жизней правитель Мандхатри был бедняком. Однажды, когда он шёл на свадьбу с пригоршней бобов в руке, он повстречал Будду Кшантишарану, шедшего по направлению к селению. Увидев его, Мандхатри почувствовал чрезвычайное почтение и бросил ему свои бобы. Четыре бобинки попали в миску для подаяний Будды, а две другие коснулись его сердца. Полностью созревшее следствие этого действия привело к тому, что Мандхатри переродился вселенским монархом континента Джамбудвипа. Благодаря четырём бобинкам, попавшим в миску Будды, он правил на четырёх континентах в течение восьмидесяти тысяч лет. Благодаря одной бобинке, которая коснулась сердца Будды, он был владыкой царства Четырёх великих властителей на протяжении следующих восьмидесяти тысяч лет. А благодаря второй бобинке он наравне с тридцатью семью Индрами подряд делил престол божественной сферы Тридцати трёх.

Говорят также, если просто увидишь Будду и подбросишь в воздух цветок в его честь, то будешь делить престол с Индрой в течение необозримо долгого срока. Поэтому в Сутре о мудрости и глупости сказано:

И малое добро свершая,
Не думай: «Что это меняет?!»
Вода ведь, падая по капле,
Сосуд огромный наполняет.

А в Сокровище драгоценных духовных качеств говорится:

За год из семечка с горчичное зерно
Баньян гигантский вырастает,
На йоджану протягивая ветвь свою.
Но зло с добром растут ещё быстрее!

Семя дерева ашоты (баньяна) не больше горчичного зерна, но дерево это растёт так быстро, что может в течение одного года вытянуть свои ветви на целую йоджану. И всё же это не сравнить с тем, как разрастаются следствия благих и неблагих действий.

Даже незначительное преступление заповедей создаёт огромные негативные следствия. Однажды Элапатра, правитель наг, предстал перед Буддой, явившись в облике вселенского монарха. Будда сделал ему выговор в таких словах:

– Тебе мало того вреда, который ты нанёс учению Будды Кашьяпы? Теперь собираешься нанести ущерб также и моему Учению? Слушай Дхарму в своём подлинном облике.

– Слишком многие пожелают нанести мне увечье, если я появлюсь в своём подлинном виде, – ответил нага.

Тогда Будда отдал его под защиту Ваджрапани. Элапатра превратился в огромную змею длиной во много йоджан. На голове у него росло огромное дерево элапатра, которое давило на него своим весом и корни которого кишели насекомыми, причинявшими ему ужасные страдания. Когда у Будды спросили, как всё это произошло, он объяснил: «В давние времена, когда Дхарме учил Будда Кашьяпа, Элапатра был монахом. Однажды его одежда зацепилась за большое дерево элапатру, росшее возле дороги, и порвалась. Он пришёл в ярость и, в нарушение заветов⁷⁸, срубил дерево. То, что вы видите сегодня, это следствие того действия».

Для всех действий, благих и неблагих, намерение является, безусловно, наиболее важным и решающим фактором, определяющим: являются ли они благими или неблагими, тяжкими или лёгкими.

Возьмём, например, дерево: если у дерева корень целебный, то ствол и листья также имеют целебные свойства. Если же корень ядовит, то ствол и листья также ядовиты. Точно так же, если намерение исходит из желания или агрессивных устремлений и поэтому не является в полной мере чистым, действие, которое оно порождает, является неблагим, хотя бы оно и казалось благим. С другой стороны, если желание безупречно, то действие, хотя и кажется неблагим, является, на самом деле, благим.

В Сокровище драгоценных духовных качеств говорится:

Если корень целебный, таковы и побеги.

Если ж он ядовит, и побеги его ядовиты.

Для добра или зла не имеет значенья,

Как действие выглядит, мало оно иль велико,

Или что-то ещё, – только помысел значим один.

По этой причине бодхисаттвы, сыны Победителя, в некоторых случаях совершают семь негативных действий телом и речью*, при условии, что их сознание остаётся чистым и не затронуто каким-либо эгоистическим желанием.

Это иллюстрируется рассказом о капитане по имени Великосострадательный, который убил Чёрного копьеносца, и о молодом брахмане по прозвищу Звездолоб, который нарушил обет целомудрия, женившись на девушке из семьи брахманов.

В одной из предыдущих жизней Будда был капитаном по имени Великосострадательный. Он плыл по океану, и у него на борту было пятьсот купцов. Тогда на него напал злобный пират-разбойник Чёрный копьеносец и пригрозил, что убьёт всех купцов. Зная, что эти купцы являются бодхисаттвами-без-возвращения**, капитан подумал, что тот, кто их убьёт, должен будет бесчисленное число калп терпеть муки в адских сферах. Капитан почувствовал безграничное сострадание к пирату и подумал так: «Если я убью его, ему не придётся идти в ад. Поэтому я должен поступить таким образом, даже если за это мне самому надо будет отправляться в адские сферы.» Проявив безграничную храбрость, он убил пирата и за это действие получил больше заслуг, чем при обычных обстоятельствах мог бы заработать за семьдесят тысяч калп.

* То есть из списка десяти неблагих деяний они не могут совершить лишь трёх неблагих деяний мыслью.

** Бодхисаттвы, достигшие уровня, когда они не должны больше возвращаться к существованию в сансаре.

С виду действие было неблагим, поскольку бодхисаттва совершил физический акт убийства. Но в этом акте не было ни малейшего эгоистического побуждения. Ближайшим результатом было то, что он спас жизнь пятисот купцов; а в перспективе он также спас Чёрного копьеносца от страданий в аду. Поэтому, по существу, это было очень мощное благое деяние.

Другая история повествует о брахмане по прозвищу Звездолоб, который многие годы жил в лесу, соблюдая обет целомудрия. Однажды он пошёл в селение просить подаяние, и одна девушка из семьи брахманов так безумно влюбилась в него, что собиралась покончить жизнь самоубийством. Испытывая к ней сострадание, он женился на ней, что принесло ему сорок тысяч калп заслуг. Итак, подобным существам разрешается совершать акт убийства или нарушать обет целомудрия. Однако же аналогичные действия, вызываемые эгоистическими мотивами, такими как желание, ненависть или неведение, никто совершать не должен.

Бодхисаттва широких взглядов, лишённый и следа личных желаний, может украсть у скупых богачей и преподнести это добро от их имени Трём Драгоценностям или раздать нищим. Также допустимо солгать ради спасения чьей-либо жизни или сохранения добра, что принадлежит Трём Драгоценностям.

Сеять вражду можно в том случае, если, к примеру, один из двух друзей любит делать добро, а другой склонен совершать неблагие действия и тот, кто совершает неблагое, сильнее, – так что есть опасность, что он может повлиять на первого. Однако никому не следует просто ссорить двух людей, которые хорошо ладят друг с другом. Грубые слова, к примеру, используют в качестве более сильного средства, чтобы привести к Дхарме тех, на кого мягкие увещевания не действуют. Это также способ преподать ученику урок, который поможет показать ему его скрытые недостатки.

Как говорит Атиша:

Лучший учитель тот, кто нападает на скрытые недостатки.

Лучший урок тот, что прямо нацелен на скрытые недостатки.

Но грубые слова не разрешаются, если они используются, чтобы обидеть других.

Пустословие может использоваться как искусное средство, чтобы привести к Дхарме тех, кто любит поговорить и без этих разговоров не может заинтересоваться Дхармой. Однако три негативных действия сознания не разрешаются никому и никогда, ибо никакое наше намерение не может обратить их в нечто позитивное.

Сознание является единственным создателем благого и неблагого. Во многих случаях мысли, которые возникают в сознании, хотя и не выражаются словами или действиями, имеют очень сильный позитивный или негативный эффект. Поэтому постоянно проверяйте своё сознание. Если мысли у вас позитивные, порадитесь этому и стремитесь, чтобы они становились всё более благими. Если они носят отрицательный характер, немедленно признайтесь себе в этом и устыдитесь, что после всех полученных вами уроков Дхармы вы всё ещё не избавились от подобных мыслей. Пообещайте себе впредь делать всё возможное, чтобы такие мысли у вас больше никогда не возникали.

Даже в том случае, когда вы собираетесь сделать что-либо благое, тщательно проверьте сначала свои побудительные мотивы. Если они благие, тогда действуйте. Если же вы делаете это для того, чтобы произвести впечатление на других, доказать своё превосходство, стать знаменитым и т. п., тогда непременно внесите изменение в своё намерение, включив в него бодхичитту. Если вы не в состоянии изменить свои мотивы, тогда будет лучше отложить это благое действие.

Однажды геше Бен Кунгьел, ожидая визита своих благотворителей, утром перед их приходом с большой тщательностью выставлял на алтаре подношения Трёх Драгоценностям. Но, проверив свои побудительные мотивы, он понял, что они не были чистыми, ибо он хотел произвести на своих благотворителей хорошее впечатление. Тогда

он взял пригоршню пыли и рассыпал её поверх своих подношений, приговаривая: «Монах, лучше будь, какой ты есть, чем пускать пыль в глаза».

Когда эту историю услышал Падампа Сангье, он сказал: «Пригоршня пыли, которую рассыпал Бен Кунгьел, – это лучшее во всём Тибете подношение».

Всегда внимательно следите за своим сознанием. Так как мы обыкновенные существа, мы неизбежно порождаем мысли и совершаем действия, вызванные неблагими намерениями. Однако, если мы сумеем тут же распознать свою ошибку, признаемся в ней и дадим обет больше этого не делать, с этим будет покончено.

В другой раз геше Бен был в доме своих покровителей. В какой-то момент хозяева вышли из комнаты, и геше подумал: «У меня нет чая. Стащу-ка я немного заварки, когда пойду назад в своё убежище». Но в ту минуту, как он запустил руку в их мешок с чаем, он вдруг понял, что он делает, и позвал своих покровителей: «Подите сюда и посмотрите, что я делаю. Отрубите мне руку».

Атиша говорил: «С того времени, как я принял обеты пратимокши, я не запятнал их ни малейшим нарушением. Практикуя заповеди бодхичитты, я допустил одну или две оплошности. Но с тех пор, как я вступил на путь Тайной мантраяны, я иной раз спотыкался, но ни разу не позволил себе не исправить свои ошибки и промахи в тот же день».

Во время путешествия, как только у него появлялась неблагая мысль, он брал деревянное основание мандалы⁷⁹, которое возил с собой, и признавался в своей неблагой мысли, давая обет, что никогда этого больше не допустит.

Однажды геше Бен был на многочисленном собрании геше в Пеньюлгьел. Через некоторое время гостям вынесли творог. Сидя в одном из средних рядов, геше Бен заметил, что монахи в первом ряду получают большие порции. «Творог, похоже, вкусный, – подумал он про себя, – а мне может и не хватить». Он тут же поймал себя на этой мысли и сказал себе: «Ты, видно, одержим творогом», – и перевернул свою миску дном вверх. Когда человек, разносивший творог, предложил ему, геше ответил: «Мой злонамеренный ум уже получил свою порцию».

Нет ничего плохого в том, чтобы испытать желание получить во время празднества такую же порцию, как другие монахи; дело было в эгоистической мысли о том, как бы заполучить больше вкусной еды, и это заставило геше отказаться от творога.

В прошлые времена жил брахман по имени Рави, который постоянно следил за своим сознанием. Когда у него появлялась неблагая мысль, он откладывал в сторону чёрный камень. А когда мысль была благой, он откладывал белый.

Вначале он откладывал только чёрные камни. Но затем, так как он стал применять противоядия и стремился держаться благих мыслей, избегая неблагих, то наступил момент, когда горка чёрных камней сравнялась с горкой белых. В конце он откладывал только лишь белые камни. Точно так же и мы должны быть внимательны и бдительны и использовать противоядия от всего неблагого, чтобы избежать загрязнения сознания даже самым незначительным негативным действием. Возможно, вы и не накопили неблагие действия в этой жизни; но вы не можете знать о всех тех действиях, которые скопили в сансаре с безначальных времён, или представить себе все следствия этих действий, которые вам ещё предстоит испытать.

Есть люди, которые отдают свои силы исключительно благим деяниям и стремлению постичь пустоту, но и их преследуют нескончаемые страдания. Это объясняется тем, что следствия их действий, которые оставались бы скрытыми, а затем проявились в перерождении в низших сферах, благодаря применению противоядия созревают и проявляются в этой жизни. В Сутре запредельной мудрости, рассекающей, как алмаз говорится:

Бодхисаттвы, практикующие запредельную мудрость, подвергаются мучениям, даже жестоким мучениям, в силу прошлых действий, которые принесли бы им страдания в будущих жизнях, но созрели в этой жизни.

С другой стороны, есть люди, творящие только зло, но испытывающие незамедлительно следствия своих немногих благих действий, которые в противном случае созрели бы в будущем. Вот что случилось в стране Апарантака: в течение семи дней с неба сыпался град из драгоценных камней, затем семь дней подряд падала одежда, следующие семь дней лились потоки зерна; и напоследок обрушилась лавина, похоронившая всех жителей, после чего они переродились в адских сферах.

Вследствие действий, совершенных в прошлом, постоянно встречаются ситуации, когда те, кто делает добро, страдают, а те, кто приносит вред, бывают счастливы. Ваши нынешние действия, благие и неблагие, так или иначе принесут свои плоды – в будущей жизни или в последующих. По этой причине очень важно развить в себе твёрдое убеждение в том, что ваши действия неизбежно чреватые следствиями, и действовать в соответствии с этим убеждением.

Не используйте язык высшего воззрения⁸⁰ для ниспровержения принципа причины и следствия. Великий мастер из Уддияны говорил:

Великий правитель! В Тайной мантраяне, которой я учу воззрение важнее всего. Но не дай действию потеряться в воззрении. Если это случится, ты впадёшь в порочные взгляды демонов, которые известны болтовнёй о том, что добро, мол, пусто и зло тоже пусто. Но также не дай и воззрению затеряться в действии. Если это случится, тогда, попав в сети материализма и концепций*, никогда не обретёшь Освобождения. Вот почему моё воззрение парит выше небес, но моё внимание к моим действиям и следствиям – различит и частицы муки тончайшего помола**.

* dngos po dang mtshan ma, букв. предметы, реальное и характеристики; это значит, что никогда не преодолеешь подхода с позиции судящего рассудка.

** zhib означает «тонкого помола» (как мука) и также «педантичный, точный».

Стало быть, каким бы высоким ни был ваш уровень постижения высшей реальности, вам следует быть предельно внимательными к своим действиям и их возможным следствиям.

– Будет ли совершение неблагих действий чревато пагубными следствиями и после постижения пустоты? – спросили Падампу Сангье.

– Если постиг пустоту, – отвечал Падампа Сангье, – было бы нелепым сделать что-то неблагое: одновременно с постижением пустоты рождается сострадание.

Поэтому, если хотите идти путём подлинной Дхармы, сделайте своим главным правилом действовать в соответствии с принципом причины и следствия, а в практике Дхармы не разобщать воззрение и действие.

Признаком того, что вы усвоили учение о законе причины и следствия, будет подражание примеру Почтенного Миларепы. Однажды его ученики сказали:

– Всё, что ты делаешь, Почтенный, лежит за пределами понимания обычных существ. Драгоценный, не был ли ты с самого начала воплощением Ваджрадхары или Будды, или бодхисаттвы?

– То, что вы считаете меня проявлением Ваджрадхары, Будды или бодхисаттвы, – ответил Миларепа, – показывает, что вы верите в меня, но имеете, однако, крайне ложное представление о Дхарме. Я начал с того, что скопил кучу в высшей степени неблагих действий – напускал порчу, насылал град. Скоро я понял, что неминуемо попаду в адские сферы, и стал с неослабеваемым рвением практиковать Дхарму.

С помощью глубоких методов Тайной мантраяны развил в себе необычные способности. Вы не проявляете подлинного упорства в практике Дхармы оттого, что у вас нет полного

доверия к закону причины и следствия. Те, кто обладает упорством, могут развить в себе рвение, подобное моему, однако при том условии, что они всем сердцем поверят в закон причины и следствия. Тогда они смогут развить такие же качества, как у меня, и люди будут также считать их проявлением Ваджрадхары, Будды или бодхисаттвы.

Вера в закон причины и следствия полностью убедила Почтенного Милу, что вследствие вредных действий, совершенных им в молодости, он переродится в одном из адов. Благодаря этому убеждению Почтенный Миларепа тренировался с редким упорством, прилагая невероятные усилия и преодолевая неслыханные препятствия, чем и прославился по всей Индии и в Тибете.

Поэтому выработайте в себе исходящую из глубин вашего естества веру в кардинальную важность закона причины и следствия. Постоянно совершайте как можно больше – пусть самых незначительных – благих действий, используя всякий раз три высших метода. Дайте себе обещание никогда больше – хотя бы от этого зависела ваша жизнь – не совершать даже самые малые неблагие действия.

Проснувшись поутру, не выскакивайте сразу из постели, словно корова или овца из своего стойла. Ещё лёжа в кровати, мысленно расслабьтесь, загляните в своё сознание и тщательно просмотрите его. Если ночью в своих снах вы совершили что-либо неблагое, признайтесь в этом и выразите по этому поводу сожаление. С другой стороны, если вы совершили что-либо благое, порадитесь этому и посвятите заслуги благу всех существ. Породите в себе бодхичитту, думая таким образом: «Сегодня я буду избегать всего неблагоприятного и совершу столько благих действий, сколько будет в моих силах, чтобы все несметные существа могли обрести безупречное состояние Будды».

Вечером, когда ложитесь спать, не погружайтесь немедленно в состояние беспамятства. Лёжа в постели, сначала расслабьтесь и, как прежде, загляните в своё сознание: «Как я использовал этот день? Действовал ли я правильно?» Если вы сделали что-либо благое, порадитесь и посвятите заслуги всем существам – во имя того, чтобы они могли обрести состояние Будды. Если вы сделали что-либо негативное, выразите искреннее сожаление о том, что использовали этот день себе во вред. Признайтесь в содеянном и пообещайте себе никогда этого не повторять. Будьте всегда сосредоточены и следите за тем, чтобы не воспринимать мир и существ, его населяющих, как нечто реальное и устойчивое. Стремитесь принимать всё, что вы воспринимаете, как нереальные видения.

Постоянно держать своё сознание в рамках добродетели и честности и тем подготовить его к тому, чтобы вершить благое, – такова, по существу, цель, а также и

следствие применения на практике упомянутых выше четырёх размышлений, которые отвращают сознание от сансары. Если мы идём этим путём, все наши позитивные действия естественным образом связываются с тремя высшими методами. Как говорится:

Тот, кто благое вершит, с целебным деревом схож:

Все, на него положась, обретают победу.

Тот, кто дурное вершит, с ядовитым деревом схож:

Все, на него положась, обретают погибель.

Если ваше сознание способно творить благое, вы можете привести I к истинной Дхарме всех, кто с вами связан⁸¹. Тогда будут беспредельно расти и ваши заслуги, и заслуги других. Вы не переродитесь более в низших сферах, откуда – если туда попадаешь – бывает трудно вырваться. Вас ждёт необыкновенное существование либо в облике бога, либо в облике человека. Даже и само место, которое станет местом жизни практикующего эти наставления, будет благоприятным и процветающим, и боги будут постоянно ему покровительствовать.

Я знаю все частности закона причины и следствия,

Но, по сути, не верю в него.

Я прослушал много учений о Дхарме,

Но не применяю на практике.

Благослови же меня и мне подобных существ, творящих зло,

Чтобы наше сознание слилось со святою Дхармой!



Дром Тонпа (1005-1064).

Геше Тонпа был одним из главных учеников Атиши и основателем школы Кадампа, в которой подчёркивается необходимость придерживаться простого стиля жизни и тренировать сознание в духе сострадания.

Глава пятая.

БЛАГОТВОРНОСТЬ ОСВОБОЖДЕНИЯ.

*Руководимый многими великими святыми и учёными,
Ты практиковал и осуществлял наставления своих учителей
И указал безошибочный высший путь к Освобождению.
О, несравненный учитель, я склоняюсь к твоим стопам.*

Слушайте это учение о преимуществах Освобождения и следующую главу о том, как надлежит следовать наставлениям духовного друга так, как было описано выше. Что такое Освобождение? Это означает – вырваться на свободу из океана страдания, именуемого сансары, и либо достичь уровня шравак или пратьекабудд, либо обрести непревзойдённое состояние Будды.

I. Причины, ведущие к Освобождению.

Для достижения Освобождения требуется, во-первых, подготовить сознание с помощью четырёх размышлений, отвращающих от сансары, начиная с размышления о том, сколь трудно получить свободы и преимущества; и, во-вторых, тренироваться, начиная с принятия Прибежища, краеугольного камня всех путей, вплоть до полного завершения основной практики⁸². Благотворность каждой серии таких упражнений будет показана в соответствующих главах текста.

II. Результат – три уровня Просветления.

Достигнете ли вы уровня шравак, пратьекабудд или состояния Будды, результатом будет умиротворение и покой вдали от опасных дорог сансары с её страданиями. Какое счастье! Поскольку из всех возможных путей вы сейчас выбрали путь Махаяны, все аспекты практики – десять благих действий, четыре безмерных, шесть запредельных

совершенств, четыре степени сосредоточения, четыре бесформных состояния, сосредоточенность и глубокое прозрение, и т. п. – должны проводиться исключительно с устремлением обрести совершенное состояние Будды и с применением трёх высших методов: порождать бодхичитту перед началом практики, быть свободным от мыслетворчества при проведении практики и завершать практику посвящением заслуг.



Миларена (1040-1123).

Самый известный в Тибете йог, знаменитый своим аскетическим стилем жизни среди горных высот Южного Тибета, своими упорными медитациями и импровизированными песнями, которыми он наставлял охотников и сельских жителей.

Глава шестая.

КАК СЛЕДОВАТЬ СВОЕМУ ДУХОВНОМУ УЧИТЕЛЮ.

Ни в одной сутре, тантре или шастре не упоминается о возможности обрести полное состояние Будды, не следуя наставлениям духовного учителя. Также неоспоримо, что никто никогда не достиг совершенства, соотносимого с различными этапами и путями, благодаря собственной изобретательности и пользуясь своим собственным методом. Все существа, включая нас самих, весьма склонны идти в ложном направлении; а что касается выбора пути, ведущего к Освобождению и Всеведению, то без проводника мы уподобились бы тому слепцу, который заблудился посреди открытой равнины. Никто не сможет привезти драгоценности с острова сокровищ, если не будет полагаться на опытного мореплавателя*.

* Аллюзия на сказание об искателях приключений, плававших в поисках драгоценностей на далёкие острова. – *Прим. ред.*

Для нас подобным проводником на пути к Освобождению и Всеведению является наш духовный друг, или же духовный спутник, и мы должны с уважением следовать своему учителю. С этой целью мы должны сначала внимательно изучить его, затем следовать ему и в конечном счёте подражать ему во всех его действиях и свершениях.

I. Изучение учителя.

В наши дни большинство людей легко попадает под влияние друзей, окружающих обстоятельств и т. п. Поэтому необходимо неуклонно и при всех обстоятельствах следовать советам своего учителя и духовного друга.

Когда в сандаловых лесах Малайских гор валится обыкновенное дерево, его древесина мало-помалу вбирает в себя сладкий сандаловый запах. Через несколько лет эта обыкновенная древесина имеет такой же запах, как окружающие его сандаловые деревья. Точно так же, если вы достаточно долго являетесь учеником несравненного учителя, щедро одарённого высокими достоинствами, вы впитываете в себя аромат этих высоких качеств и уподобляетесь ему во всём, что вы делаете.

Как ствол обыкновенного дерева,
Упавшего в лесу в Малайских горах,
Собирает запах сандала из свежих листьев и ветвей вокруг,
Так уподобляйтесь и вы тому, на кого положились⁸³.

В наши ущербные времена трудно найти учителя, который имел бы все достоинства, описанные в драгоценных тантрах. Обязательным является, однако, наличие у него, по крайней мере, следующих качеств.

Он должен быть чист, не запятнан какими-либо нарушениями заветов, связанных с тремя классами обетов: внешних – обетов пратимокши, внутренних – обетов бодхисаттвы и тайных – обетов Тайной мантраяны.

Он должен быть хорошо образован и знать в деталях сутры, тантры и шастры.

Он должен быть в такой степени полон сострадания, чтобы любить каждого из бесчисленных существ как своего единственного сына.

Он должен хорошо знать все ритуалы внешних практик Трипитаки и внутренних упражнений из четырёх разделов тантр.

Претворяя на практике смысл Учения, он должен обладать высшими умениями отсекающего и постигающего.

Он должен быть щедрым, иметь приятную манеру выражения, учить каждого соответственно с его потребностями и действовать в соответствии с собственными наставлениями – эти четыре привлекательные черты позволяют ему объединять вокруг себя в качестве своих учеников тех, кому выпала такая удача.

Итак:

В наши ущербные времена трудно в учителе отыскать

Воплощение святой Дхармы во всей полноте.

Но доверяйтесь учителю, если он безупречно верен трём обетам

И сознание своё пропитал знанием и состраданием;

Изощён в ритуалах и питак и множества тантр,

Обладает незапятнанной мудростью отсечения и постижения.

К нему, привлечённые сиянием и ароматом его четырёх качеств,

Слетаются, словно пчёлы, удачливые ученики.

Точнее говоря, учитель, обучающий глубокой сущности коренных наставлений к Ваджраяне тайных мантр, должен обладать нижеследующими качествами.

Он должен был, как это сформулировано в несравненных тантрах, достичь зрелости под благотворным воздействием потока посвящений, берущих своё начало в непрерывавшейся традиции. Он должен был не преступить ни одного обета или завета, которые при получении посвящения обязался соблюдать. Он должен быть спокоен, дисциплинирован и редко поддаваться негативным мыслям и омрачениям. Он должен был постичь всё значение Основы, Пути и Плода тантр Ваджраяны тайных мантр. Он должен иметь все признаки успеха, достигнутого на этапах зарождения и завершения, как, например, видеть йидама. Он должен был обрести Освобождение, постигнув в личном опыте природу всего сущего. Сердце его должно быть исполнено сострадания, и потому единственной его заботой должно быть благо других. Его повседневные заботы должны быть весьма ограничены, ибо он свободен от привязанностей обыденной жизни. Поскольку он устремлён к будущим жизням, он помышляет лишь о Дхарме. Воспринимая сансару как страдание, он должен испытывать чувство глубокой печали и стремиться вызвать такое же чувство у других. Он должен умело руководить своими учениками, применяя к каждому из них надлежащий метод. Он должен был неукоснительно выполнять все наставления своего учителя и тем самым стать верным хранителем благословений своей линии преемственности.

Выдающийся учитель, дающий коренные наставления, —
Кто, получив посвящения, хранит заветы и миролюбив;
Кто осмыслил значение тантр Основы, Пути и Плода;
Обрёл все знаки приближения и достижения,
Достиг Освобождения в своём потоке сознания.
Чьё сострадание безгранично, и кто думает лишь о других,
Кто мало вовлечён в обыденные дела и помышляет лишь о Дхарме.
Кто сам сансарой удручён и к этому ж других склоняет.
Кто искусен в методах и облечён благословением
Предшествовавших учителей своей школы.
Следуя за таким учителем, скоро обретёшь свершения.

С другой стороны, вот характеристики учителей, которых следует избегать:

Учители, подобные деревянным мельничным жерновам. У этих учителей нет и намёка на качества, которые являются следствием слушания, размышления и медитации.

Полагая, что их высокое положение сына или племянника такого-то ламы даёт им и их наследникам преимущества перед всеми другими, они, будто брахманы, защищают свой клан. Если им и случалось слушать (Учение), размышлять и медитировать, то делали они это не с чистыми намерениями – во имя будущего блага, а по более мирским соображениям, к примеру из страха, что придёт в упадок их приход. Что же касается их способности обучать учеников, то они столь же пригодны для этой цели, как деревянные мельничные жернова.

Учители, подобные лягушке, которая жила в колодце. Учители этого рода не имеют никаких особых качеств, которые отличали бы их от обыкновенных людей. Но другие люди, одержимые слепой верой, возвели их, не разобравшись, на пьедестал. Они гордятся своими доходами и почестями, которые им оказывают, и не имеют даже и представления об истинных качествах великих учителей. Они подобны той лягушке, которая жила в колодце.

Однажды к старой лягушке, которая всегда жила в колодце, пришла другая лягушка, которая всегда жила на берегу огромного океана.

- Ты откуда пришла?
- С океана.
- Ну и как океан?
- Огромный.
- Как четверть колодца?
- Гораздо больше.
- Как половина колодца?
- Гораздо больше.
- Как весь колодец?
- Гораздо больше.
- Это невозможно! – сказала лягушка, которая жила в колодце. – Я должна сама это увидеть.

И обе лягушки вместе отправились в путь, и, как повествуется в рассказе, когда лягушка, которая жила в колодце, увидела океан, она упала в обморок, разбила себе голову и умерла.

Безумные поводыри. Так называют тех учителей, которые мало что знают и никогда не стремились ни следовать за знающим учителем, ни практиковать сутры и тантры. Вследствие своих сильных омрачений, а также по невниманию и отсутствию сосредоточенности, они небрежно относятся к своим обетам и обязательствам. По своему умственному развитию они уступают заурядным людям, но пытаются подражать сиддхам

и ведут себя так, будто их действия возносят их выше небес⁸⁴. Своим неумным гневом и завистью они разрывают узы любви и сострадания. Такие духовные друзья именуется безумными поводырями. Они ведут всякого, кто следует за ними, по ложному пути.

Слепые поводыри. Если учитель ничем вас не превосходит и притом лишён любви и сострадания бодхичитты, он, разумеется, никогда не сможет открыть вам глаза на то, что следует делать и чего делать не следует. Такие учителя именуется слепыми поводырями.

Одни, подобно брахманам, защищают лишь свой клан
Или увязли в болоте страхов, что их захиреют приходы,
Но делают вид, будто они погружены в занятия и в размышления.
Такие учителя подобны деревянным мельничным жерновам.

Другие, хотя не отличаются от заурядных людей,
Но слепая вера глупцов их в идолов превратила.
Они раздуваются от самомнения, почестей и даров.
Такие учителя – как колодезная лягушка, что к морю ходила.

Третьи – мало что знают, обеты и заветы нарушают,
Умом убоги, но кичатся без меры;
Разорвав сострадания и любви путеводную нить,
Они – как безумные поводыри, могут лишь вред принести.

Особенно непростительно следовать – из-за их славы –
За теми, кто в достоинствах вас не выше, кто бодхичитты лишён, –
Ибо эти самозванцы, подобно слепым поводырям,
Заведут нас лишь глубже во мрак.

Великий наставник из Уддияны предостерегает:

Не разобраться в учителе – словно выпить яд.
Не разобраться в ученике – словно прыгнуть в пропасть.

Мы вверяем себя нашему учителю на все наши будущие жизни. Это он будет учить нас, что делать и чего не делать. Если встретите ложного духовного друга и толком не

разберётесь в нём, то на всю эту жизнь потеряете доступную каждому, у кого есть вера, возможность собирать заслуги и тем самым выбросите на ветер свободы и преимущества существования в человеческом облике, которыми сейчас располагаете.

Это подобно тому, как подойти к дереву в поисках тени и прохлады, но быть убитым свернувшейся там ядовитой змеей.

Не разобравшись основательно в учителе,
Рассеивает по ветру ученик свои заслуги –
И, так обманувшись, свободу обрётённую теряет,
Как тот, кто свернувшуюся на земле змею
За тени веток, по ошибке, принимает.

После того, как мы тщательно изучили учителя и утвердились в мысли, что он, без всякого сомнения, обладает всеми упомянутыми положительными качествами, мы должны неизменно воспринимать его как самого Будду⁸⁵. Этот учитель, соединяющий в себе все достоинства, воплощает сострадательную мудрость всех Будд десяти направлений и является в форме обыкновенного человека для того, чтобы принести существам благо.

Он – учитель с полным набором достойных качеств;
Он воплощает мудрость и сострадание всех Будд;
Он принимает облик человека, чтоб помогать существам;
Он – несравненный источник всех свершений.

Подлинный учитель всегда действует, как простые люди, чтобы иметь возможность умело направлять существ, которым требуется помощь. Однако, по сути, его умудрённое сознание равнозначно сознанию Будды, и этим он отличается от всех других существ. Каждое его действие – это в полной мере акт просветлённого существа, приспособленного к природе тех, кому он призван помогать. Оттого его действия столь значительны и возвышенны. Он обладает способностью пресекать сомнения и неуверенность и терпеливо – словно мать, пестующая своего единственного ребёнка, сносит всякую неблагодарность и противодействие своих учеников.

Ради того, чтобы направлять существ, он действует, словно другие.
По сути же, он отнюдь не такой, как все мы.

Его прозрение делает его благороднейшим из всех.

Он умело пресекает любые сомнения и терпеливо сносит

Всякую нашу неблагодарность и противодействие.

Учитель, обладающий этими качествами, подобен большому кораблю, способному пересечь великий океан сансары.

Подобно путеводной звезде, он безошибочно указывает нам путь к Освобождению и Всеведению.

Подобно потоку нектара, он гасит пожар кармы и омрачений.

Подобно солнцу и луне, он освещает Дхармой густую тьму незнания.

Подобно земле, он – в силу безграничности своего видения и действия – терпеливо сносит любую неблагодарность и противодействие.

Подобно дереву, исполняющему желания, он – источник всего благого в этой жизни и счастья в следующей.

Подобно идеальному сосуду, он – хранитель неисчерпаемой сокровищницы всех колесниц и учений, какие могут оказаться надобными.

Подобно волшебному камню, исполняющему желания, он разворачивает, в соответствии с потребностями существ, бесконечное разнообразие четырёх видов деятельности.

Подобно отцу и матери, он одинаково любит всех существ, не привязываясь к более близким и не питая ненависти к остальным.

Подобно великой реке, он охватывает всех существ – бесконечных, как пространство, своим состраданием – столь быстрым, что оно в состоянии облегчить участь всех страждущих и незащищённых.

Словно Владыка гор, он выказывает столь неколебимую радость при виде счастья других, что её не может ни вытеснить ревность, ни пошатнуть натиск веры в реальность видимостей.

Подобно дождю, низвергающемуся из туч*, его беспристрастность не может быть поколеблена ни привязанностью, ни неприятием.

* Дождь обрушивается на всё внизу, не делая никакого различия.

Он великий корабль, что выносит нас из океана существования в сансаре⁸⁶;

Он путеводная звезда, безошибочно указывающая нам высокий путь;

Он поток нектара, что гасит пламя кармы и омрачений;

Он солнце и луна, рассеивающие тьму неведения;

И земля – по своему безмерному смирению.

Он древо, исполняющее желания, что поддерживает и приносит счастье; Он совершенный сосуд, что хранит драгоценную Дхарму;

Он более, чем драгоценность исполнения желаний, приносит нам всё, что мы пожелаем.

Он, как мать и отец, любит всех нас одинаково.

Его сострадание безбрежно и неудержимо, как великая река.

Его радость непоколебима, словно Владыка гор;

Его беспристрастность не подвержена влияниям, словно дождь из облаков.

По состраданию своему и благословениям такой учитель равен всем Буддам. Те, у кого устанавливается с ним доброжелательная связь, достигнут состояния Будды в течение одной жизни. Даже и те, у кого устанавливается с ним недоброжелательная связь, будут в конечном итоге избавлены от сансары.

Такой учитель равен всем Буддам.

Даже те, кто вредит ему, вступают на путь счастья;

На тех, кто искренне веряется ему,

Прольётся ливнем благодать высших сфер и

Низойдёт Освобождение.

II. Как следовать своему учителю.

«О благородный, почитай себя больным...»

Так начинается серия многочисленных примеров в Сутре в форме дерева. Больные ищут помощи опытного врача. Те, кому предстоит путь по опасным тропам, стремятся путешествовать в сопровождении бесстрашного проводника. Те, кто страшится врагов, воров и диких зверей, пытаются найти для защиты спутника. Купцы, отбывающие в заморские страны, полагаются на капитана судна. Пассажиры, которые садятся в лодку, чтобы пересечь реку, доверяются лодочнику. Точно так же, чтобы защитить себя от опасностей рождения, смерти и омрачений, необходимо следовать указаниям учителя, своего духовного друга.

Как больной полагается на врача,
Путешественник – на проводника;
Испугавшийся – на товарища;
Купцы – на капитана корабля;
На лодочника – кто через реку переправляется;
Так же и вы – если страшат вас
Смерть, рождение и омрачения –
Должны вверить себя учителю.

Ученик, который, вооружившись отважной решимостью, постановил для себя никогда, даже ради спасения собственной жизни, не противиться воле своего учителя и, будучи неукоснительно верен своему намерению, не поддаётся влиянию непредвиденных обстоятельств; который служит учителю, не заботясь ни о здоровье своём, ни о жизни; который послушно, не щадя себя, выполняет все его приказания, – такой ученик обретёт Освобождение в силу одной лишь своей преданности учителю.

Тот, кто вооружился твердым духом,
Кто, не щадя здоровья – даже жизни, – служит гуру
И приказания его, сил не жалея, выполняет,
Тот в силу веры лишь своей освободится.

Следуя своему учителю, вы должны так ему доверять, чтобы воспринимать его как истинного Будду. Вы должны иметь достаточное понимание и знание Учения, чтобы быть в состоянии постигать мудрость, которая видна во всех его искусных действиях, и улавливать то, чему он вас учит. Вы должны испытывать огромную любовь и сочувствие ко всем страждущим, которым не у кого искать защиты. Вы должны уважать обеты и обязательства (заветы), которые ваш учитель велел вам хранить, и проявлять во всех своих действиях, словах и мыслях миролюбие и верность дисциплине. У вас должен быть широкий взгляд на вещи, который позволил бы вам принимать всё, что делает ваш учитель и ваши духовные братья и сёстры. Ваша щедрость должна быть так велика, чтобы вы были в состоянии отдать своему учителю всё, что у вас имеется. Ваше восприятие должно быть таким чистым, когда не ищешь ошибок и недостатков. Вы должны всеми силами стремиться не причинять зло и не совершать неблагое из страха, что это вызовет неудовольствие вашего учителя. Вас должны отличать глубокая вера, умение делать выбор, знание и сострадание. Как было изречено:

Имейте великую веру, пронизательность, знание и сострадание,
И уважение к обетам, заветам; контроль над телом, речью и сознанием;
А также широкие взгляды и щедрость, чистое восприятие и самоконтроль.

Точно так же и в Сутре в форме дерева и в других текстах рекомендуется, следуя учителю, уподобиться драгоценной лошади⁸⁷, то есть неизменно, во всех ситуациях действовать в соответствии с его желаниями; избегать всего, что может вызвать его неудовольствие или гнев, и не чувствовать обиды, даже если он делает вам суровый выговор. Словно челнок, вы должны никогда не чувствовать усталости, двигаясь взад и вперёд, разнося послания и выполняя другие его поручения. Словно мост, вы должны переносить любые поручения, приятные и неприятные, раз он просил их выполнить. Словно наковальня кузнеца, вы должны переносить холод, жару и другие испытания. Словно слуги, вы должны повиноваться ему во всём, что он прикажет. Словно подметальщик*, вы должны держаться смиренно, не выказывая гордыни. Словно бык с обломанными рогами, вы должны отбросить надменность и всех уважать.

* В индийской кастовой системе подметальщик занимал очень низкое место, и предполагалось, что он со всеми будет держаться почтительно.

Умело избегай вызывать недовольство учителя.
Будь, как идеальная лошадь: на выговор не возражай.
Двигаться взад и вперёд, точно челнок, не уставай.
Словно мост, всё сноси – и приятное, и неприятность.
Как наковальня, и холод, и жар, – всё терпи.
Точно слуга, подчиняйся его приказаньям.
Как подметальщик, свою гордыню смири.
Как бык с обломанными рогами, надменность отбрось.
Вот как, согласно Трипитаке, учителю следовать надлежит.

Есть три способа доставить удовольствие учителю и услужить ему. Наилучший из них, именуемый «подношение практики», состоит в том, чтобы с готовностью, невзирая на трудности, практиковать то, чему нас учат. Средний способ – это служить учителю, предоставляя в его распоряжение свои тело и речь, служить ему, делая всё, что он велит, телом, словами или сознанием. Последний, наименее ценный, способ удовлетворить его – это делать ему материальные подношения, такие как еда, деньги и тому подобное.

Подноси же этой Четвёртой Драгоценности* всё, что имеешь,
Также тело и речь, чтоб служить ему и почитать.
И одно, и другое, – ничто не окажется излишним.
Но из трёх способов радовать гуру –
Практика Дхармы – лучше всего.

Даже если действия вашего учителя вам непонятны, вы должны всегда воспринимать их как чистые, считая их проявлением его искусных средств. Великий пандита Наропа был уже высоко образован и весьма опытен в практике, когда его йидам указал, что его учителем в прошлых жизнях был великий Тилопа и что он должен отправиться в Восточную Индию и найти его там.

Наропа немедленно двинулся в путь, но, добравшись до цели, не знал, где искать Тилопу. Он спрашивал местных жителей, но и они не знали.

– Неужели в этих краях нет никого по имени Тилопа? – настаивал он.

– Здесь есть один, известный как Тилопа-пария или Тилопа-нищий, – отвечали ему. Наропа подумал, что сиддхи обычно странно себя ведут, так что это, должно быть, тот самый и есть. И он спросил, где живёт «Тилопа-нищий».

– Вон в тех развалинах, откуда дым идёт, – отвечали ему.

Когда он пришёл к тому месту, которое ему указали, Тилопа сидел перед деревянной лоханью с рыбами, некоторые из которых были ещё живые, а другие уже мёртвые. Тилопа хватал рыбу, жарил её на огне и тут же поедал, прищёлкивая при этом пальцами**. Наропа простёрся перед Тилопой и попросил, чтобы он принял его в ученики.

* Поскольку учитель является воплощением Трёх Драгоценностей, он считается Четвёртой Драгоценностью. См. Часть 2, глава 1.

** Щёлкание пальцами – это момент ритуала по перенесению сознания другого существа в чистую землю. О практике переноса сознания ('rho ba) см. Часть 3.

– Что ты такое говоришь? – отвечал Тилопа. – Я просто нищий.

Но Наропа настаивал, и Тилопа, наконец, согласился его принять.

Тилопа не потому убивал рыб, что был голоден и у него не было другой еды. Рыбы пребывают в неведении относительно того, что делать следует, а чего не следует; они существа с плохой кармой, а Тилопа имел власть освободить их от неё. Съедая их мясо, он устанавливал с ними связь и посылал их сознание в чистую землю Будды.

Сходным образом жил Сараха, делавший стрелы; и Шаварипа, который был охотником, и многие другие индийские сиддхи, которые так же жили, как простолюдины, или даже были париями, отверженными. Поэтому важно не осуждать ошибочно действия своего учителя, а стремиться видеть все их как чистые.

Не суди его действия вкривь или вкось.

Вспомни: большинство индийских сиддх

Жили, как обычные грешники или парии,

Более отверженные, чем низшие из низших.

Кто, не зная этого, ложно судит и критикует действия своего учителя, тот – как принято говорить – нашёл бы недостатки и у самого Будды, проведи он с ним достаточно времени.

Монах Сунакшатра, двоюродный брат Будды, служил ему двадцать четыре года. Он знал на память все двенадцать разделов Трипитаки, но воспринимал всё, что делал Будда, как обман. Применяя свои нелепые критерии, он пришёл к заключению, что, за исключением лишь сияния в шесть локтей, между Буддой и им самим никакого различия нет.

За все двадцать четыре года, что я тебе служил,

Кроме сияния в шесть локтей вокруг тела твоего,

Ничего исключительного в тебе я не нашёл.

А в знании Дхармы мы ровня, –

Так что я больше тебе не слуга.

Сказав это, он покинул Будду. Тогда Ананда, став новым приближённым Будды, спросил его, где переродится Сунакшатра.

– Через неделю, – ответил Будда, – он умрёт и переродится как голодный дух в цветущем саду.

Ананда пошёл повидать Сунакшатру и передал ему слова Будды.

«Иногда его враньё осуществляется, – подумал тот. – Так что лучше мне быть в эти дни настороже. А через неделю он у меня подавится своими словами».

Он голодал семь дней. На седьмой день, вечером, он почувствовал, что горло у него пересохло, и выпил немного воды. Но переварить её не смог и умер. Он переродился в цветущем саду как голодный дух со всеми девятью признаками уродства.

Так что вы должны испытывать глубокий стыд и досаду на себя, если находите недостатки в поведении своего высокого учителя. Посчитайте, что нечистым является восприятие вашего сознания, а все его действия совершенно безупречны и безукоризненны. Таким образом ваше восприятие своего учителя станет более чистым, и ваша вера укрепитя.

Огромное заблуждение – не контролируя

Собственное восприятие, искать у других недостатки.

Монах Сунакшатра, хотя и знал на память двенадцать разделов Учения,

Но, будучи во власти зла, считал все деяния Будды обманом.

Помните это и исправляйте свои недостатки.

Если, по видимости, ваш учитель на вас гневается, не сердитесь. Подумайте о том, что он заметил какую-то вашу ошибку и решил, что это подходящий момент, чтобы исправить её своим выговором. Когда он успокоится, пойдите и поговорите с ним, признайтесь в своей ошибке и дайте обет её не повторять.

Если выглядит гневным учитель, то пойми, что в тебе

Он увидел дефект, который его выговор может исправить, –

Осознай же ошибки и впредь повторять зарекись.

Так разумный никогда подвластным Маре не станет.

Если учитель встаёт, – встаньте тоже, не продолжайте сидеть. Если он садится, удостоверьтесь, удобно ли ему. Время от времени справляйтесь, не нужно ли ему что-нибудь, и старайтесь предоставить ему то, что требуется. Когда сопровождаете учителя, старайтесь не идти перед ним, чтобы не оказаться к нему спиной. Не идите и сзади него, чтобы не наступать на следы от его ступней*.

* Поскольку духовный учитель является Буддой, то место, куда ступала его нога, является благословенным.

И также не идите справа, заняв таким образом почётное место. Уважительно следуйте за ним – слева от него и немного поодаль. Если дорога опасная, не будет ошибкой идти перед ним, но попросите сначала на это разрешение.

А что касается места, где учитель сидит, и его перемещений, то никогда не наступайте на его подушку и не садитесь на его лошадь. Будьте осмотрительны с дверьми – не открывайте их рывком и не хлопайте, когда закрываете. В присутствии учителя

воздерживайтесь от выражения избытка чувств или недовольства. Также избегайте лгать, говорить неискренне или необдуманно, смеяться, шутить, паясничать, болтать попусту и без смысла. Научитесь вести себя сдержанно и относиться к учителю с уважением и благоговением, никогда не впадая в панибратство.

Не продолжайте сидеть, если учитель встаёт;
Когда он сидит, услужливо, что требуется, приносите;
Сопровождая его, не идите перед ним, сзади иль справа.
Сев в седло, иль ступив на сидение гуру, заслуги утратите.
Дверью хлопать и выражать при нём недовольство не надо.
Воздержитесь от лжи, шуток, смеха, пустой болтовни.
Но служите достойно ему телом, речью, сознанием.

Не общайтесь по-дружески с теми, кто критикует или ненавидит вашего учителя. Если вы способны изменить отношение тех, кто не верит в него или умаляет его, вы должны это сделать. Но, если это невозможно, избегайте вести с этими людьми откровенные и доверительные разговоры. Как было сказано:

К тем, кто учителя вашего унижает и ненавидит,
Близки не будьте и, если сумеете, их измените настрой.
Если же с ними вести доверительные разговоры,
То сила недобрых речей их пойдёт вашим обетам во вред.

Никогда, сколько бы времени вам ни пришлось провести с окружающими учителя со своими братьями и сёстрами по ваджре, не испытывайте к ним раздражения или неприязни; приспособляйтесь к ним, словно раздвижной пояс, – без напряжения. Забудьте свою заносчивость и, подобно соли, которая легко со всем смешивается, сотрудничайте с ними во всех насущных делах. Когда с вами говорят грубо или ищут ссоры или же когда обязанности, которые вам пришлось на себя взять, слишком обременительны, проявляйте терпение, словно колонна, способная вынести любую тяготу.

Как гибкий пояс, будь удобным компаньоном;
Как соль, взаимодействуй без труда;
Колонна словно, будь надёжною опорой –
Служите так своим духовным братьям,

А также тем, кто вашего учителя сопровождает.

III. Как подражать учителю в его помыслах⁸⁸ и деяниях.

Если вы точно знаете, как следовать своему учителю, вы уподобитесь лебедю, который легко скользит по безмятежному озеру, не нарушая спокойствия его вод; или пчеле в саду, которая извлекает нектар из цветов, без ущерба для их цвета или запаха. Выполняя без скуки и усталости всё, что говорит учитель, будьте восприимчивы к нему. Вооружившись верой и стойкостью, стремитесь впитать в себя все присущие ему достоинства: его знания, его размышления, его медитации, как если бы переливали содержимое одного совершенного сосуда в другой.

Словно лебедь, скользящий по безмятежному озеру,
Иль пчела, нектар из цветов извлекающая,
Не жалуясь, будь всегда восприимчив к учителю
И никогда не уставай доставлять ему радость.
Через эту преданность его достоинства ты обретёшь.

Каждый раз, когда деятельность бодхисаттвы будет приносить твоему возвышенному учителю море заслуг и бездну мудрости, ты будешь получать столько же заслуг, сколько порождает в целом это его непревзойдённое устремление, даже если твой материальный и физический вклад телом и речью будет существенно меньшим или ты будешь всего лишь выражать радость по поводу того, что делает он.

Однажды два человека держали путь в Центральный Тибет. У одного из них не было еды, кроме горсти коричневой цампы из поджаренной фасоли. Он протянул свою цампу спутнику, чтобы тот добавил её к своему более обильному запасу белой ячменной цампы. Несколько дней спустя тот из двух путников, у кого было больше еды, сказал своему товарищу: «Твоя цампа, наверное, уже кончилась? «Надо посмотреть» – ответил другой. Они проверили, но у него всё ещё оставалась фасолевая цампа. Они много раз потом проверяли, но фасолевая цампа никак не кончалась, так что в конце они поделили всю оставшуюся цампу поровну.

Аналогичным образом, когда вносишь в чьё-либо благое дело даже самый малый материальный, физический или словесный вклад, то можешь обрести при этом столько же заслуг, сколько и сам инициатор действия. В частности, каждодневно служить учителю,

приносить ему послания или просто подметать у него пол – всё это верный способ накопления заслуг, так что старайтесь делать это как можно больше и чаще.

Все действия во имя целей святого учителя,
Чьи действия полностью посвящены практике бодхичитты
И стяжанию заслуг и мудрости, – любые усилия, когда служишь ему:
Разнося ли послания, или просто пол подметая, –
Путь наилучший заслуги тебе накопить.

Ни один из объектов Прибежища, ни один источник накопления заслуг не может сравниться с учителем. Это проявляется в особенности, когда он преподаёт Учение или даёт посвящения, ибо тогда в нём сплавляются сострадание и благословения всех Будд и бодхисаттв десяти направлений настоящего, прошедшего и будущего, делая его от них неотделимым. Если в такую минуту поднести ему даже малую толику еды, это стяжает намного больше заслуг, чем сотни и тысячи подношений в другое время.

На этапе порождения, если признаёшь, что природа всех божеств в различных визуализациях – это не что иное, как твой коренной учитель, то незамедлительно получаешь благословения. На этапе завершения исключительно от нашей преданности учителю и от его благословений зависит, проявится ли в нас мудрость его постижения.

Стало быть, учитель представляет то, что мы должны постигать на всех этапах практики, включая этап порождения и завершения. Именно поэтому все сутры и тантры описывают учителя как воплощённого Будду.

Почему учитель – это Прибежище и поле заслуг?
Потому что внешние и внутренние практики йоги гуру
Содержат сущность свершаемого на этапах порождения и завершения.
Вот по этой причине во всех сутрах и тантрах
Объявляется, что учитель – и есть сам Будда.

Хотя мудрое сознание нашего высокого учителя неотделимо от всех Будд, он предстаёт в форме обыкновенного человека, чтобы иметь возможность направлять таких погрязших в заблуждениях существ, как мы. Значит, пока он здесь, среди нас, мы должны делать всё, что он говорит, и, служа ему в тремя способами, стремиться слить своё сознание с его сознанием.

Некоторые практикующие не служили учителю, не уважали его и не следовали его советам, пока он был жив. Теперь же, когда его нет, они объявляют, что обращаются к его портрету и медитируют. Другие утверждают, что они погружены в созерцание исконной природы сознания, и ищут повсюду разного рода сокровенности, вместо того, чтобы со всей преданностью молиться учителю о том, чтобы им передались свойства освобождённости и реализованности его умудрённого сознания. Это и есть то, что называется «практиковаться с практикой вразрез»

Чтобы ученик смог повстречаться с учителем и получить его водительство в промежуточном существовании (бардо), необходимо, чтобы между ними была установлена связь – благодаря безграничной преданности ученика и силе сострадания и молитв учителя. Учитель не явится вам в бардо в физической форме! Стало быть, никакой самый идеальный учитель не сможет вести ученика в промежуточном состоянии, если у того нет преданности. Как сказано:

Много глупцов, обращаясь к портрету его, созерцают,
А когда учитель был жив, не почитали его.
Иль говорят, будто «в естественное состояние проникают»,
При том, что сознания учителя своего не постигли.
Так практикуются с практикою вразрез – вот омрачение!
Каким чудом было бы встретить учителя в бардо,
Если не имел к нему раньше почтения!

В самом начале следует основательно приглядеться к учителю. Необходимо тщательно изучить его, прежде чем устанавливать с ним какую-либо связь через его посвящения и наставления. Если у него имеются все должные характеристики, тогда следуйте ему. Однако, если какие-либо из необходимых качеств отсутствуют, тогда делать этого не нужно.

Но с того момента, как вы становитесь его учениками, учитесь верить в него и воспринимать его совершенно чистым видением. Думайте только о его высоких качествах и воспринимайте всё, что он делает, как положительное. Если станете искать у него недостатки, это принесёт вам лишь невыносимые беды.

В целом, когда мы изучаем учителя, мы стремимся удостовериться, обладает ли он всеми качествами, описанными в сутрах и тантрах. В особенности важно, чтобы у него была бодхичитта, сознание просветления. Так что изучение учителя может быть сведено к вопросу об уровне бодхичитты у него. Если он имеет бодхичитту, он принесёт своим

ученикам благо и в этой жизни, и в последующих, и потому следовать ему будет благотворным.

Поскольку Дхарма, которой обучает этот учитель, соответствует уровню Великой колесницы, его ученики, без сомнения, пойдут по правильному пути. С другой стороны, учитель, который лишён бодхичитты, ещё находится во власти эгоистических желаний и, следовательно, не может помогать своим ученикам должным образом. Дхарма, которой он обучает, может казаться глубокой и чудодейственной, но она будет в конечном итоге полезна только для разрешения повседневных забот этой жизни. Таким образом, поскольку вопрос о бодхичитте является самым кардинальным, ответ на него определяет выбор учителя: если сердце учителя пропитано бодхичиттой, следуй ему, каким бы он ни казался с виду. Если он лишён бодхичитты, тогда не следуй ему, сколь бы замечательным ни казалось его поведение, сколь бы прилежной ни была его практика Дхармы, сколь бы искренней ни была его отрешённость от мира и его решимость достичь Освобождения.

Вместе с тем, от нас – простых людей, даже при самом тщательном рассмотрении ускользают исключительные качества святых существ, скрывающих свою истинную природу. А между тем вокруг множество изощрённых в искусстве обмана шарлатанов, которые претендуют на роль святых.

Самым уникальным учителем будет тот, с кем ваша связь тянется из прошлых жизней. С ним всякое разбирательство будет излишним. Просто встретить его, просто услышать его голос или даже только его имя – это может в одно мгновение всё перевернуть и разбудить такую веру, что по спине побегут мурашки.

– Лама из твоих прошлых жизней, известный как Марпа, – сказал Миларепа Ронгтон Лхага, – совершенно исключительное существо и величайший из переводчиков. Он живёт отшельником на юге, в Троволунге. Пойди и взгляни на него!

Одного звучания имени «Марпа» было достаточно, чтобы разбудить Миларепу и извлечь из глубин его естества необыкновенную веру. «Я должен встретить этого ламу и стать его учеником, даже если это будет стоить мне жизни», – подумал он. Миларепа рассказывает, что в тот день, когда они должны были встретиться, Марпа вышел на дорогу и ждал его, притворившись, однако, что обрабатывает поле. Увидев его, Миларепа не признал в нём своего учителя, однако тут же его обычно неугомонные мысли на мгновение остановились, и он застыл, словно окаменев.

Вообще говоря, учитель, которого мы встречаем, определяется силой наших прошлых действий и чистотой или нечистотой нашего восприятия. Поэтому, каким бы человеком ни оказался учитель, благодаря доброте которого вы получили Дхарму и

личное водительство, всегда считайте его подлинным Буддой. Ибо без благоприятных условий, созданных вашими прошлыми действиями, вам не выпала бы удача встретить замечательного учителя. Более того, если ваше восприятие нечисто, то, даже встретив самого Будду, вы были бы не в состоянии увидеть качества, которыми он обладает. Учитель, которого вы встретили в силу своих прошлых действий и который по доброте своей помогает вам, для вас – самое важное.

На следующем этапе необходимо во всём следовать своему учителю, не обращая внимания ни на холод, ни на жару, ни на голод, ни на жажду, ни на какие-либо иные испытания. Молитесь ему с верой и преданностью; просите у него совета по поводу всего, что делаете; всегда следуйте его совету и полностью ему доверяйте.

В конце, стремясь подражать замыслам учителя и его действиям, мы внимательно наблюдаем, как он действует, и стараемся поступать точно так же. Как говорится в пословице: «Всякое действие – подражание, кто лучше подражает, тот лучше и действует».

Можно было бы сказать, что дхармическая практика заключается в том, чтобы подражать Буддам и бодхисаттвам прошлого. Стремясь подражать учителю, ученик должен пропитаться его духом и освоить его образ действий. Ученик должен быть слепком – ца-ца с учителя. Как форма ца-ца точно воспроизводит характеристики исходной модели, так и ученик должен точно – или, по крайней мере, с максимально возможной точностью воспроизводить качества, которые характеризуют его учителя. Каждый, кто в начале умело рассматривает своего учителя, затем умело следует ему и в конечном итоге умело проникается его мыслью и подражает его действиям, будет всегда – что бы ни случилось – оставаться на подлинном пути.

Сначала умело учителя ты изучай,
Затем следуй умело ему во всём
И, в завершение, замыслам его подражай и делам.
Такой ученик идёт настоящим путём.

Встретив возвышенного духовного друга, наделённого всеми необходимыми качествами, следуй ему, не заботясь о своём теле и жизни, подобно тому, как бодхисаттва Садапрудита следовал бодхисаттве Дхармодгате, великий пандита Наропа – несравненному Тилопе или Почтенный Мила – Марпе из Лходрака.

Вот история о том, как бодхисаттва Садапрудита стал учеником бодхисаттвы Дхармодгаты.

Садапранудита искал Праджняпарамиту – учение о запредельной мудрости. Однажды его поиски привели его в одинокое место, где он услышал голос с неба, произносивший: «О, удачливый сын! Направь свои стопы на восток и ты найдёшь Праджняпарамиту. Иди, не заботясь о сне, не обращая внимания на усталость, сонливость, холод, жару, смену дня и ночи. Не гляди ни направо, ни налево. Вскоре ты получишь Праджняпарамиту – или из книг, или от монаха, являющегося её воплощением. Затем, о удачливый сын, неотступно следуй тому, кто учит Праджняпарамите, считай его своим учителем и почитай его Дхарму. Даже если увидишь, что он наслаждается удовольствиями, приносимыми пятью органами чувств, помни, что бодхисаттвы владеют искусными средствами, и не теряй веры».

Услышав эти слова, Садапранудита отправился в путь, на восток. Но вскоре он сообразил, что не спросил голос, какое расстояние он должен пройти, а потому не знал, как найти своего учителя Праджняпарамиты. С плачем и стенаниями он пообещал себе, что будет пренебрегать усталостью, голодом, жаждой, сном, сменой дня и ночи до тех пор, пока не получит учение. Он был удручён, будто мать, потерявшая своего единственного ребёнка, и непрерывно себя спрашивал, когда же, наконец, он получит Праджняпарамиту.

И вдруг перед ним возник Татхагата и похвалил его поиск Дхармы. «В пятистах йоджанах отсюда, – добавил Татхагата, – стоит город, именуемый город Ароматных Ветров. Он сложен из семи драгоценных субстанций, окружён пятьюдесятью парками и отличается всеми признаками совершенства. В центре города, на перекрёстке четырёх дорог, находится дворец бодхисаттвы Дхармодгаты. Он также сложен из драгоценных материалов, а поместья вокруг него простираются на целую милю. Там, в садах и других местах отдохновения, пребывает бодхисаттва – великий Дхармодгата со своей свитой. В обществе шестидесяти восьми тысяч женщин, которые полностью ему подчинены, он наслаждается удовольствиями, приносимыми пятью органами чувств, и делает, что пожелает. В прошлом, настоящем и будущем он обучал, обучает и будет обучать Праджняпарамите всех, кто там оказывается. Пойди к нему, и ты сможешь получить от него учение о Праджняпарамите». Садапранудита мог теперь думать только о том, что он только что услышал. С того места, где он находился, он мог слышать, как бодхисаттва Дхармодгата обучал Праджняпарамите. И он пережил ряд состояний медитативного сосредоточения (самадхи). Ему представились различные миры вселенной во всех десяти направлениях и бесчисленное множество Будд, обучавших Праджняпарамите. Они воздали хвалу Дхармодгате и исчезли. Садапранудиту переполняли радость, вера и

чувство преданности бодхисаттве Дхармодгате, и он задавал себе вопрос, как он может предстать перед ним.

«Я беден! – думал он. – Мне нечего ему поднести: у меня нет ни одежды, ни украшений, ни благовоний, ни ожерелий – ничего, чем можно было бы почтить духовного друга. Так что мне придётся продать мясо с собственного тела и употребить вырученные деньги, чтобы выразить почтение Дхармодгате. С безначальных времён в сансаре я множество раз продавал своё тело и также бесчисленное множество раз бывал расчленён на куски и растерзан на части в адах, куда меня стаскивали мои желания; но это никогда не случалось ради того, чтобы получить такого рода учение или чтобы оказать почтение столь возвышенному учителю, как Дхармодгата.» Он пошёл на рынок и стал выкрикивать: «Кому нужно человеческое тело? Кто хочет купить человеческое тело?»

Но злые духи, пришедшие в ярость от того, что Садапранудита брал на себя такие тяготы ради Дхармы, сделали так, что никто не мог слышать его слова. Не найдя никого, кто хотел бы его купить, Садапранудита отошёл в угол и начал рыдать. Тут Индра, повелитель богов, решил проверить его решимость. Приняв обличье молодого брахмана, он подошёл к Садапранудите и сказал ему: «Мне не нужно всё тело. Мне нужно только немного мяса, жира и костного мозга для подношения. Я тебе заплачу, если продашь мне всё это». Вне себя от радости, Садапранудита схватил острый нож и отрезал часть правой руки, так что брызнула кровь. Потом он срезал всё мясо с правого бедра и собирался уже расплющить кости об стену, но тут его увидела с верхнего этажа дома дочь богатого торговца и прибежала к нему.

– Добрый человек, почему ты налагаешь на себя такое наказание? – спросила она. Он объяснил, что он хотел продать своё мясо, чтобы сделать подношение бодхисаттве Дхармодгате. Когда девушка спросила его, какие преимущества он получит, если выкажет такое почтение, Садапранудита ей ответил:

– Он меня научит искусному методу и запредельной мудрости бодхисаттв. Если я буду упражняться в этом, я обрету Всеведение, буду обладать многочисленными качествами Будд и смогу делить драгоценную Дхарму со всеми существами.

– Это верно, – отвечала девушка, – что каждое из этих качеств заслуживает подношения стольких тел, сколько крупиц песка в реке Ганге. Но, пожалуйста, не причиняй себе такого вреда! Я дам тебе всё, что тебе нужно, чтобы выказать почтение бодхисаттве Дхармодгате, и пойду с тобой, чтобы увидеть его. Таким образом, и я накоплю заслуги, чтобы обрести эти самые качества.

Когда она кончила говорить, Индра вновь обратился в свою обычную форму и сказал Садапранудите:

– Я Индра, повелитель богов. Я пришёл, чтобы проверить твою решимость. Я тебе дам всё, что хочешь; ты только должен попросить меня об этом.

– Одари меня непревзойдёнными качествами Будды, – ответил Садапранудита.

– Этого я не могу тебе дать, – сказал Индра, – это не в моей власти.

– В таком случае, не трудись возвращать моё тело в нормальное состояние, – сказал Садапранудита. – Я призову благословение истины. В силу истинности предсказания Будд о том, что я никогда не вернусь в сансару; в силу истинности и нерушимости моего наивысшего устремления и в силу истинности моих слов, да вернётся моё тело в своё прежнее состояние!

Едва он произнёс эти слова, как его тело стало снова точно таким, каким оно было прежде, а Индра исчез. Садапранудита пошёл с дочерью торговца в дом её родителей и рассказал им свою историю. Они снабдили его в изобилии различными вещами для подношения. Потом он вместе с дочерью торговца и её родителями, а также в сопровождении пятисот женщин, которые были у них в услужении, и их свиты – все они отправились в колесницах на восток и прибыли в город Ароматных Ветров. Там он увидел бодхисаттву Дхармодгату, который обучал Дхарме тысячи людей. При виде этого Садапранудита ощутил прилив высшего счастья, какое испытывает монах, в состоянии медитативного погружения (самадхи). Он и все его спутники вышли из колесниц и направились к Дхармодгате.

К тому времени Дхармодгата уже построил храм в честь Праджняпарамиты. Он был сооружён из семи драгоценных материалов, украшен красным сандаловым деревом и жемчужными нитями. В качестве светильников в каждом из четырёх направлений были помещены всеисполняющие драгоценности и серебряные кадила, из которых исходил неповторимый аромат благовоний чёрного алоэ. В центре храма стояли четыре сундука из драгоценных камней, в которых хранились тома Праджняпарамиты, сделанные из золота и писанные краской из ляпис-лазури.

Видя, что и боги, и люди делают подношения, Садапранудита испросил дозволения, а затем в сопровождении дочери торговца, самого торговца и пятисот служанок также сделал щедрое подношение. Затем они приблизились к Дхармодгате, который наставлял своих учеников, и почтили его всеми своими подношениями. Дочь торговца и её служанки приняли обеты высшей бодхичитты.

Садапранудита спросил Дхармодгату, откуда приходили и куда ушли Будды, которых он видел перед этим. Дхармодгата ответил ему главой [из Праджняпарамита-сутры о том], что Будды не приходят и не уходят. Затем Дхармодгата встал и удалился в

свои комнаты, где оставался в состоянии непрерывного сосредоточения в течение семи лет. Всё это время Садапрудита, дочь торговца и пятьсот служанок отказывались садиться или ложиться. Они или стояли, или ходили, думая лишь о той минуте, когда Дхармодгата выйдет из состояния сосредоточения и будет снова давать наставления. Когда эти семь лет подходили к концу, Садапрудита услышал, как боги объявляли, что через семь дней бодхисаттва Дхармодгата выйдет из состояния сосредоточения и снова будет давать наставления.

В это время Садапрудита вместе с пятьюстами служанками подмели на целую йоджану во всех направлениях то место, где Дхармодгата должен был преподавать Учение. Когда они хотели обрызгать землю водой, чтобы не было пыли, Мара сделал так, что вся вода испарилась. Тогда Садапрудита вскрыл себе вены и оросил землю собственной кровью. Дочь коммерсанта и все пятьсот служанок сделали то же самое. Повелитель богов Индра обратил их кровь в красный сандал божественных сфер. Наконец, Дхармодгата прибыл и сел на свой поддерживаемый львами трон, который Садапрудита вместе с другими для него воздвигли. Дхармодгата изложил Праджняпарамиту, и Садапрудита пережил шесть миллионов различных медитативных состояний. Ему открылось видение бесчисленных Будд – видение, которое затем никогда не покидало его, даже во сне. Говорят, что он теперь пребывает в присутствии совершенного Будды по имени «Тот, кто провозглашает Дхарму неиссякаемо-мелодичным голосом».

Также и великий пандита Наропа, будучи учеником Тилопы, испытал неопишуемые трудности. Как упоминалось ранее, Наропа встретил нищего Тилопу и попросил, чтобы тот принял его в ученики. Тилопа согласился и стал повсюду брать его с собой, но никаких наставлений по Дхарме ему не давал. Однажды Тилопа отвёл его на вершину башни в девять этажей и спросил:

– Может ли кто-нибудь, повинувшись своему учителю, прыгнуть с высоты этой башни?

– Здесь никого, кроме меня, нет. Значит, вопрос относится ко мне, – подумал Наропа – и прыгнул. Его тело ударилось о землю, что причинило ему ужасные боли и страдания.

– Болит? – спросил Тилопа, подходя к нему.

– Не просто болит, – отвечал Наропа. – Я, можно сказать, труп.

Тилопа его благословил, тело его совершенно зажило, и Тилопа повёл Наропу дальше.

– Наропа, разожги огонь, – велел ему однажды Тилопа.

Когда огонь разгорелся, Тилопа нарезал длинных бамбуковых пластинок, смочил их маслом и положил на огонь, чтобы их закалить.

– Если ты намерен подчиняться приказаниям своего учителя, тебе придётся также выносить вот такие испытания, – сказал Тилопа и вогнал пластинки ему под ногти на руках и ногах.

Суставы у Наропы совершенно окаменели, и он испытывал невыносимую боль и страдания. Учитель оставил его в одиночестве. Когда через несколько дней Тилопа вернулся, он вытащил из-под ногтей Наропы пластинки, и из его ран вытекло много крови и гноя. Снова Тилопа благословил его, и снова они вместе двинулись дальше в путь.

– Наропа, – обратился к нему Тилопа на следующий день, – я голоден. Пойди, выпроси для меня немного еды.

Наропа пошёл в то место, где толпа деревенских работяг была занята едой. У них он выпросил полную капалу супа, которую отнёс учителю. Тилопа съел суп с огромным удовольствием и, казалось, был удовлетворён.

«За всё время, что я служу ему, – подумал Наропа, – я ни разу не видел его таким благодушным. Может быть, если я попрошу ещё еды, я снова смогу раздобыть что-нибудь». С капалой в руке он снова отправился за подающим. К этому времени работники уже разошлись по своим полям, оставив недоеденный суп там, где он был. «Единственное, что остаётся, – украсть это», – подумал Наропа, схватил суп и бросился бежать. Но работники заметили его, поймали, избили и бросили полумёртвым. У него так всё болело, что он не мог подняться в течение нескольких дней. И опять пришёл его учитель, благословил его и повёл его дальше.

– Наропа, – сказал ему учитель однажды, – мне нужно много денег⁸⁹. Пойди, укради мне сколько-нибудь.

Наропа пошёл к богачу, чтобы украсть у него денег, но был пойман с поличным. Его схватили, избили и снова бросили полумёртвым. Прошло несколько дней, прежде чем пришёл Тилопа.

– Что, болит? – спросил, как всегда, Тилопа и, получив обычный ответ, благословил его, и снова они двинулись вместе в путь.

Наропа претерпел двенадцать больших и двенадцать меньших испытаний такого рода, то есть всего двадцать четыре испытания, которые ему полагалось пройти в течение одной жизни. Наконец, он все их исчерпал.

Однажды Тилопа сказал ему:

– Наропа, пойди принеси немного воды, а я пока что разведу здесь огонь.

Когда Наропа вернулся с водой, Тилопа перескочил через разведённый им костёр, словно лавина, навалился на Наропу и левой рукой схватил его за голову.

– Покажи мне твой лоб, – потребовал он.

Правой рукой он снял сандалию и ударил ею своего ученика по лбу. Наропа потерял сознание. Когда он пришёл в себя, у него обнаружились все черты умудрённого сознания, присущие его учителю. Учитель и ученик сравнялись по степени прозрения.

Эти двадцать четыре испытания, через которые должен был пройти великий пандита Наропа, были наставлениями его учителя и действовали как искусные средства, назначением которых было устранить его омрачения. Испытания эти выглядели бессмысленными и, как казалось, не имели никакого отношения к Дхарме. В самом деле, учитель не преподавал ему ни единого слова из учения о Дхарме, а ученик не сделал ни одного упражнения в Дхарме, ни одного простирая. Однако с той минуты, когда Наропа встретил совершенного сиддху, он, невзирая на все трудности, во всём ему повиновался; и благодаря этому он смог устранить свои омрачения и обрести Просветление.

Никакая практика Дхармы не может сравниться с послушанием учителю. Как мы видим, это приносит огромные положительные результаты. С другой стороны, неповиновение учителю, даже самое незначительное, является весьма грубым проступком.

Однажды Тилопа запретил Наропе принимать пост пандиты – хранителя врат в университете Викрамашила⁹⁰. Но, когда некоторое время спустя Наропа прибыл в Магадху, один из пандит, занимавших этот пост, умер. Поскольку там не было никого другого, способного вести дебаты с тиртхиками, все умоляли Наропу принять пост защитника северных ворот и оказывали давление на него, пока он не согласился. Однако, когда один тиртхика принял вызов, Наропа дебатировал с ним в течение многих дней, но не мог его победить. Тогда Наропа стал молиться своему учителю, и, наконец, тот предстал перед ним, изображая во взгляде суровость.

– Где же твоё сострадание, почему ты не пришёл раньше? – жаловался Наропа.

– А разве я тебе не запретил принимать пост хранителя ворот? – парировал Тилопа. – Впредь, когда будешь вести дебаты, представь себе меня над головой и сделай в сторону тиртхика угрожающий жест.

Наропа поступил так, как ему велел Тилопа, победил в дебатах и положил конец всем спорам с тиртхиками.

И, наконец, вот история о том, как Почтенный Миларепа был в учениках у Марпы из Лходрака.

В области Нгари Гунтханг жил богатый человек по имени Мила Шераб Гьялцен. У этого человека были сын и дочь. Именно его сын, которого звали Мила Тхопага, то есть «Мила – радостно слушающий» – стал потом Почтенным Милой.

Когда дети были ещё маленькими, их отец умер. Их дядя, Юнгдрунг Гьялцен, присвоил себе все их богатства и владения. Дети и их мать остались без еды и без денег и претерпели множество бед. От магов Юнгтона Трогьяла из Цанга и Лхардже Нупчанга Мила научился умению навлекать на других беды и насылать град. Он стал причиной смерти сына дяди, его невестки и ещё тридцати трёх человек, потому что он вызвал обрушение дома, где все они находились. А когда все местные люди пришли в негодование и восстали против него, он наслал на них ураган и град, покрывший землю слоем толщиной в три глинобитные стены⁹¹.

Впоследствии, раскаявшись в своих злых деяниях, он решил практиковать Дхарму. По совету ламы Юнгтона он пошёл к последователю традиции Великого Совершенства по имени Ронгтон Лхага и стал просить его указаний.

Лама отвечал так:

– Дхарма, которой я учу, это Великое Совершенство. Её корень – победное начало; её вершина – победное завершение; её плод – победная йога⁹². Если медитируешь об этом в течение дня, можешь стать Буддой в тот же день; если медитируешь в течение ночи, можешь стать Буддой в ту же ночь. Счастливицы, чьи прошлые действия создали благоприятные условия, не должны даже медитировать: они получают Освобождение, едва лишь услышав об этом Учении. Так как эта Дхарма предназначена для тех, кто наделён исключительными способностями, я готов тебя учить. Получив посвящения и эти указания, Мила подумал так: «Когда я учился насылать заклятия, мне потребовались две недели, чтобы увидеть первые положительные знаки. Семи дней было достаточно, чтобы научиться вызывать град. Так это Учение даже легче, чем насылать беды или вызывать град: если медитируешь днём, становишься Буддой в тот же день; если медитируешь ночью, становишься Буддой в ту же ночь; а если твои прошлые действия создали благоприятные обстоятельства, то не надо даже и медитировать! Судя по тому, как я получил это Учение, я, очевидно, из тех, у кого прошлые действия были благими». Поэтому, вместо того, чтобы медитировать, он валялся в постели, и так между практикующим и Учением не было никакой связи.

– То, что ты мне говорил, оказывается, правда, – сказал ему через несколько дней лама. – Ты, на самом деле, великий грешник, а я несколько перехвалил своё Учение. Я не

смогу давать тебе наставления. Тебе надо пойти в пустынь Троволунг в Лходраке, где живёт непосредственный ученик самого индийского сиддхи Наропы. Он замечательный учитель, непревзойдённый переводчик и сиддха в традиции Новых мантр⁹³, не имеющий себе равных во всех трёх мирах. Так как между вами существует кармическая связь, идущая из прошлых жизней, ты должен встретиться с ним.

Одно лишь упоминание имени Марпы-переводчика наполнило сознание Миларепы невыразимой радостью. Каждая пора его существования вибрировала в блаженном предвкушении; а охвативший его вихрь беспредельной преданности исторг слёзы из его глаз. Он двинулся в путь, размышляя, как бы поскорее встретить этого учителя.

А Марпа и его жена тем временем видели много необычных снов, так что Марпа знал, что Почтенный Мила уже в пути. Ожидая его прибытия, он спустился в долину, притворяясь, что просто вспахивает поле. Мила сначала встретил сына Марпы, Дарма Доде, который присматривал за скотом. Пройдя немного ещё, он увидел Марпу, вспахивавшего поле. В тот момент, когда Мила впервые увидел его, он испытал такую огромную, невыразимую радость и блаженство, что на мгновение всё его ординарное мышление приостановилось. Но всё же Мила не понял, что это и был тот самый лама, и стал объяснять, что он пришёл, чтобы встретиться с Марпой.

– Я сам представлю тебя ему, – сказал Марпа в ответ. – А пока походи это поле за меня.

И, оставив ему кувшин пива, ушёл. Когда Мила осушил кувшин до последней капли и закончил работу, за ним пришёл сын ламы, и они отправились вместе. Мила предстал перед ламой и, склонившись, поставил его стопы себе на макушку, воскликнув:

– О, учитель! Я великий грешник с запада. Подношу тебе своё тело, речь и сознание. Пожалуйста, корми меня, одевай и учи Дхарме. Умоляю, дай мне достичь состояния Будды уже в этой жизни!

– Это не моя вина, что ты такой грешник, – ответил ему Марпа. – Я тебя грешить не просил. Что же ты такого ужасного натворил?

Мила в подробностях рассказал ему всю свою историю.

– Ну, хорошо, – согласился Марпа. – В любом случае, поднести своё тело, речь и сознание – хорошее дело. Что же касается еды, одежды и Дхармы, то всё это сразу не выйдет. Или я дам тебе еду с одеждой, а Дхарму ищи на стороне, или же я дам тебе Дхарму, а остальное будешь добывать в другом месте. Решай. И если выберешь Дхарму, то, достигнешь ты состояния Будды в этой жизни или нет, зависит исключительно от твоего упорства.

– В таком случае, – отвечал Миларепа, – раз я пришёл ради Дхармы, я буду добывать еду и одежду на стороне.

Он побыл там несколько дней, а потом пошёл просить подаяние по всему верхнему и нижнему Лходраку и раздобыл двадцать одну меру* ячменя.

* Тиб.: khel – приблизительно 13-14 кг.

На четырнадцать из них он купил медный сосуд с четырьмя ручками. Он положил шесть мер ячменя и сосуд в мешок и вернулся, чтобы поднести ячмень и сосуд Марпе. Когда он поставил свой мешок на пол, вся комната задрожала. Марпа поднялся и сказал:

– Ты, монашек, как я погляжу, силён. Ты что же, хочешь убить нас, обрушив дом голыми руками? Унеси-ка отсюда этот мешок с ячменем. – И он пнул мешок ногой.

Миле пришлось повиноваться. Затем он поднёс Марпе пустой медный сосуд⁹⁴.

Однажды Марпа сказал ему:

– Люди из Ямдрока Таклунга и Лингпы нападают на многих из моих преданных учеников, которые приходят ко мне из Ю и Цанга, и крадут их еду и подношения. Напусти на них град! Это тоже вроде как Дхарма, я дам тебе мои наставления потом.

Мила наслал разрушительный град на эти две области, а потом пошёл просить наставлений.

– Ты думаешь, я тебе дам мои наставления, которые я привёз из Индии дорогой ценой, в обмен на эти три или четыре градины? Если ты в самом деле хочешь получить Дхарму, напусти порчу на горный народ в Лходраке. Они нападают на моих учеников из Ньялоронга и всегда обращаются со мной презрительно и свысока. Если будет знак, что твоя порча сработала, я дам тебе устные наставления Наропы, которые позволяют достичь состояния Будды в течение одной жизни и в том же теле.

Когда появились знаки, что заклинания подействовали, Мила попросил наставлений в Дхарме.

– Хм! Это, наверно, в награду за все твои злые дела ты ждёшь от меня эти устные наставления, которые я добывал с риском для жизни и которые ещё хранят тепло дыхания дакини? Ты, должно быть, шутишь; но я нахожу, что это уже слишком. Всякий другой убил бы тебя за это! Так вот, возврати этих жителей с холмов к жизни и верни людям из Ямдрока их урожай. Ты получишь наставления, если всё это сделаешь. А иначе тебе тут больше нечего делать!

Совершенно потрясённый этим выговором, Мила сел и горько заплакал. На следующее утро Марпа пришёл к нему.

– Я немного круто поступил с тобой вчера вечером, – сказал он. –

Не огорчайся, я буду давать тебе наставления мало-помалу. Будь терпелив! Раз ты хороший работник, я хочу, чтобы ты построил для меня дом в подарок Дарма Доде. Когда закончишь, я дам тебе наставления и буду также давать тебе еду и одежду.

– А что, если я тем временем умру, без Дхармы? – спросил Мила.

– Я позабочусь о том, чтобы этого не произошло, – отвечал Марпа.

– Моё учение – это не пустая болтовня. Но ты, несомненно, обладаешь огромным упорством, и, когда ты претворишь мои наставления в практику, мы увидим, можешь ли ты достичь состояния Будды в течение одной жизни.

Всякий раз поощряя Милу подобным образом, Марпа заставлял его строить один за другим три дома: круглый у подножья восточного холма, полукруглый на западном холме и треугольный на северном. Но каждый раз, когда дом был наполовину построен, Марпа яростно бранил его и заставлял разрушать всё, что он уже построил, и относить камни и землю обратно туда, где они были раньше. На спине у Милы появилась открытая рана, но он подумал: «Если я покажу рану учителю, он будет опять ругать меня. Я мог бы показать его жене, но тогда решат, что я хочу отличиться». Не показывая свои раны, он со слезами умолял жену Марпы, чтобы она помогла ему получить наставления.

Она попросила об этом Марпу.

– Хорошо, накорми его как следует и приведи с собой, – ответил он ей.

Марпа дал Миле передачу и обеты Прибежища.

– Это то, что называется общие основы Дхармы, – сказал он ему.

– А если хочешь особые наставления по Тайной мантраяне, тебе придётся проделать... – И он коротко пересказал ему жизнь Наропы и те испытания, которые тому пришлось преодолеть.

– Трудно будет тебе повторить то же самое, – сказал он в заключение.

Когда Мила услышал это, он почувствовал такую небывалую преданность, что у него из глаз потекли слёзы, и он твёрдо решил выполнять решительно всё, что повелит ему учитель.

Несколько дней спустя Марпа пошёл прогуляться и взял с собой в сопровождающие Милу. Они двинулись на юго-восток и дошли до удобно расположенного участка земли. Марпа сказал:

– Построй мне здесь серую квадратную башню высотой в девять этажей. Наверху будет ещё надстройка – значит, всего десять этажей. Тебе не надо будет разрушать эту постройку, и, когда ты её закончишь, я дам тебе наставления. И также снабжу тебя едой на то время, когда будешь практиковаться в затворе.

Мила уже вырыл яму для фундамента и начал строить, когда мимо проходили трое весьма продвинутых учеников Марпы. Развлечения ради они подкатили огромный камень, и Мила использовал его при кладке фундамента. Когда он кончил первых два этажа, Марпа пришёл повидать его и спросил, откуда взялся этот камень. Мила рассказал всё, как произошло.

– Мои ученики, которые практикуют этапы порождения и завершения, не обязаны тебе прислуживать, – закричал Марпа. – Вырой камень и положи его обратно туда, откуда его принесли.

Мила разрушил всю башню, начиная с самого верха. Он вытащил большой камень из основания фундамента и положил на то место, где его взяли. После этого Марпа сказал ему:

– А теперь принеси его назад и положи, где он был.

Так что Мила приволок камень назад на участок и положил его опять в фундамент. Он продолжал строить, пока не закончил седьмой этаж, но к этому времени у него появилась открытая рана на бедре.

– Теперь брось строить эту башню, – сказал Марпа, – и построй мне храм с залом о двенадцати колоннах, и чтобы наверху было святилище.

Когда Мила кончил строить этот храм, у него вся нижняя часть спины была в ранах.

В это время Метон Цонпо из Цангронга попросил Марпу дать ему посвящение в Чакрасамвару, а Цуртон Ванге из Дола просил посвятить его в Гухьясамаджу. В обоих случаях Мила надеялся, что его строительные работы дали ему право получить посвящение и занимал место среди собравшихся. Однако оба раза он получал от Марпы лишь пинки и упрёки, и его прогоняли. Теперь его спина была одна сплошная рана, которая кровоточила и в трёх местах сочилась гноем. Тем не менее, он продолжал работать, только теперь вместо того, чтобы носить корзины с землёй на спине, носил их в руках.

Когда Нгогтон Чедар из Шунга пришёл с просьбой посвятить его в Хеваджру, жена Марпы подарила Миле большую бирюзу из своего наследства. Воспользовавшись этой бирюзой как подношением для посвящения, Мила сел в рядах кандидатов, но, как прежде, учитель обругал его и дал ему взбучку так что он не получил посвящения.

На этот раз он решил, что сомнения больше нет – он никогда не получит посвящения. Он пошёл бродить без определённой цели. Его наняли в одну семью из Лходрак-Кхока читать Запредельную мудрость в восьми тысячах стихов. Он дошёл до рассказа о Садапарудите, и это заставило его задуматься. Он понял, что ради Дхармы он

должен принимать любые тяготы и ублажать своего учителя, делая всё, что он приказывает. Поэтому он вернулся, но снова Марпа приветствовал его лишь оскорблениями и зуботычинами.

Мила был в таком отчаянии, что жена Марпы послала его к ламе Нгогпе, который дал ему некоторые наставления. Но, когда Мила медитировал, у него ничего не получалось, потому что он не получил разрешения своего учителя.

Марпа же приказал ему явиться с ламой Нгогпой, а потом уже отправляться назад. И тут в один из дней во время ритуала совместного подношения Марпа жестоко отругал ламу Нгогпу и некоторых других учеников и чуть не избил их.

Тогда Мила подумал: «При моей плохой карме не только я страдаю из-за моих тяжёлых ошибок и непроходимых омрачений, но теперь к тому же навлекаю беды на ламу Нгогпу и супругу моего гуру. Я только накапливаю всё больше и больше пагубных действий, но не получаю никаких наставлений. Так что будет лучше, если я покончу с собой». Он хотел совершить самоубийство, лама Нгогпа пытался остановить его.

Но тут Марпа смягчился и призвал их обоих к себе. Он принял Милу в ученики, дал ему много полезных советов и назвал его Мила Дордже Гьелцэн, то есть «Мила – несокрушимое, как алмаз, победоносное знамя». Марпа дал Миле посвящение Чакрасамвары и отчётливо показал мандалу его шестидесяти двух божеств. Тогда же Мила получил тайное имя Шепа Дордже – «Смеющийся Ваджр» и Марпа, словно выливая содержимое одного сосуда в другой, дал ему одно за другим все посвящения и все наставления. После этого Мила практиковался в самых трудных условиях и обрёл все ординарные и высшие свершения⁹⁵.

Вот так следовали своему духовному другу, своему истинному учителю все пандиты, сиддхи и видьядхары прошлого – как в Индии, так и в Тибете. Делая всё, что говорил их учитель, они достигли реализаций, неотделимых от реализаций их учителей. С другой стороны, очень серьёзным проступком является не следовать советам своего учителя безоговорочно, без всяких задних мыслей. Никогда не воспринимай никакие его действия как негативные. Никогда ни в чём, даже в самых мелочах, не лги ему.

Как-то ученик одного великого сиддхи преподавал Дхарму большому собранию учеников. Тут появился его учитель, одетый как нищий. Его ученик постеснялся в присутствии всех собравшихся совершить постирание перед нищим и притворился, что не видит его. Когда стемнело и люди разошлись, он пошёл к своему учителю и простёрся перед ним.

– Почему ты не поклонился мне раньше? – спросил его учитель.

– Я не видел тебя, – солгал он.

В ту же минуту оба его глаза вывалились на землю. Он умолял простить его и сказал всю правду, и тогда с благословения своего учителя снова обрёл зрение.

Существует подобный же рассказ об индийском махасиддхе Кришначарье.

Однажды, плывя по морю в сопровождении множества своих учеников, он подумал: «Мой учитель истинный сиддха. Однако с мирской точки зрения я лучше, чем он, потому что я богаче и у меня больше слуг».

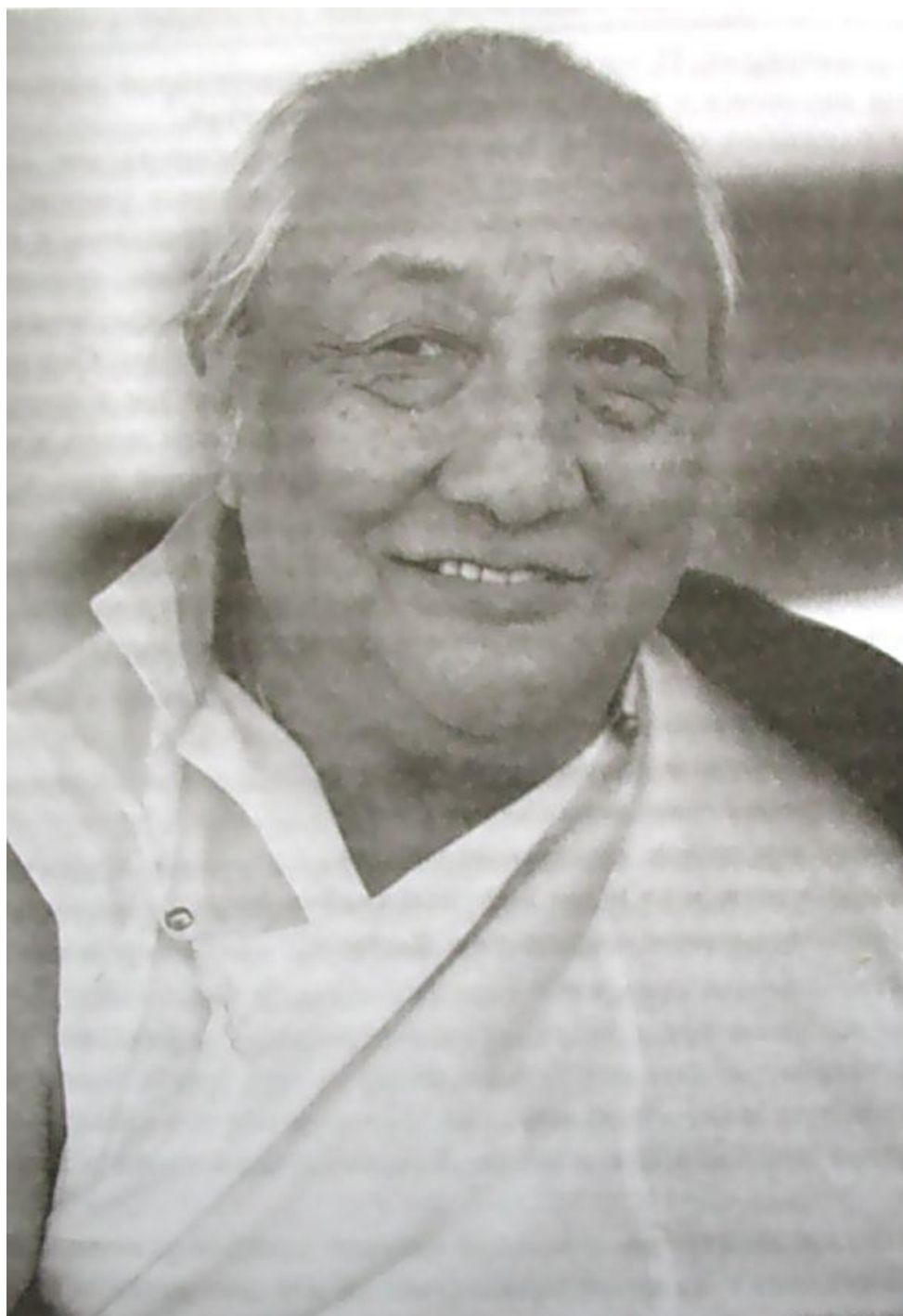
Вдруг судно стало уходить под воду. Отчаянно пытаясь остаться на плаву, Кришначарья молился своему учителю, и тот появился собственной персоной и спас его от потопления. «Это тебе возмездие за твою спесь, – сказал ему учитель. – У меня нет богатства и слуг, потому что я никогда к этому не стремился. А то бы и я мог всё это иметь».

В прошлом приходило столько Будд, что назвать их всех поимённо было бы невозможно. Но их сострадание было не в силах спасти нас, и мы всё ещё пребываем в огромном океане страдания, именуемом сансарой. С древних времён на землю приходило необозримое множество великих просветлённых учителей, но нам не выпала удача быть их учениками или хотя бы встретить их. В наши дни Учение Будды приближается к концу, пять ступеней деградации становятся с каждым днём всё более очевидными. И хотя мы располагаем человеческой жизнью, мы всё ещё находимся в плену наших неблагих действий.

Мы блуждаем, словно слепцы в пустыне, не понимая, что следует делать и чего делать не следует. Поэтому выдающиеся учителя, наши духовные друзья, движимые своим бесконечным состраданием и побуждаемые потребностями и склонностями каждого из нас, приходят на землю в человеческой форме. Хотя они достигли Просветления Будд, они действуют в соответствии с тем, что требуется для нас. Они направляют нас своими искусными средствами. Они вводят нас в подлинную Дхарму. Они открывают нам глаза на то, что мы должны делать и чего – избегать. Они безошибочно указывают нам наилучший путь к Освобождению и Всеведению.

Они, по сути, не отличаются от самого Будды; но в проявлении к нам своего милосердия даже превосходят его. Поэтому стремитесь всегда следовать своему учителю в согласии с тремя типами веры.

*Я встретил высочайшего учителя
И всё ж погряз в деяньях недостойных...
Я наилучший путь нашёл, однако
Б рожу у как прежде, по опасным тропам...
Благослови ж меня и мне подобных слабых духом,
Чтоб мы сознание своё смирили Дхармой!*



Дилго Кхенце Ринпоче (1910-1991).

Был одним из воплощений Джамьяна Кхенце Вангпо. Он занимался со ста двадцатью учителями и провёл в медитационных затворах в общей сложности двадцать лет. Он часто учил, в том числе курсу о Великом Совершенстве, Далай-ламу. Многие тибетские ламы младшего поколения считают его своим учителем. Он также широко преподавал в Европе и в Северной Америке.

Часть вторая.

ОСОБЕННЫЕ, ИЛИ ВНУТРЕННИЕ, ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ.

Принятие Прибежища – краеугольный камень всех путей.

Порождение бодхичитты – основа Великой колесницы.

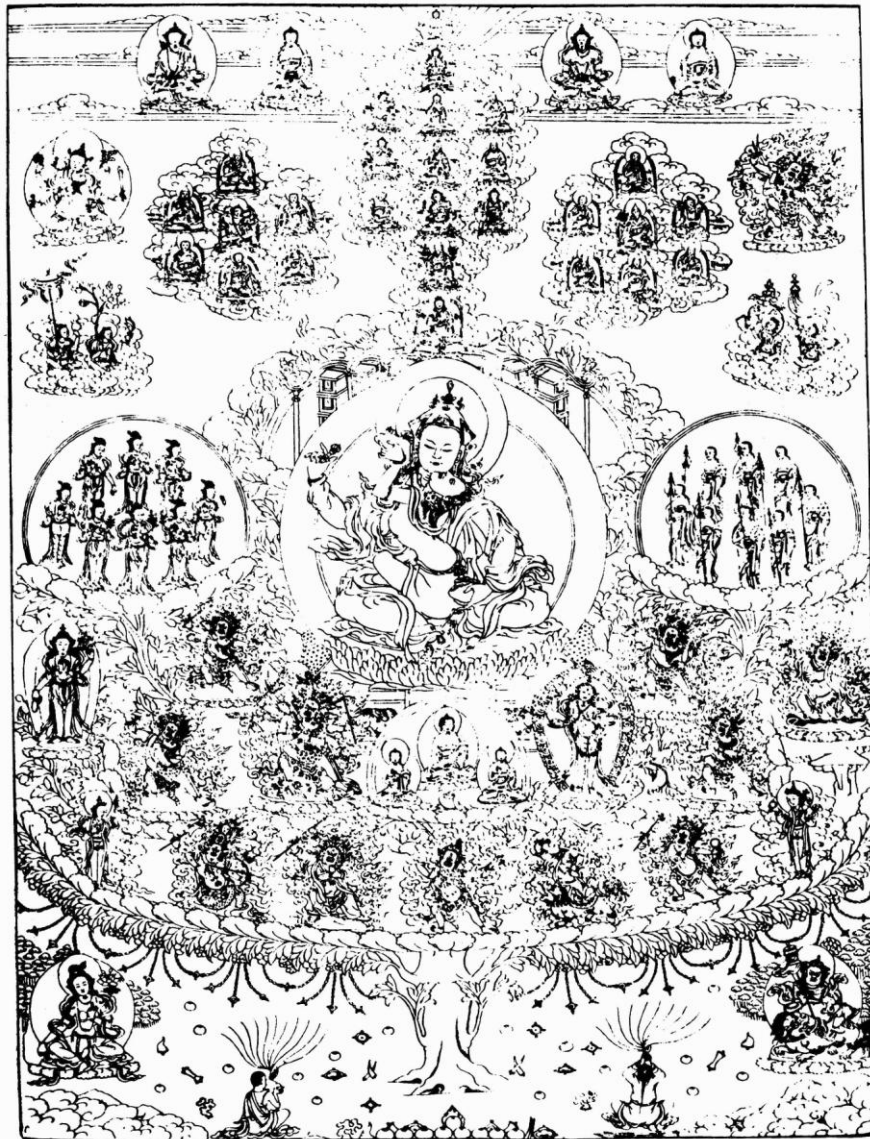
Очищение омрачений с помощью медитации об учителе в образе
Ваджрасаттвы и чтения его мантры.

Поднесение мандалы для накопления заслуг и мудрости.

Накопление [методом] кушали:

отсечение четырёх демонов одним ударом.

Гуру-йога – дверь к благословениям, высший метод
порождения мудрости постижения.



Божества Прибежища.

Визуализация поля заслуг для принятия Прибежища в Сокровенной сущности
Безбрежного простора.

Глава первая.

ПРИНЯТИЕ ПРИБЕЖИЩА – КРАЕУГОЛЬНЫЙ КАМЕНЬ ВСЕХ ПУТЕЙ.

Увенчанный Тремя Драгоценностями внешнего Прибежища,

Ты глубоко постиг три корня внутреннего Прибежища;

Ты явил три тела высшего Прибежища.

Несравненный учитель, я склоняюсь к твоим стопам.

Принятие Прибежища⁹⁶, краеугольный камень всех путей⁹⁷, объясняется в трёх разделах: отношение к принятию Прибежища; как принимать Прибежище; заповеди и преимущества принятия Прибежища.

I. Отношение к принятию Прибежища.

1. Вера.

В той же мере, в какой принятие Прибежища открывает двери ко всем наставлениям и практике, вера открывает двери к принятию Прибежища. Поэтому в качестве первого шага при принятии Прибежища необходимо выработать в себе устойчивую и неколебимую веру.

Различаются три разновидности веры: благоговейная вера, устремлённая вера и убеждённая.

1.1. Благоговейная вера.

Вера искреннего благоговения – это вера, которая рождается вследствие размышлений о безграничном сострадании Будды и великих учителей. Мы обычно испытываем такую веру, посещая храм, в котором хранится множество изображений тела, речи и сознания Будды, а также после встречи с замечательным учителем – будь то личная встреча, либо рассказ о его жизни и его высоких качествах⁹⁸.

1.2. Устремлённая вера.

Устремлённая вера – это наша жажда освободиться от страданий в низших сферах, когда мы слышим их описания; или жажда наслаждаться счастьем в высших сферах и свободой, когда мы слышим рассказы о них; или стремление совершать благие действия, когда мы узнаем, какое благо они несут, и стремление избегать неблагих действий, когда мы понимаем, какой вред они приносят.

1.3. Убеждённая вера.

Убеждённая вера – это поднимающаяся из глубины сердца вера в бесценность Трёх Драгоценностей, когда мы осознаём их исключительные качества и силу их благословений. Это полная вера в Три Драгоценности, которая исходит из нашего знания о том, что они являются нашим единственным надёжным Прибежищем⁹⁹ – в любую минуту и при любых обстоятельствах: в счастье, скорби, в мучениях, болезни, в жизни и смерти*.

* То есть наша вера в Прибежище будет нам в помощь, когда после смерти мы встретимся с образами промежуточного состояния (бардо)

Оттого мы доверяемся лишь Трёх Драгоценностям и ищем в них Прибежища, зная, что они никогда нас не подведут. Драгоценный наставник из Уддияны говорит:

Убеждённая вера открывает доступ к благословениям.

Отсутствие сомнений приносит исполнение всех желаний.

Таким образом, вера подобна зерну, пускающему ростки всех благих качеств. Если нет веры, – это подобно тому, как если бы зерно перегорело.

В сутрах говорится:

В ком веры нет, тот ничего благого не создаст:

Когда зерно перегорело, оно ростков не даст.

Из семи благородных достояний вера самое важное.

Как говорится:

Веры драгоценное колесо

Денно и ночью катится дорогой добродетели.

Вера – наше самое ценное достояние. Она подобна сокровищу, открывающему доступ к нескончаемым добродетелям. Она, словно пара ног, направляет нас по пути к Освобождению, словно пара рук, собирает по пути всё благое.

Вера – величайшее богатство, сокровищница и клад,

Это «ноги», ведущие к Освобождению.

С её помощью можно, как руками, собирать всё благое.

Сострадание и благословения Трёх Драгоценностей необозримы; но сможем ли мы получить их, зависит исключительно от нашей веры и преданности. Если наша вера и преданность безграничны, тогда сострадание и благословения, которые мы получаем от нашего учителя и Трёх Драгоценностей, будут также безграничны. Если наша вера и преданность умеренны, сострадание и благословения будут также умеренны. Если у нас мало веры и мало преданности, мы получим лишь малое сострадание и мало благословений. Если у нас нет ни веры, ни сострадания, мы никогда ничего не получим.

У кого нет ни веры, ни сострадания, тому – даже встретить он лично Будду и будь принят им в ученики, это не принесло бы решительно никакой пользы. Что и произошло с Сунакшатрой, чья история рассказана в предыдущей главе, и с Девадаттой, двоюродным братом Будды.

Для сострадания Будды нет расстояний. Даже в наши дни, если с искренней верой и преданностью призываешь Будду, он предстанет перед тобой и осыплет благословениями.

Будда всегда перед теми, кто думает о нём с верой, –

Осыпает благословениями и дарует посвящения.

Или, как говорит Великий наставник из Уддияны:

Для меня, Падмасамбхавы, смерть не существует:

Для того, кто верует в меня, я никуда не ушёл –

Всегда дремлю у порога его двери.¹⁰⁰

Если обладаешь верой убеждения, то во всём проявляется сострадание Будды. Хорошим примером тому служит рассказ об одной исполненной веры старушке, которой собачий зуб помог на пути к состояния Будды.

Жила некогда старая женщина, сын которой был торговцем. Он часто бывал по делам в Индии. Однажды старая женщина сказала сыну: «Бодх-Гая находится в Индии. И именно там Будда обрёл полное просветление. Когда отправишься в Индию, привези мне оттуда какую-нибудь реликвию, чтобы я могла делать перед нею поклоны». Она говорила это сыну много раз, но он постоянно забывал и так и не привёз ей то, что она просила.

Наконец, когда сын опять собирался в Индию, мать ему сказала: «Если ты и в этот раз не привезёшь мне ничего для простираний, я убью себя у тебя на глазах.» Сын отправился в Индию, завершил там все свои дела и двинулся в обратный путь, опять забыв о поручении матери. И только когда он был уже совсем недалеко от дома, он вспомнил слова матери. «Что же мне делать? – подумал он. – Ведь я не привёз ей никакой реликвии для почитания. Если я приду домой с пустыми руками, она себя убьёт».

Оглядевшись вокруг, он увидел на земле неподалёку собачий череп. Он выдрал из черепа один зуб и завернул его в шёлк. Придя домой, он отдал зуб матери со словами: «Вот зуб Будды. Он будет опорой для твоих молитв». Старая женщина поверила сыну. У неё была такая глубокая вера в этот собачий зуб, как если бы это на самом деле был зуб Будды. Она постоянно делала перед ним простирания и подношения. В результате из собачьего зуба чудесным образом стало появляться много чудесных «жемчужин»*. А когда эта старушка скончалась, вокруг её тела возникли свечение разноцветной радуги и другие признаки духовных свершений.

В сущности, собачий зуб не имеет силы даровать благословения. Однако у этой старой женщины была очень сильная вера, и она не сомневалась, что это настоящий зуб Будды. Благодаря её вере собачий зуб вобрал в себя благословения Будды, так что в конечном счёте ничем не отличался от подлинного зуба Будды.

А ещё некогда в провинции Конгпо жил простодушный человек, впоследствии получивший известность как Джово Бэн. Как-то он отправился в Центральный Тибет, чтобы увидеть там Джово Ринпоче.

Когда он подошёл к скульптуре, вокруг не было ни служителей, ни других людей. Увидев еду – подношение и масляные лампы, он вообразил, что Джово Ринпоче, должно быть, отщипывает куски от торма, макает их в растопленное масло в лампадах и

ест. Он предположил также, что фитили в лампах горят специально для того, чтобы поддержать масло жидким. «Думаю, следует и мне съесть что-нибудь так, как это делает Джово Ринпоче», – решил он. Он взял из одного подношения немного цампы, обмакнул её в масло и съел. Потом взглянул на улыбающееся лицо Джово. «Какой ты замечательный лама! – сказал он. – Даже когда собаки крадут у тебя и поедают сделанные тебе подношения, ты улыбаешься. И даже когда твои лампы брызгаются от ветра, ты всё ещё улыбаешься. Вот мои сапоги, я оставлю их тут. Прошу, присмотри за ними, пока я поделаю круги, обходя тебя посолонь». Он снял сапоги и поставил их перед статуей.**

* ring bsrel – круглые предметы, наподобие мелких жемчужин, которые появляются из останков тех, кто достиг Прозрения.

** Съесть подношения и ставить сапоги перед статуей считается постыдным актом святотатства.

В то время, когда он обходил храм по среднему кругу, служитель заметил сапоги. Он уже хотел было выбросить их, но тут статуя заговорила:

– Не выбрасывай сапоги. Бэн из Конгпо доверил мне присмотреть за ними!

Наконец, Бэн вернулся и забрал свои сапоги.

– Ты и правда хороший лама, как о тебе говорят! – сказал он статуе. – Почему бы тебе не навестить меня в будущем году? Я зарежу большую свинью и приготовлю её для тебя, а также сварю хорошего пива из зрелого ячменя.

– Я приду, – ответил Джово Ринпоче.

Бэн вернулся домой и рассказал всё своей жене:

– Я пригласил Джово Ринпоче. Я не знаю точно, когда он придёт, так что следи, чтобы не пропустить его.

Прошёл год. Однажды, когда жена Бэна набирала воду в реке, она ясно увидела в воде отражение Джово Ринпоче. Она прибежала в дом и сказала мужу:

– Я видела кого-то в реке. Может, это тот, кого ты пригласил! Бэн подбежал к реке и увидел в воде светящегося Джово Ринпоче.

Подумав, что тот упал в воду, Бэн прыгнул туда за ним, сумел схватить изображение и понёс его с собой. Когда Бэн с изображением подошёл к большой скале у самой дороги, Джово дальше идти отказался.

– Я не захожу в дома мирян, – сказал он и растворился в скале.

То место, куда вошёл Джово, известно как Доле Джово. А река, где появилось изображение Джово, именуется река Джово. В настоящее время люди совершают там простирания и приносят туда подношения, ибо, как говорят, по силе благословения эти места не уступают тому месту в Лхасе, где находится Джово.

Именно благодаря своей несокрушимой вере Бэн прочувствовал на своём опыте сострадание Будды. Хотя он ел масло из лампад и еду из подношений и поставил свои сапоги перед Джово, то есть совершил действия, которые обычно считаются недопустимыми, сила его веры обратила всё это во благо.

Более того, лишь вера делает возможным подлинное постижение абсолютной истины – естественного состояния. Как говорится в сутре:

О Шарипутра, абсолютную истину
Можно постичь лишь при помощи веры.

Когда вы развиваете веру, выходящую за пределы обыденного, силой этой веры в вас входят благословения учителей и Трёх Драгоценностей. В результате этого возникает подлинное озарение, и вы видите естественное состояние как оно есть. И тогда в вас зарождаются ещё более сильная необратимая вера и доверие к учителю и Трёх Драгоценностям. Таким путём вера и постижение естественного состояния взаимно поддерживают друг друга.

Покидая Почтенного Миларепу, Дагпо Ринпоче спросил его, когда он должен начинать учить.

– В один прекрасный день, – ответил Почтенный, – к тебе придёт прозрение, которое даст тебе необычайно ясное видение природы твоего сознания, совершенно иное, нежели у тебя сейчас. Тогда в тебе зародится твёрдая вера, и ты будешь воспринимать меня, своего старого отца, как настоящего Будду. Вот тогда ты можешь начинать учить.

Итак, только лишь от нашей веры и преданности зависит, получаем ли мы благословение нашего учителя и Трёх Драгоценностей и их сострадание.

Однажды ученик попросил Джово Атишу:

- Джово! Даруй мне своё благословение!
- Ленивый ученик, даруй мне свою преданность! – был ответ.

2. Мотивация.

При наличии такого рода веры существуют три уровня мотивации для принятия Прибежища.

2.1. Прибежище для существ с наименьшими устремлениями.

Принятие Прибежища только лишь из страха перед страданиями в низших сферах (в адах, среди голодных духов, в мире животных) и стремления найти счастье в высших сферах среди богов и людей является уделом существ с наименьшими устремлениями.

2.2. Прибежище для существ со средними устремлениями.

Обращение к Прибежищу в Трёх Драгоценностях лишь ради себя самого, то есть с тем, чтобы, достигнув нирваны, обрести покой и освободиться от страданий сансары, является уделом существ со средними устремлениями.

2.3. Прибежище для существ с высшими устремлениями.

Принятие Прибежища из желания привести всех существ, барахтающихся в огромном океане безграничных страданий сансары и переносящих всевозможные невообразимые мучения, к непревзойдённому состоянию полного Всеведения Будды является уделом существ с высшими устремлениями.

Среди этих трёх видов мотивации нам следует избрать путь великих существ, принимающих Прибежище из желания привести всех бесчисленных существ к непревзойдённому состоянию Будды.

На первый взгляд может показаться, что счастье богов и людей является подлинным счастьем. На деле, однако, оно не свободно от страдания; и, как только бывают исчерпаны следствия благих действий, которые порождают это счастье, существа вновь попадают в низшие сферы. Какой тогда смысл стремиться к счастью в высших сферах, если оно является преходящим?

Нирвана шравак и пратьекабудд приносит мир и счастье, но только лишь одному себе. Однако, поскольку все существа – наши с безначальных времён отцы и матери – погружены в океан бесконечных страданий сансары, недопустимо, чтобы мы не постарались им помочь.

Стало быть, обращение к Прибежищу в Трёх Драгоценностях из желания, чтобы все существа достигли состояния Будды, – это путь великих существ и дорога к неизмеримым заслугам. И это тот путь, который нам следует избрать.

В Гирлянде драгоценностей говорится:

Как бесконечны разновидности существ,

Так и желанье им помочь должно быть безграничным.

II. Как принимать Прибежище.

В соответствии с Основной колесницей, мы принимаем Прибежище в Будде в качестве учителя, в Дхарме – в качестве пути и в Сангхе в качестве спутников на пути.

Общий метод в Особой колеснице тайных мантр состоит в том, чтобы, принимая Прибежище, принести в дар учителю тело, речь и сознание, принять йидамов в качестве опоры и дакини в качестве спутниц на пути.

Особенный высший «метод сущности ваджры» состоит в том, чтобы принять Прибежище в скорейшем пути, в котором каналы используются как нирманакая, энергии контролируются как самбхогакая, а субстанции (санскр.: бинду – капли) очищаются как дхармакая.

Окончательное и непогрешимое Прибежище в нерушимом естественном состоянии основывается на исконной мудрости, заложенной в Прибежище. Сущность этой мудрости – пустота, её естественное выражение – ясность; её сострадание – всеобъемлюще¹⁰¹. В этом случае принять Прибежище означает с полной верой постигнуть в своём собственном сознании великую нераздельность этих трёх аспектов исконной мудрости.

Рассмотрев различные виды принятия Прибежища, перейдём теперь к самой практике принятия Прибежища.

Прежде всего, представьте себе поле собрания заслуг, в присутствии которого вы будете принимать Прибежище. Воспринимайте то место, где вы находитесь, как поразительно красивое и манящее к себе поле Будды, сложенное из всевозможных драгоценных материалов. Основание поля гладкое, как поверхность зеркала: вы не найдёте там ни долин, ни холмов, ни каких бы то ни было неровностей.

В центре, перед вами, растёт древо исполнения желаний, с отходящими от ствола пятью огромными ветвями. Его идеальной формы листья, цветы и фрукты простираются

так далеко во все стороны света, что заполняют весь небосклон. Каждая из его ветвей и веточек увешана драгоценными украшениями и колокольчиками. На центральной ветви располагается трон из драгоценных камней, поддерживаемый восемью огромными львами.

На троне, на разноцветном лотосе¹⁰² и дисках солнца и луны восседает ваш славный коренной учитель – несравненное средоточие сострадания, вобравший в себя всех Будд прошлого, настоящего и будущего. Он предстаёт в облике великого Ваджрадхары из Уддияны. У него белая, с лёгким розовым оттенком кожа, одно лицо, две руки и две ноги¹⁰³. Он сидит в царской позе. В правой руке, в жесте угрозы, он сжимает пятиконечную ваджру; в левой руке, покоящейся в жесте медитации, он держит капалу, внутри которой находится сосуд, наполненный нектаром мудрости бессмертия. Верхняя часть сосуда украшена деревом, исполняющим желания. Ваджрадхара облачён в парчовую мантию, монашеские одежды, синюю туннику с длинными рукавами и увенчан лotosовым головным убором. Он слит в соитии со своей спутницей, дакини Еше Цогьял, которая держит в руках резак и капалу

Представьте себе Ваджрадхару сидящим в пространстве перед вами лицом к вам. Над ним восседают один над другим все учителя традиции. Учители общей линии передачи тантр бесчисленны; однако здесь мы представляем себе в подробностях лишь главных учителей традиции Сокровенной сущности Великого Совершенства.

Это: Самантабхадра, дхармакая; Ваджрасаттва, самбхогакая; Гараб Дордже, нирманакая; наставник Манджушримитра, гуру Шри Симха, учёный Джнянасутра, великий пандита Вималамитра, Падмасамбхава из Уддияны и трое его самых близких учеников: правитель, подданный и спутница – дхармический правитель Трисонг Децен, великий переводчик Вайрочана и дакини Еше Цогьял; затем – всеведущий Лонгчен Рабджампа и видьядхара Джигме Лингпа.

Следует представлять себе каждого из них с присущими им атрибутами и в их обычных украшениях, сидящими один над другим, но не соприкасаясь друг с другом. Все они окружены несметным множеством йидамов из четырёх разделов Тантры, а также даками и дакини.

На передней ветви – Будда Шакьямуни, Победитель, окружённый тысячью и двумя совершенными Буддами этой Благой кальпы, а также другими Буддами прошлого, настоящего и будущего всех десяти направлений. Все они предстают в высшем обличий нирманакаи, облачены в монашеские одежды и имеют тридцать два больших признака Будды – выступ на темени, знаки в форме колёс на ступнях и т. д. – и восемьдесят меньших признаков. Они сидят в «позе ваджры». Некоторые из них белого цвета, другие

– жёлтого, красного, зелёного или синего цвета. Их тела излучают необозримые потоки света.

Представьте себе на правой ветви восемь великих ближайших сыновей, возглавляемых бодхисаттвами-защитниками трёх семейств Манджушри, Ваджрапани и Авалокитешварой, окружённых всей благородной Сангхой бодхисаттв. Некоторые из них белого цвета, другие – жёлтого, красного, зелёного или синего цвета. На каждом из них тринадцать украшений самбхогакаи, и все они стоят, поставив ноги вместе. На левой ветви представьте себе двух главных шравак, Шарипутру и Маудгальяну в окружении благородной Сангхи шравак и пратьекабудд. Все они белого цвета и на каждом три монашеских одеяния. Они стоят, держа в руках посохи и чаши для подаяния¹⁰⁴.

На задней ветви представьте себе Драгоценность Дхармы в виде огромного множества книг. Их венчают излучающие свет шесть миллионов четыреста тысяч тантр Великого Совершенства, которые все повернуты к вам названиями*. Эти книги ясно и отчётливо видны, и они звенят спонтанной мелодией гласных и согласных.

* Это длинные тибетские книги из переплетённых листов, обернутые в ткань и с этикетками из ткани, прикреплёнными на левом торце.

Между ветвями расположились славные защитники Дхармы – как те, кто воплощает в себе мудрость Будд; так и те, кто действует в силу прошлой кармы. Защитники в мужском облике обращены лицами наружу; их задача – предотвращать препятствия, приходящие извне, защищая нас тем самым от помех и обстоятельств, неблагоприятных для практики Дхармы и продвижения по пути к Прозрению. Защитники в женском облике обращены лицами внутрь; их деятельность заключается в том, чтобы хранить в целостности достигнутое.

Думайте об этих божествах в собрании Прибежища, отмеченных безграничным знанием, любовью и силой, как о единственных направляющих вас поводьях.

Представьте справа от себя своего отца в этой жизни, а слева – мать. Прямо перед вами – бесчисленное множество существ из всех шести сфер существования в трёх мирах, заполняющее всю поверхность земли. И в первом ряду этого множества расположились все ваши противники, которые вас ненавидят или чинят вам злокозненные препятствия. Все эти существа (а также и вы) стоят, молитвенно сложив руки.

Выражая почитание телом, делайте все вместе простирания. Выражая почитание речью, читайте молитву Прибежища. Выражая почитание сознанием, сосредоточьтесь на следующей мысли:

«О, учитель и бесценные Три Драгоценности! Что бы со мной ни приключилось, радостное или мучительное, приятное или горестное, благое или неблагое, какие бы болезни или страдания ни выпали на мою долю, вы – мне единственное Прибежище. Вы – моя единственная защита, единственное руководство, единственная опора, единственное укрытие. Отныне и впредь, пока я не постигну сущность Пробуждения¹⁰⁵, я незыблемо верю лишь в вас и на вас возлагаю всю надежду. Я не стану просить совета у отца или у матери; не стану искать решений по своему разумению, но буду лишь в вас, о, мой учитель и бесценные Три Драгоценности, искать свою единственную опору. Вам приношу подношения, вам лишь себя вверяю. Вы – мне единственное Прибежище, единственная надежда».

С горячим чувством читайте следующий текст:

В Сугатах трёх корней, подлинных Трёх Драгоценностях,¹⁰⁶
В бодхичитте – этой природе каналов, энергий и капель,
И в мандале сущностной природы, естественного выражения и сострадания,
Я принимаю Прибежище до полного Пробуждения¹⁰⁷.

Читайте эту молитву Прибежища как можно большее число раз во время каждой практики. До тех пор, пока не прочитаете этот текст, по крайней мере, сто тысяч раз, непременно читайте его во время всех практик¹⁰⁸ и сделайте его своим постоянным и главным упражнением. Вы, возможно, удивляетесь тому, что в процедуре принятия Прибежища вашим врагам и тем, кто наносит вам ущерб, отдаётся предпочтение перед вашими родителями, ибо вы представляете их себе в первом ряду собрания существ, в то время как ваши родители находятся рядом с вами в заднем ряду. Причина здесь в том, что, приняв Великую колесницу, мы должны испытывать равную любовь и порождённое бодхичиттой сострадание ко всему бесконечному множеству существ. Точнее говоря, единственный способ накопить достаточное количество заслуг, не растеряв те, которые мы накопили ранее, – это сделать терпение своей главной практикой. Как говорится:

Как тренировать терпение, если никто нас не сердит?

Вред, причиняемый вам врагами и злоумышленниками, – вот что даёт вам возможность выработать в себе терпение. Присмотревшись к этому пристальнее, вы поймёте, что, с точки зрения Дхармы, враги и те, кто чинит вам препятствия, проявляют к вам гораздо большую доброту, чем ваши собственные родители.

Ваши родители, которые учат вас всем уловкам и обманным путям, необходимым, чтобы преуспевать в этом мире, могут тем самым помешать вам вырваться в будущих жизнях из глубины низших сфер. Так что их доброта не столь велика, как это может показаться. С другой стороны, ваши враги и чинители бед в высшей степени добры к вам. Ибо именно те беды, которые они насылают на вас, являются для вас поводом к тому, чтобы практиковать терпение. И помимо этого – хотите вы того или нет – они лишают вас богатств, владений и всего другого, что приковывает вас к сансаре и является источником всех страданий.

Негативные силы и те, кто создаёт препятствия, приносят нам болезни и страдания, чем помогают выработать терпение и очиститься от многих прошлых неблагих действий. Более того, именно враги и препятствия приводят вас к Дхарме, как это и произошло с Почтенным Милой, у которого его дядя и тётя украли всё богатство и владения; или с монахиней Пэлмо, на которую демонический нага наслал проказу, вследствие чего она посвятила себя практике учения Авалокитешвары и достигла высочайшего Просветления.

Всеведущий Лонгченпа, Владыка Дхармы, говорит:

Когда под гнётом бед страдаешь, тогда ты Дхарму открываешь,
Находишь путь к Освобождению. Благодарю зачинцев бед!
Когда в страданиях унываешь, тогда ты Дхарму открываешь,
Надёжное находишь счастье. Страдание благодарю!
Коль духов вред одолевашь, тогда ты Дхарму открываешь,
Найдя бесстрашие. Злых духов и демонов благодарю!
Когда вражду других вкушаешь, тогда ты Дхарму открываешь,
Находишь благо лишь и счастье. Благодарение врагам!
Когда от бедствий пропадаешь, тогда ты Дхарму открываешь,
Путь истинный тогда находишь. Что ж, бедствия благодарю!
Во вражьем заговоре пусть увязаешь, тогда ты Дхарму открываешь,
Взамен находишь смысл жизни. Злочинщиков благодарю!
Всем, кто помог, будь благодарен и им заслуги посвяти.

Ваши враги не только проявляют к вам доброту в этой жизни, они также были вашими родителями в предыдущих жизнях. Поэтому им отводится такое существенное место. Когда подходит время заканчивать период медитации, представьте себе, что ваша горячая вера исторгает из собрания Прибежища бесчисленные потоки света. Эти лучи прикасаются к вам и всем существам, и, словно стайка птиц, вспугнутых брошенные

камнем и срывающихся с лёгким шуршанием крыльев с места, вы все устремляетесь к собранию Прибежища и в нём растворяетесь. Затем постепенно, начиная с краев собрания, божества растворяются в свете и поглощаются в его центре в учителя, воплощающем три Прибежища. Также и все учителя традиции, располагавшиеся один выше другого над головой учителя, растворяются в нём. А затем и сам учитель растворяется в свете и исчезает. Пребывайте как можно дольше без каких-либо мыслительных движений в этом первозданном состоянии дхармакаи, свободном от всяких мыслей. Когда выходите из этого состояния, посвятите заслуги благу всех бесчисленных существ в следующих выражениях:

Пусть силою скопленных заслуг
Три Драгоценности постигнуть я смогу
И пусть существ я всех до одного
Тогда же в это состоянье возведу.

Всегда, при любых обстоятельствах, держите в памяти божественные образы собрания Прибежища. При ходьбе представляйте их в пространстве над своим правым плечом и воображайте, что ходите посолонь вокруг них. Когда сидите, представляйте их над своей головой как опору своих молитв. Когда едите, представляйте их у себя в горле и мысленно отдавайте им первый кусок еды и первый глоток питья. Когда спите, представляйте их в своём сердечном центре. Эта практика важна, чтобы растворить свои заблуждения в ясном свете.

Что бы вы ни делали, храните в сознании ясный образ собрания Прибежища. Полностью верьте себя Трём Драгоценностям и искренне выполняйте ритуал принятия Прибежища.

III. Заповеди при принятии Прибежища и проистекающие из этого блага.

1. Заповеди при принятии Прибежища.

Заповеди включают три вещи, которых следует избегать, и три вещи, которые следует выполнять.

1.1. Три вещи, которых следует избегать.

Сказано: «Приняв Прибежище в Будде, не почитай тех божеств, что пребывают в сансаре».

Иными словами, так как боги тиртхик, такие как Ишвара или Вишну, а также местные боги – хозяева земли и другие наделённые властью боги и духи сами не свободны от страданий в сансаре, вы не должны принимать их как Прибежище для себя на будущие жизни, делать им подношения или prostираться перед ними.

«Приняв Прибежище в Дхарме, не причиняй вреда другим существам».

Не наносите другим, даже в мыслях, какого бы то ни было ущерба и всеми доступными средствами стремитесь их защищать.

«Приняв Прибежище в Сангхе, не связывайся с иноверцами».

Не входите в связи с теми, кто, как иноверцы-тиртхики, не верят ни в Учение Победителей, ни в достигшего полного Просветления Будду, проповедовавшего это Учение. В Тибете нет истинных тиртхик, но избегайте иметь дело со всяким, кто ведёт себя, как тиртхика, кто, к примеру, оскорбляет и критикует вашего учителя и Дхарму или кто чернит глубокое учение Тайной мантраяны.

1.2. Три вещи, которые следует выполнять.

«Приняв Прибежище в Будде, уважайте и почитайте даже обломок скульптуры Будды».

Поднесите его к голове и перенесите в достойное место*. Относитесь к этому обломку как к истинной Драгоценности Будды и считайте его чистым.

* Поднести что-либо к голове – это знак почитания.

«Приняв Прибежище в Дхарме, почитайте даже обрывок бумаги с единственным слогом из Учения Будды».

Поднесите этот обрывок бумаги к голове и считайте его истинной Драгоценностью Дхармы.

«Приняв Прибежище в Сангхе, почитайте все её символы как истинную Драгоценную Сангху – даже обрывок ткани красного, жёлтого цвета».

Относитесь к этому куску ткани уважительно и воспринимайте его как чистый; поднимите его над головой и поместите в достойном месте.

1.3. Три дополнительные заповеди.

Считайте своего учителя – духовного друга, который вас обучает здесь и сейчас, что делать и чего избегать – истинной Драгоценностью Будды. Избегайте наступать даже на его тень. Стремитесь выказывать ему уважение и почтение. Считайте каждое слово своего высокого учителя подлинной Драгоценностью Дхармы. Принимайте всё, что он говорит, безоговорочно. Считайте его окружение, учеников и духовных спутников, поведение которых безупречно чисто, истинной Драгоценностью Сангхи. Выказывайте им уважение в плане тела, речи и сознания и ни при каких обстоятельствах, даже на мгновение, не нарушайте их покоя.

В колеснице Тайной мантраяны, в частности, учитель является главным Прибежищем: его тело – Сангха, его речь – Дхарма, его сознание – Будда. Признавайте его средоточием всех основных характеристик Трёх Драгоценностей и воспринимайте все его действия как совершенные и безукоризненные. Следуйте ему с абсолютным доверием и стремитесь беспрестанно его восхвалять. Помните, что не угодить ему чем-либо, что вы делаете, говорите или думаете, равносильно полному отказу от Прибежища; а потому со всей настойчивостью стремитесь действовать так, чтобы учитель был всегда и полностью вами доволен.

Что бы с вами ни случилось – хорошее или плохое, приятное или горестное, болезнь или страдание, – всегда доверяйте своему драгоценному учителю. Воспринимайте всё благоприятное как выражение сострадания Трёх Драгоценностей. Говорят, что в этом мире всё хорошее и приятное, даже ветерок в жаркий день, проистекает из сострадания и благословений Будды. Точно так же малейшая положительная мысль, возникающая в вашем сознании, является свидетельством непостижимой силы его благословений.

В Пути бодхисаттвы Шантидева говорит:

Лишь на миг во мраке ночи молния из туч сверкает.

Так же редко в этом мире, да и то лишь силой Будды,

Мысль благая возникает.

Итак, усматривайте сострадание Будды во всём, что вам помогает и делает вас счастливыми.

Когда к вам приходит болезнь или страдание, когда злые силы и враги чинят вам препятствия или же на вас обрушиваются другие беды, молитесь Трём Драгоценностям и не доверяйте никаким иным способам разрешения этих проблем. Если вы должны пройти медицинское лечение или прибегнуть к ритуалу исцеления, поступайте соответственно, но усматривайте в этом активность Трёх Драгоценностей. Учитесь вере и чистому восприятию, признавая всё, что нам является, проявлением Трёх Драгоценностей.

Когда вы идёте куда-нибудь – на работу или по другим делам, выкажите почтение Будде, Дхарме и Сангхе этого направления. Сделайте молитву принятия Прибежища вашей ежедневной и постоянной практикой, используя для этой цели либо цитированную выше молитву из Сокровенной сущности, либо следующую ниже общую для всех колесниц молитву, известную как четверичное Прибежище:

Я принимаю Прибежище в Учителе,
Я принимаю Прибежище в Будде,
Я принимаю Прибежище в Дхарме,
Я принимаю Прибежище в Сангхе.

Порекомендуйте другим принять Прибежище и поощряйте их проводить эту практику. Вверьте себя и других – на эту и на все последующие жизни – Трём Драгоценностям и прилежно практикуйте принятие Прибежища.

Перед сном представьте в своём сердце собрание поля заслуг, как это было описано выше, и во сне сохраняйте в своём сознании это изображение. Если вы не в состоянии это сделать, представьте себе, что рядом с вашей подушкой находятся ваш учитель и Три Драгоценности, исполненные к вам любви и сострадания. Затем засыпайте, сохраняя веру и чистое восприятие, не отрываясь в мыслях от Трёх Драгоценностей. Когда едите или пьёте, представляйте себе Три Драгоценности у себя в горле и предлагайте им отведать всё, что вы едите и пьёте. Если вы не можете этого сделать, предложите им первую порцию еды или первый глоток, думая при этом: «Я подношу это Трём Драгоценностям». Если у вас есть новая одежда, то, прежде чем надеть её в первый раз, поднимите её и мысленно поднесите Трём Драгоценностям. Носите её с мыслью, что вы получили это от Трёх Драгоценностей. С преданностью предлагайте мысленно в дар Трём Драгоценностям всё, что вы увидели, и всё, что вам показалось привлекательным или желательным: сады с красивыми цветами, ручьи с кристально-чистой водой, великолепные дома,

восхитительные леса, огромные богатства и владения, привлекательных мужчин и женщин в красивых одеждах...

Когда набираете воду, разбрызгайте несколько капель в воздухе и скажите: «Я подношу эту воду Трём Драгоценностям», – и только потом переливайте её в свой сосуд. Все благоприятные и желательные обстоятельства в жизни, такие как благополучие, счастье, слава, доходы и т. п., исходят из сострадания Трёх Драгоценностей. Думайте с чувством преданности, сохраняя чистое восприятие: «Я отдаю это Трём Драгоценностям». Отдавайте им все ваши источники накопления заслуг: простирания, подношения, медитацию о божествах, чтение мантр и тому подобное и посвящайте это всем существам. Как можно чаще делайте подношения Трём Драгоценностям: в полнолуние и в новолуние, положенные шесть раз за сутки* и т. п.

* dus drug: шесть раз – три раза днём и три раза ночью.

Всегда соблюдайте особые даты, посвящённые Трём Драгоценностям. Что бы ни случилось – хорошее или плохое, – никогда не забывайте принимать Прибежище в Трёх Драгоценностях. Тренируйтесь в этом, пока не достигнете такого уровня, когда, даже будучи в ужасе от ночного кошмара, вы не забудете принять Прибежище, ибо это будет означать, что вы не забудете сделать то же самое в промежуточном существовании (бардо). Одним словом, полностью доверьтесь Трём Драгоценностям и никогда не отказывайтесь от них, даже ради спасения собственной жизни.

Как-то в Индии тиртхики захватили одного буддиста в миру и заявили ему:

– Если ты откажешься от Прибежища в Трёх Драгоценностях, мы тебя не убьём. А иначе тебе не жить!

Он ответил:

– Я могу отказаться произносить слова Прибежища, но я не могу вытравить их из моего сердца.

Тогда они убили его.

Мы должны, поистине, быть такими, как тот мирянин. Ибо, сколь бы глубокой ни была наша практика, но, коль скоро мы не принимаем Прибежище в Трёх Драгоценностях, мы не являемся членами буддийской общины.

Как говорится: «Принятие Прибежища различает буддистов и не-буддистов».

Существует много тиртхик, которые избегают пагубных действий, медитируют о божествах, упражняются с каналами и энергиями и обретают ординарные духовные достижения. Однако, поскольку они не признают Прибежища в Трёх Драгоценностях, они не стоят на пути Освобождения и не могут спастись от сансары.

Среди всего множества сутр и тантр не было ни одной, которой бы Джово Атиша не читал и не знал. Тем не менее, он считал, что на первых порах наиболее важным среди всех этих наставлений является принятие Прибежища; и это было то единственное, чему он обучал всех своих учеников, отчего его даже прозвали «пандитой Прибежища». Так что с того момента, как вы вступаете на путь Освобождения и становитесь буддистом, практикуйте принятие Прибежища вместе с соответствующими предписаниями и никогда не отступайте от них, даже ради спасения собственной жизни.

Как говорится в сутре:

Кто принимает Прибежище в Будде,
Тот истинный практик в миру,
И ни в каком божестве уже больше
Прибежища он не должен искать.
Кто принимает Прибежище в Дхарме святой,
Тот не должен о зле помышлять.
Кто принимает Прибежище в Сангхе высокой,
Тот с иноверцами в связи не должен вступать.

В наши дни некоторые люди объявляют себя последователями Трёх Драгоценностей, но не имеют ни малейшего уважения к предметам, их представляющим. Они считают живописные изображения и скульптуры Будды, а также книги, содержащие его наставления, обыкновенными предметами, которые можно продавать и отдавать в заклад. Это называется «жить, используя Три Драгоценности для наживы», а это очень грубая ошибка.

Говорить об уродстве изображения или скульптуры Будды или критиковать их по какой-либо другой причине – если только вы не оцениваете их размеры и пропорции с целью их реставрации – также является грубой ошибкой, и этого следует избегать.

Класть книги, содержащие священные писания, прямо на пол, наступать на них, слюнявить пальцы, переворачивая страницы, и другие неуважительные действия по отношению к ним – ещё одна серьёзная ошибка, и этого также следует избегать. Сам Будда говорил:

Когда пятьсот лет истекут,
Я буду представлен лишь в форме писаний.
Считайте их равноценными мне,

Должным образом их почитайте.

Обычно говорят: «Не ставь изображения поверх писаний».

Из трёх представлений Будды – тела, речи и сознания – именно представление речи Будды учит нас, что делать и чего избегать, а также скрепляет преемственность Учения, и, стало быть, писания равноценны самому Будде и оттого особенно священны.

Далее, большинство людей не подозревают, что ваджра и колокол представляют Три Драгоценности, и относятся к ним как к заурядным предметам. Ваджра символизирует сознание Будды, пять мудростей. На колокольчике изображено лицо, которое, в соответствии с внешними тантрами, представляет Вайрочану, а в соответствии с высшими тантрами, изображает Ваджрадхатвишвари. Иначе говоря, колокольчик связан с представлением о теле Будды. Буквы, выгравированные на колокольчике, символизируют речь Будды, звучание Дхармы. Таким образом, в целом, ваджра и колокольчик полностью представляют тело, речь и сознание Будды. Точнее говоря, эти два предмета содержат в себе все мандалы Ваджраяны, и считаются в высшей степени важными объектами заветов. Не относиться к ним с уважением – это огромная ошибка. Мы должны всегда обращаться с ними почтительно.

2. Блага, проистекающие из принятия Прибежища.

Принятие Прибежища в Трёх Драгоценностях – это основа всех дхармических практик. Принять Прибежище – значит посеять в своём сознании зерно Освобождения; отдалиться от всех неблагих действий, скопленных в прошлом; и с каждым днём всё более увеличивать число благих поступков. Принятие Прибежища – это опора всех обетов, источник всех благих качеств. В конечном итоге это ведёт вас к состоянию Будды.

А в настоящее время оно гарантирует вам покровительство благодетельных божеств и исполнение всего, о чём вы мечтаете; отныне вы никогда не будете расставаться с мыслью о Трёх Драгоценностях; будете помнить о них во всех своих воплощениях; и будет наслаждаться счастьем и благополучием в нынешней жизни и в будущих.

В конечном счёте вы обретёте состояние Будды... Обычно говорят, что блага, проистекающие из принятия Прибежища, неисчислимы. В Семидесяти строфах о Прибежище говорится:

Каждый может принять обеты,
Кроме тех, кто не принял Прибежища.

Принятие Прибежища является непреложной основой всех обетов пратимокши, обетов практикующего мирянина, обетов послушника, монаха и т. п. Полное и искреннее принятие Прибежища является неукоснительным требованием для порождения бодхичитты и для получения посвящений к чтению тайных мантр Ваджраяны, а также к выполнению любой другой дхармической практики.

Не приняв предварительно Прибежища, невозможно даже начать однодневный ритуал очищения или исправления совершённых ошибок*.

* gso sbyong: ритуал очищения и исправления ошибок в случае несоблюдения личных обетов.

Итак, принятие Прибежища является опорой для всех обетов и для обретения всех благих качеств. Даже просто услышать слово «Будда» или создать хоть какую-то незначительную связь с любым представлением тела, речи или сознания Будды – значит посеять семя Освобождения, и это приведёт в конечном счёте к уходу за пределы страдания. Что же тогда говорить о принятии Прибежища с искренней верой в высокие качества Трёх Драгоценностей!

В Винае рассказывается история о том, как собака, гоняясь за свиньёй, бегала вокруг ступы и как это обхождение ступы заложило в обоих животных семя Освобождения.

В другой истории три человека двигались к обретению буддовости лишь благодаря простой глиняной ца-ца. Однажды человек увидел на земле близ дороги маленькую глиняную ца-ца. «Если я её тут оставлю, – подумал он, – дождь скоро её размочит. Надо что-то с ней сделать». И он прикрыл статуэтку ца-ца старой кожаной подошвой, которую там нашёл.

А потом в том же месте проходил другой человек. «Нехорошо, что старая подошва от башмака лежит на ца-ца», – подумал он и скинул подошву.

В результате своих добрых намерений оба человека – и тот, который прикрыл форму подошвой, и другой, который снял подошву, унаследовали царство в одной из своих будущих жизней.

И тот, кто с чистым помыслом накрыл
Голову Будды старою подошвой,

И тот, кто старую подошву снял опять,
Как сказано, правителями стали оба.

Итак, три человека: сначала тот, кто вылепил ца-ца; затем тот, кто прикрыл её подошвой от башмака; и, наконец, тот, кто снял подошву, – все они обрели счастье в высших сферах; в качестве временного вознаграждения они унаследовали царства и всё остальное; а к тому же они стали продвигаться по пути к состоянию Будды, ибо в них пустили корни первые ростки полного Освобождения.

Принятие Прибежища избавляет нас от всех негативных действий. Если с искренней и усердной верой принять Прибежище в Трёх Драгоценностях, это уменьшает или даже зачёркивает ту негативную карму, которую вы накопили в прошлом. Благодаря сострадательным благословениям Трёх Драгоценностей впредь с этого момента ваши мысли станут добродетельными, и вы не будете больше совершать пагубные действия.

Примером тому является правитель Аджаташатру, который убил своего отца, но потом обратился к Прибежищу Трёх Драгоценностей. Он страдал от мучений в адских сферах только одну неделю, а потом был освобождён.

Девадатта, который совершил три преступления с немедленным воздаянием, попал в адское пламя ещё при жизни. Но потом он поверил в Учение Будды и выкрикнул: «Из самых сокровенных глубин моего существа исходит потребность принять Прибежище Будды». Будда объяснил, что благодаря этим словам Девадатта станет пратьекабуддой по имени Решительный¹⁰⁹.

Итак, благодаря доброте вашего учителя и духовного друга вам в настоящее время открылась подлинная Дхарма, и у вас уже родилось некоторое устремление к тому, чтобы делать благое и избегать неблагих поступков. Если к тому же вы теперь сделаете усилие и примете Прибежище в Трёх Драгоценностях, ваше сознание будет овеяно благословением, и у вас будут непрерывно развиваться все те позитивные качества, которые являются приметами пути, такие как вера, чистое восприятие, отрешение от сансары, решимость достичь Освобождения, вера в закон причины и следствия и тому подобное.

С другой стороны, сколь бы сильными ни были сейчас ваше отрешение от сансары и ваша решимость достигнуть Освобождения, но, если вы не потрудитесь принять Прибежище в Трёх Драгоценностях и не будете им молиться, то, поскольку ваши восприятия искажены омрачениями, сознание полно сомнений и мысли так быстро обманывают, даже ваши позитивные действия могут легко обратиться в нечто негативное.

Поэтому очень важно знать, что лучшим способом пресечь поток негативных действий является принятие Прибежища.

Теперь рассмотрим другой важный вопрос. Как говорится:

Демоны особо ненавидят тех, кто в практике своей упорен.

И также:

Чем глубже практика, тем демоны опасней.

Мы живём в смутное время, так что и те, кто медитирует о глубоких идеях и чьи действия имеют значительную позитивную силу, могут легко подпасть под влияние соблазнов повседневной жизни.

Их тянут назад семьи и друзья. Они страдают от неблагоприятных обстоятельств, таких как болезни и вмешательство негативных сил. Их сознание переполнено сомнениями и мыслями. Под различными личинами вторгаются препятствия к занятию Дхармой и перечёркивают все их заслуги. Однако, если они вопреки всему и с полной искренностью примут Прибежище в Трёх Драгоценностях, тогда то, что выступает как помеха для их упражнений в Дхарме, станет противоядием против этих опасностей и обратится в благоприятные обстоятельства, вследствие чего их заслуги будут непрерывно расти.

В наши дни главы семейств – чтобы защитить себя и домашний скот от болезней в следующем году – приглашают лам или их учеников, не получивших ни посвящения, ни необходимой передачи Учения, ни начитавших мантру, сколько положено¹¹⁰, и просят их построить мандалу того или иного грозного божества¹¹¹. Приглашённые, не прошедшие стадий порождения и завершения, выкатывают глаза, словно блюдца, и, распалив в себе безграничную ярость, выплёскивают её на вылепленную из теста фигурку*.

* Правильным пониманием будет воспринимать эти фигурки как символ ложного представления о реально существующем эго («я»). Здесь, в противоположность изначальному назначению, священный ритуал используется внешне.

Обыкновенно они делают лишь «красные подношения» из мяса с кровью, и их выкрики: «Хватайте их! Убейте их! Ну, погодите! Побейте их!» – вызывают у каждого, кто их слышит, чувства жестокой агрессии.

Внимательно приглядевшись к таким церемониям, мы убедимся, что они соответствуют тому, что о них говорит Почтенный Мила:

Призывать божеств мудрости, чтобы мирских существ защищать, –
То же, что с трона согнать короля, чтобы он пол подметал.

А Падампа Сангье говорит так:

Строят в селенье, в овечьем загоне,
Мандалу тайных мантр
И заявляют, что это защита!

Подобного рода ритуалы искажают Тайную мантраяну, уподобляя её практике бонпо¹¹².

Те, кто выполняет ритуалы «освобождения»*, должны пребывать за пределами всяких эгоистических устремлений.

* То есть освобождение сознания от тела и переправление его в чистые земли.

Только таким людям, действующим во имя всеобщего блага существ и в интересах Учения, дозволено «освобождать» врагов и вершителей десяти вредоносных действий. Но ритуал, проводимый с позиции обычного гнева¹¹³ и личных, своих или чужих, интересов, не имеет власти «освобождать» существ, а тот, кто его совершает, переродится вследствие этого в адских сферах.

Совершающие «красные подношения» из мяса с кровью, но не прошедшие предварительно этапов порождения и завершения и не хранящие заветов, не смогут вступить в контакт ни с божествами мудрости, ни с защитниками Дхармы. Вместо этого соберутся всевозможные злобные боги и демоны, чтобы насладиться приношениями и тормами.

Может показаться, что подобные ритуалы приносят некоторое сиюминутное благо. Однако в конечном счёте они повлекут за собой лишь всякого рода нежелательные последствия. Вместо этого доверьтесь Трёх Драгоценностям. Обратитесь к монахам и ламам, которые очистили и умиротворили своё сознание, и просите их повторить сто тысяч раз текст принятия Прибежища. Тогда вы получите наилучшую защиту, ибо вы будете под покровительством Трёх Драгоценностей. В этой жизни с вами не будет происходить ничего нежелательного, и все ваши желания будут исполняться сами собой.

Благожелательные божества будут вас защищать, а злые силы, демоны и чинители препятствий не смогут даже приблизиться к вам.

Как-то один человек поймал вора и побил его палкой, повторяя с каждым ударом фразу из молитвы Прибежища: «Я принимаю Прибежище в Будде (бах!); я принимаю Прибежище в Дхарме (бах!...) и т.д. Вдолбив таким образом эти слова в сознание вора, он его отпустил.

Вор провёл ночь под мостом, и в его сознание отчётливо впечатались слова Прибежища вместе со страшными побоями. Пока он там лежал, над мостом появилось скопище демонов. «Тут кто-то принял Прибежище в Трёх Драгоценностях», – закричали они и с воплями бросились наутёк.

Нет лучшего способа устранить беды и тяготы этой жизни, чем всем сердцем принять Прибежище в Трёх Драгоценностях. Тогда в будущих жизнях придут Освобождение и Всеведение. Блага от принятия Прибежища поистине необозримы. В «Сутре о незапятнанности» говорится:

Если бы заслуга от принятия Прибежища
Могла иметь форму,
Тогда всего пространства не хватило б,
Чтобы полностью её вместить.

А в «Собрании стихов о запредельной мудрости» сказано:

Если стали бы вещественны заслуги
Обращения к Прибежищу, – они
Не вместились бы в три сферы мироздания:
Не измерить их, – как океан великий
Невозможно вычерпать рукой.

В добавление к этому в Сутре сердца солнца также говорится:

Того, кто к Будде как к Прибежищу пришёл,
И миллионы демонов убить не смогут.
И даже если он обеты преступил
Иль есть помехи у него в сознание,

Он выйдет всё же из перерождений.

Поэтому искренне, со всем рвением, устремитесь к Прибежищу, основе всех практик Дхармы, ибо проистекающие из этого блага неизмеримы.

Я принял тройное Прибежище, но истинной веры у меня мало;

Я выполняю троичную практику, но обеты свои нарушаю.

Благослови меня и других столь же слабых духом,

Чтобы наша вера стала твёрдой и непоколебимой.



Шантидева (VII-VIII века).

Автор «Пути бодхисаттвы» – великого классического сочинения индийской Махаяны.

Глава вторая.

ПОРОЖДЕНИЕ БОДХИЧИТТЫ – ОСНОВА ВЕЛИКОЙ КОЛЕСНИЦЫ.

Обладая великой мудростью, ты постиг нирвану,

Обладая великим состраданием, ты открыт миру сансары,

Обладая искусными средствами, ты постиг нераздельность сансары и нирваны.

О, несравненный учитель, я склоняюсь к твоим стопам!

В этой главе три раздела: упражнение сознания в четырёх безмерных качествах; порождение бодхичитты; упражнение в заповедях вдохновенной бодхичитты и деятельной бодхичитты.

I. Упражнение сознания в четырёх безмерных качествах.

Четыре безмерных качества – это любовь, сострадание, сорадование и беспристрастие. Обычно прежде всего упоминается любовь. Но, когда мы тренируем сознание в этих четырёх качествах, одно за другим, целесообразно начинать с тренировки беспристрастия. В противном случае, вся та любовь, сострадание и сорадование, которые мы порождаем, могут нести в себе черты предвзятости и таким образом будут загрязнены. Поэтому в данном случае мы начинаем с медитации о беспристрастии.

1. Медитация о беспристрастии.

Беспристрастие означает отказ от ненависти к врагам и привязанности к друзьям и развитие в себе равного, беспристрастного отношения ко всем существам без деления их на близких, к которым мы привязаны, и чужих, к которым мы испытываем недружелюбие.

Сейчас мы очень привязаны к родителям, родственникам и другим, кого мы считаем своими, и испытываем сильную неприязнь к нашим врагам и их сторонникам. Это заблуждение вызвано нашей недостаточной осведомлённостью. Те, кого мы сейчас считаем врагами, в прошлых жизнях были нашими близкими, любившими нас, сердечно заботившимися о нас и оказывавшими нам всевозможную поддержку и помощь. Напротив, многие из тех, кого мы сегодня считаем друзьями, были в прошлых жизнях нашими недругами, которые нам вредили. Как мы уже знаем по главе о преходящности, из слов проникновенного Катьяяны:

Ест плоть отца, камнями в мать швыряет,
Качает на руках врага, которого убил;
Жена же кости мужа гложет.
Насколько же смешон спектакль сансары!

Другой пример – история жизни принцессы Пемы Сэл, дочери дхармического правителя Трисонга Децена, умершей в семнадцатилетнем возрасте. Правитель отправился к Гуру Ринпоче, чтобы спросить его, как это могло случиться.

– Я думал, – сказал он Гуру Ринпоче, – что моей дочерью мог переродиться лишь тот, кто отличался в прошлом чистотой своих действий. Она родилась дочерью правителя Трисонга Децена, встречалась с тобой, с пандитами и переводчиками, которые могут сравниться с Буддами. Как же могло случиться, что её жизнь была такой короткой? – Принцесса родилась твоей дочерью, – отвечал наставник, – не потому, что она отличалась в прошлом чистыми действиями. Некогда я, Пема (сокр. от Падмасамбхава), ты, великий дхармический правитель, и великий бодхисаттва Настоятель родились тремя мальчиками из простых семей. И мы тогда строили великую ступу Джарунг Кхашор. Принцесса в ту пору родилась насекомым, которое укусило тебя в шею. Ты хотел отогнать это насекомое рукой, но случайно его раздавил. Так у тебя образовался кармический долг перед этим насекомым, которого ты лишил жизни. Вот потому-то насекомое переродилось твоей дочерью¹¹⁴.

Если даже дети дхармического повелителя Трисонга Децена, воплощённого Манджушри, могли рождаться только лишь в силу его кармического долга, что же тогда говорить о других существах?! Сейчас нас связывают тесные узы с нашими родителями и детьми. Мы питаем к ним безграничную любовь и возлагаем на них большие надежды. Когда они страдают или с ними случается что-либо нежелательное, мы страдаем больше, чем если бы сами испытывали нечто подобное. Это происходит исключительно

вследствие тех кармических долгов, которые мы скопили в прошлом, причиняя другим вред.

Среди всех тех, кто сегодня является нашими врагами, нет ни одного, кто не приходился бы нам в какой-либо из прошлых жизней отцом или матерью. И даже в настоящем, хотя мы и считаем их нашими врагами, это вовсе не значит, что они непременно наносят нам какой-либо ущерб. А некоторые, хотя мы и воспринимаем их как наших противников, вовсе не считают нас таковыми. Другие, быть может, кажутся врагами, но они не способны причинить нам какой бы то ни было вред. Есть также такие, которые, как может показаться сейчас, нам вредят; однако в конечном счёте то, как они проявляют себя по отношению к нам, вероятно, принесёт нам в этой жизни признание и расположение других или, быть может, обратит нас к Дхарме, что принесёт нам неисчислимые блага и счастье. И, наконец, последние в этой группе – это те, кто может легко стать нашими друзьями, если мы умело приспособимся к их индивидуальным особенностям и покорим их, мягко и неназойливо показав им непротиворечивость наших позиций.

Другую группу составляют все те, кого мы обычно считаем самыми близкими нам и дорогими, – например, наши дети. Но некоторые дети обманывают и даже убивают своих родителей. Бывает, что дети объединяются с людьми, враждебными их родителям, в своём стремлении порвать со своими родителями и присвоить себе их состояние. Когда же мы живём в гармонии со своими близкими, мы воспринимаем их проблемы и трудности острее, чем свои собственные. Чтобы помочь друзьям, детям и т. п., мы скапливаем бесчисленные неблагие действия, которые ввергнут нас в будущем в адские сферы.

Когда мы намерены практиковать подлинную Дхарму, наши близкие отвлекают нас. Будучи не в состоянии отрешиться от привязанности к родителям, детям и другим членам семьи, мы постоянно откладываем свои занятия Дхармой, но так и не находим для этого времени. Короче говоря, эти люди вредят нам даже больше, чем наши враги. Кроме того, нет никакой гарантии, что те, кого мы сегодня считаем нашими противниками, не окажутся в будущем нашими детьми или что наши нынешние друзья не переродятся в качестве наших врагов. Из-за того, что мы принимаем преходящие понятия «друг» и «враг» как истинно существующие, мы скапливаем неблагие действия, мотивированные привязанностью и ненавистью. Почему мы держимся за этот груз, который тащит нас в глубины низших сфер?

Примите решение считать всё бесконечное множество существ своими родителями и детьми; и, подобно высшим существам в прошлом, чьи биографии описаны в книгах, не делайте различия между друзьями и врагами.

Начните с тех, кого вы особенно не любите, ибо они вызывают у вас гнев и ненависть; и разными методами тренируйте своё сознание до тех пор, пока не будете больше чувствовать к ним гнева и ненависти. Думайте о них как о ком-то нейтральном, кто не приносит вам ни ущерба, ни блага.

Затем поразмышляйте о том, что бесчисленные существа, к которым вы относитесь нейтрально, были в той или иной жизни с безначальных времён вашим отцом или матерью. Медитируйте об этом, стараясь испытать к ним такую же любовь, какую вы чувствуете к вашим нынешним родителям. Продолжайте медитировать таким образом, пока не почувствуете ко всем существам – будь то ваши друзья, враги или люди вам безразличные – такое же сочувствие, как к своим родителям.

Однако, если просто думать, что все существа – как друзья так и враги – одинаковы, но не испытывать к ним ни сострадания, ни ненависти, либо других чувств, это будет проявление не безграничного беспристрастия, а беспристрастного безразличия, что не вредит, но и не приносит блага. Демонстрацией подлинного безграничного беспристрастия являются те пиршества, которые в старину устраивали великие мудрецы. В прошлые времена, когда великие мудрецы устраивали пир, они приглашали всех без разбора: важных и скромных, власть имущих и безвестных, благонаправных и злонамеренных, высоких духом и посредственных. Точно так же и ваше отношение ко всем существам, населяющим безграничное пространство, должно выражаться как беспредельное, охватывающее в равной степени всех сострадание. Тренируйте своё сознание, пока не достигнете такого состояния беспредельного беспристрастия.

2. Медитация о любви.

Только что описанная медитация о беспредельном беспристрастии поможет вам относиться ко всем существам в трёх мирах с равной и безграничной любовью. Любовь, которую вы чувствуете к ним, должна не уступать той любви, с какой родители заботятся о своих детях. Пренебрегая неблагодарностью детей и неизбежными трудностями для себя, они полностью посвящают своим чадам все свои помыслы, слова и дела, лишь бы они были здоровы, благополучны и счастливы. Точно так же, в этой жизни и в

последующих, всеми силами стремитесь делать, говорить и думать лишь то, что может способствовать благосостоянию и счастью всех существ.

Все эти существа стремятся к счастью и благополучию и делают всё, чтобы достичь этого. Ни один из них не желает страдать и быть несчастным. Однако, не ведая, что благие действия приносят счастье, они без устали совершают действия неблагие. Их действия находятся в полном противоречии с их глубинными устремлениями. Желая обрести счастье, они лишь порождают собственное страдание.

Неустанно медитируйте о том, как было бы замечательно, если бы все эти существа наслаждались благосостоянием и счастьем, о котором они мечтают. Медитируйте об этом до тех пор, пока не почувствуете, что желаете им счастья так же горячо, как себе самому.

В сутрах говорится о «любви в наших действиях», «любви в наших словах», «любви в наших мыслях». Стало быть, всё, что вы произносите губами и что делаете руками, должно быть честным, лицеприятным и не приносить никому вреда. Как говорится в Бодхичарья-аватаре:

Пусть, если просто на кого-то гляну,
Взгляд будет мой открыт и полон любви.

Даже когда просто смотрите на других, делайте это с улыбкой, показывая в своём взгляде дружелюбие, а не агрессивность или гнев. Среди множества других историй существует одна о могущественном правителе, который всегда смотрел на других гневно. Он переродился голодным духом, который питался тем, что подбирал в одном доме объедки под печкой. А после того, как он так же гневно посмотрел на просветлённое существо, он переродился в аду.

Всегда выказывайте миролюбие и приветливость и стремитесь никому не причинять вред, а, напротив, всем помогать.

Когда говорите, старайтесь никого не унижать, не критиковать и не быть лицемерным, но выказывайте искренность и доброе расположение. А когда кому-нибудь помогаете, не ожидайте мысленно, что получите за это какое-либо вознаграждение. Кроме того, ваше поведение и приветливые слова должны проистекать не из стремления доказать другим, что вы бодхисаттва, но лишь из искреннего желания помочь им и сделать их счастливыми. Постоянно молитесь о том, чтобы ни в одной из жизней вы никому не причинили никакого вреда, но всегда бы всем помогали.

Особенно важно не причинять страданий существам, которые зависят от вас, а именно: слугам или животным, будь то даже всего лишь жалкий сторожевой пёс, –

заставляя их чрезмерно много работать, избивая их и т. п. Переродиться в качестве слуги, сторожевой собаки и тому подобного и испытывать всеобщее презрение и ненависть – это созревшее следствие прошлых действий. Это тот кармический долг, который приходится платить, если в прошлом, обладая властью, вы проявляли к другим презрение и ненависть. Если сейчас, имея в руках власть и состояние, проявлять к другим презрение, то в будущем придётся платить этот долг, переродившись в роли слуги. Поэтому будьте особенно ласковы с теми, кто находится у вас в подчинении.

Делайте физически, словесно и в сознании всё, что в ваших силах, чтобы помочь своим родителям, особенно если они страдают от хронических болезней. Это принесёт вам неисчислимы блага.

Как говорит Джово Атиша:

Помогать тем, кто пришёл издалека;
Тем, кто долго болеет;
А также родителям в старости
Равносильно медитации о пустоте,
Сокровенная сущность которой – сострадание.

Наши родители проявляли к нам такую огромную любовь и доброту, что нарушить их покой в старом возрасте было бы в высшей степени неблагим действием. Сам Будда, чтобы отплатить своей матери за её доброту, отправился в небесную сферу Тридцати трёх, чтобы учить её Дхарме. Говорят, что, даже пронеси мы своих родителей на своих плечах вокруг света, мы и тогда не отплатили бы им в полной мере за их доброту. Однако мы можем отплатить за доброту, открыв им Учение Будды.

Итак, в делах, словах и мыслях всегда выражайте почтение своим родителям и пытайтесь найти способ заинтересовать их Дхармой.

Великий наставник из Уддияны говорил:

Не досаждайте старикам; заботьтесь о них и почитайте.

Будьте приветливы, когда что-либо делаете для тех, кто старше вас, или когда к ним обращаетесь. Проявляйте о них заботу и старайтесь по мере своих сил доставлять им радость.

Сейчас принято говорить, что действовать в сансаре, не причиняя другим вреда, невозможно. Но это неверно.

В давние времена в Хотане два послушника медитировали о мудром Манджушри. Однажды сам Манджушри предстал перед ними и сказал:

– У вас нет со мной никакой кармической связи. Божество, с которым вы связаны из прошлых жизней, это Авалокитешвара. Сейчас он в Тибете, он там правитель этой страны*. Вам надо пойти к нему.

* Этим правителем был Сонгцен Гампо, первый буддийский правитель в Тибете, который считается эманацией Авалокитешвары.

Когда молодые монахи прибыли в Тибет и вступили на землю Лхасы, им стало известно, что множество людей там были казнены или заточены в тюрьму. Они спросили, что происходит, и услышали в ответ, что вся эта расправа учинена по воле правителя. «Этот правитель, конечно же, не может быть Авалокитешварой», – решили они. И, опасаясь, как бы и их не казнили, решили спастись бегством. Правитель узнал, что они задумали бежать, и отправил гонца, чтобы тот привёл их к нему.

«Не бойтесь, – сказал им правитель. – Тибет – дикий край, его трудно покорить. Поэтому мне приходится создавать видимость, будто я бросаю людей в тюрьму, казню их, четвертую... На самом же деле, я не причиняю никому никакого вреда?»

Этот владыка правил во всём Тибете, Краю снегов, и правители всех четырёх сторон света признавали его авторитет. Он разбивал войска агрессоров и поддерживал мир в пограничных районах. Хотя ему приходилось повсеместно подавлять врагов и защищать своих подданных, он ни разу не нанёс ни одному существу ни малейшего вреда.

Как же тогда мы, кому приходится защищать лишь свою скудную собственность размером с осиное гнездо, не можем обойтись без того, чтобы навредить другим?

Нанося вред другим, мы вызываем ответный вред. Так создаются бесконечные страдания в этой жизни и в следующих. Ничего хорошего из этого не выходит даже в этой жизни. Никто не обогащается за счёт убийств, воровства и тому подобного. За это приходится в итоге расплачиваться, возвращая украденные деньги и попутно теряя всё своё имущество.

Пример беспредельной любви – то, как птица заботится о своих птенцах. Сначала она устраивает для них мягкое и удобное гнездо. Потом прячет их, чтобы согреть, под своими крыльями. Она обращается с ними с неизменной нежностью и заботится о них, пока они не научатся летать. Учитесь проявлять в своих делах, словах и мыслях такую же доброту ко всем существам в трёх мирах.



Атмуша (982-1054).

Великий индийский учёный из университета Викрамшила. Последние десять лет своей жизни преподавал в Тибете, неизменно подчёркивая основополагающую роль принятия Прибежища и тренировки сознания в духе любви и сострадания.

3. Медитация о сострадании.

Медитация о сострадании состоит в том, чтобы представить себе существ, терзаемых жесточайшими страданиями, и пожелать, чтобы они освободились от этих страданий. Как было сказано:

Думайте о ком-нибудь, кто ужасно страдает, например о заключённом, заточённом в темнице и ожидающем казни; или о животном, стоящем перед мясником, который намерен его убить. Почувствуйте такую же любовь к этому существу, как если бы речь шла о вашей собственной матери или о вашем ребёнке.

Итак, представьте себе заключённого, приговорённого к смерти, в ту минуту, когда его ведут на казнь; или же овцу, которую уже выловил и связал мясник. Когда думаете об этих страдающих существах, не представляйте себе кого-либо неизвестного, но представьте, что это происходит с вами. Спросите себя, что бы вы стали делать, оказавшись на их месте: «Что же мне делать? Бежать некуда. Спрятаться негде. Нет мне Прибежища, нет у меня защитника. Спасти невозможно. Я не умею летать. Я не обладаю силой, и у меня нет армии, которая могла бы меня Защитить. Значит, пришло моё время расстаться с этой жизнью. Придётся мне расстаться с этим телом, о котором я так тщательно заботился, и двинуться по дороге к следующей жизни. Какой ужас!»

Практикуйтесь так, чтобы прочувствовать страдание этого заключённого. Если вы думаете об овце, которую тащат к мяснику, не представляйте просто эту овцу, но представьте себе и почувствуйте в глубине сердца, что собираются убить вашу старую мать. Спросите себя, что вам делать в этой ситуации: «Что же мне делать? Они собираются убить мою старую мать, хотя она не причинила им никакого вреда». Живо Представьте себя на месте своей матери, которая испытывает эти страдания. Когда у вас появится горячее желание сделать что-нибудь, лишь бы спасти свою мать от ножа мясника, подумайте о том, что, хотя то существо, которое сейчас страдает, не является ни одним из ваших родителей в этой жизни, оно, безусловно, было таковым в какой-либо из ваших предыдущих жизней и что тогда оно пестовало вас с такой же безграничной любовью, как это делают ваши родители в этой жизни. Стало быть, тут нет никакого различия. Бедные родители, им выпали на долю такие жестокие страдания! Пусть они освободятся сейчас же, сию минуту, от этого страдания!

Думайте, медитируйте об этом, испытывая столь острое, непереносимое сострадание, что глаза у вас наполняются слезами.

Когда в вас возникнет сострадание, подумайте о том, что страдание, испытываемое этими существами, является следствием пагубных действий, совершенных в прошлом. Все те несчастные, которые сейчас предаются неблагим действиям, неизбежно сами окажутся жертвами страданий. Думая таким образом, медитируйте с состраданием о всех существах, которые совершают убийства или подвергают других воздействию своих вредоносных действий, создавая тем самым причины для страданий.

Затем размышляйте о страданиях тех существ, которые переродились в адских сферах, среди голодных духов или в иной юдоли печали. Вообразите, что эта участь выпала на долю вашим родителям или вам самим, и ревностно, с неизменным состраданием медитируйте о страдальцах.

И, наконец, предайтесь глубокому созерцанию, воображая всех существ в трёх мирах. Всюду, где есть пространство, есть существа. Всюду, где есть существа, есть неблагие действия и есть страдания. Сколь несчастны существа, неспособные вырваться из пут неблагих действий и страдания! Как было бы замечательно, если бы каждое существо во всех шести сферах существования могло вырваться из пут восприятий, порождённых их кармой, страданиями и моделями привычного поведения, и обрести вечное счастье совершенной буддовости.

Когда медитируете о сострадании, разумно сначала останавливаться на конкретных страданиях, рассматривая их одно за другим. Затем постепенно расширяйте своё поле зрения, пока не научитесь медитировать сразу о всех существах вместе. В противном случае, ваше сострадание будет не действенным, а расплывчатым и умозрительным.

Приглядитесь в особенности к тем страданиям и тяготам, которые переносит ваша собственная домашняя скотина: быки, овцы, тягловые животные и прочие. Мы подвергаем их всевозможным мучениям, сходным с пытками в адских сферах. Мы прокалываем им ноздри, кастрируем их, выдираем из них шерсть и заживо выпускаем кровь*.

* Более тонкие волосы на брюхе яка, которые используются для изготовления шерсти, не выстригаются, а выдёргиваются. Кровь живого яка используется для приготовления колбасы.

Мы ни на минуту не задумываемся о том, как должны страдать эти животные. Если бы мы остановились и подумали, мы бы осознали, что такое к ним отношение свидетельствует об отсутствии сострадания. Если у нас, представьте себе, вырвут всего один волосок, мы кричим от боли и не терпим этого. А у яков мы выдираем длинные волосы на животе, так

что обнажается голое мясо и из каждой поры, – там, где раньше росли волосы, сочится кровь. Животные кричат от невыносимой боли, а нам и в голову не приходит подумать, что они страдают.

Мы не можем вынести, когда у нас на руке вскакивает волдырь; а если, при езде верхом, у нас начинают болеть ягодицы и мы не можем больше сидеть в седле, мы садимся боком. И, тем не менее, нам не приходит в голову, что лошадь может тоже испытывать боль или что ей тяжело. Когда она не может дальше двигаться, тяжело дышит и спотыкается, мы уверены, что это её упрямство, теряем терпение и безжалостно стегаем её кнутом.

Подумайте, например, об овце, которую собираются убить. Сначала её оттаскивают от стада, и её охватывает безграничный ужас. В том месте на теле, за которое её хватают, образуется кровоподтёк. Её валят на спину, связывают ей ноги кожаным ремнём и стягивают морду, пока она не задохнётся*. Если её предсмертная агония длится слишком долго, мясник, обычно отмеченный неблагими действиями, приходит в ярость: «Эта ещё не хочет дышать!» И бьёт её.

Как только овца умирает, с неё сдирают шкуру и потрошат.

В это же время у другого животного выпускают кровь – столько, что оно не может больше стоять на ногах и качается. Затем смешивают кровь убитого животного с кровью, выпущенной из живого. Эта смесь варится, и из неё готовят фарш для колбасы, которым набивают кишки убитого животного**. Нужно поистине быть каннибалом, чтобы это есть!

*В Тибете обычным способом убийства животного является удушение.

** Речь идёт о кровавой колбасе. Это связано с местным поверьем, что смесь крови живого и убитого животного увеличивает жизненные силы.

Поразмышляйте о страданиях этих животных. Представьте себе, что это вы подвергаетесь подобным страданиям, и постарайтесь действительно почувствовать это. Закройте рот руками и перестаньте дышать. Оставайтесь некоторое время в таком положении. Вы почувствуете боль и панический страх. После того, как вы это испытаете на себе, постоянно думайте о том, как это печально, что существа беспрестанно подвергаются таким мукам. Как замечательно было бы иметь возможность защитить их от этих страданий!

Предполагается, что ламы и монахи более, чем кто-либо, отличаются состраданием. Но у них вовсе нет сострадания. В этом они ещё хуже мирян. Это признак

того, что эпоха Учения Будды поистине подходит к концу. Мы достигли того времени, когда все почести достаются прожорливым демонам – мясоедам и каннибалам.

В прошлом наш Учитель Шакьямуни с лёгкостью, с какой сплёвывают слюну в придорожную пыль, отказался от трона вселенского монарха¹¹⁵ и удалился от мира. В сопровождении своих архатов он ходил с чашей и нищенским посохом и собирал подаяния. Ни у кого из них, в том числе у самого Будды, не было ни лошади, ни мула для верховой езды. Не потому, разумеется, что Будда не мог раздобыть себе старую клячу, а потому, что, как полагал Будда, мучить животных противоречит его Учению.

Но в нынешние времена, отправляясь в селение на церемонию, досточтимый монах продевает сквозь отверстие в ноздрях яка жёсткую верёвку, свитую из волос хвоста. Усевшись в седле, он изо всей силы натягивает верёвку. Верёвка впивается яку в ноздри, вызывая сильнейшую боль, отчего животное отступает и встаёт на дыбы. Тогда наездник принимает, что есть силы стегать его кнутом. Будучи не в состоянии вынести эту новую боль в боках, як бросается бежать. Но тогда снова верёвка впивается в ноздри, як останавливается, и его опять стегают кнутом. Верёвка в носу дёргает его спереди, ремнём его стегают сзади... и скоро истерзанное болью животное вконец выбивается из сил. Пот капает с каждого волоска на его шкуре, язык вываливается наружу, он задыхается и не может сделать ни шагу. «Что это с ним, почему он остановился?» – думает наездник. Он сердится и бьёт его по бокам кнутом с такой яростью, что кнутовище ломается пополам. Он прячет куски кнута в пояс, подбирает острый камень и, повернувшись в седле, колотит им по костлявому крупу старого яка... И всё это потому, что он не чувствует в своём сердце ни малейшего сострадания к животному.

Представьте себя старым яком, который несёт на спине слишком тяжёлый груз; верёвка вонзается вам в ноздри, кнут стегает по бокам, стремена впиваются в рёбра. Вы чувствуете непереносимую боль спереди, сзади, в боках. Безо всякой передышки вы взбираетесь по уходящим вверх склонам, спускаетесь по крутым откосам, пересекаете огромные реки и обширные долины. Вы вынуждены, против своей воли, двигаться с самого рассвета и до наступления полной темноты, не имея времени даже пожевать пучок травы. Подумайте о том, как всё это было бы изнурительно и непереносимо; какую боль, голод и жажду пришлось бы испытывать. Приложив это к себе, вы не сможете не почувствовать прилив непреодолимого и безграничного сострадания.

Те, кого мы именуем ламами и монахами, должны служить всем без различия существам, быть прибежищем, покровителями, опорой и путеводной звездой. На деле, однако, они выказывают особое расположение своим благодетелям, которые поставляют им еду и питьё и делают подношения. Они молятся, чтобы именно эти люди

имели кров и защиту. Их они одаривают благословениями, им дают посвящения. Однако они восстают против злых духов и прёт, чьё злополучное перерождение является следствием их негативной кармы. Чтобы изгнать их, они совершают ритуалы и, распалившись, выкрикивают угрожающе: «Бей их, бей! Убей, убей!»

Считать, что злых духов надо избивать и убивать, может лишь тот, чьё сознание не освободилось от привязанности и ненависти и кому неведомо представление о безграничном бескорыстном сострадании.

Если вдуматься, эти злые духи нуждаются в большем сострадании, чем любые благодетели. Они переродились в облике злых духов вследствие своей негативной кармы. Переродившись претами с чудовищными телами, они испытывают непередаваемый страх и страдания. Их уделом являются постоянный голод, жажда и изнеможение. Всё, что они воспринимают, вызывает у них чувство тревоги. Так как их сознание насыщено ненавистью и агрессивностью, большинство из них сразу после смерти отправляются в ад. Кто заслуживает большего сострадания, чем они? Покровители, вероятно, болеют и страдают, но это поможет им исчерпать их негативную карму, а не увеличит её. Злые духи, напротив, вредят другим своими злыми устремлениями, и за свои вредоносные действия они будут ввергнуты в глубины низших сфер существования.

Когда Победитель, исполненный сострадания и владевший искусными средствами, учил, как использовать самые интенсивные средства, чтобы устрашать злых духов, он делал это исключительно из чувства сострадания к ним, как мать шлёпает непослушного ребёнка. Будда также разрешал тем, кто владел умением пресекать поток негативной кармы существ, совершавших только лишь неблагие действия и постоянно причинявших другим вред, совершать «ритуал освобождения» и переносить их сознание в чистую землю. Но выходить из себя, чтобы угодить своим покровителям, монахам и всем, кого мы считаем своими сторонниками, и считать злых духов и вершителей зла своими врагами, иными словами, мотивированное привязанностью и ненавистью стремление поддерживать одних и нападать на других – это не то, чему учил нас Будда.

Оставаясь во власти привязанности и ненависти, бессмысленно даже пытаться изгонять злых духов или же нападать на них, ибо их тела имеют лишь ментальную природу. Они нам не подчинятся и в ответ станут лишь вредить. В сущности, пока мы верим в реальное существование богов и духов и стремимся от них избавиться, мы покорить их не сможем. И уж тем более, если мы будем относиться к ним с предвзятостью и ненавистью.

Когда Миларепа жил в пещере «Крепость Гаруды» в долине Чонг, Винаяка – повелитель вредоносных – сотворил такую видимость, что Почтенный Мила встретил в своей пещере пять ацар* – призраков аскетов с глазами как, блюдца.

* Ацара /a tsa ga/ – искажённое асагуа (санскр.) здесь обозначает привидения, которые приняли обличье индийских аскетов.

Мила помолился своему учителю и йидаму, но привидения не исчезали. Он стал созерцать себя в образе своего божества и читать гневные мантры, но призраки оставались, где были.

Тогда Мила сказал себе: «Марпа из Лходрака учил меня, что все явления и существа – это моё собственное сознание, а его природа – пустота и ясность. Думать, что эти демоны и вредоносные силы нечто внешнее, и желать, чтобы они удалились, затея бессмысленная».

Почувствовав могучую уверенность в воззрении, в соответствии с которым все духи являются лишь проекцией нашего сознания, он бесстрашно вернулся в свою пещеру. Испуганные ацары завращали глазами и исчезли.

Именно это имела в виду Хозяйка утёса, когда пела ему:

Это демон твоих склонностей поднимается из твоего сознания;
Если не признаёшь природу своего сознания,
Я не исчезну потому лишь, что ты мне так велишь.
Если не осознаёшь, что твоё сознание пусто.
Есть много других демонов, кроме меня!
Но, если признаёшь природу своего сознания,
Враждебные обстоятельства будут служить тебе лишь поддержкой,
И даже я, Хозяйка утёса, буду к твоим услугам.

Как же ты тогда собираешься подавить духов и демонов ненавистью, вместо того чтобы полагаться на воззрение, в соответствии с которым они являются порождением твоего сознания?

Когда монахи посещают своих благодетелей, они с радостью, без малейшего колебания, поедают любое мясо овцы, только что убитой специально к их визиту. Когда они, в частности, совершают специальные ритуалы подношения заступникам, они объявляют, что обязательным ингредиентом подношения является чистое мясо. Они имеют в виду жир и ещё сочащееся кровью мясо от только что убитой овцы, которыми

они украшают все тормы и другие подношения. Эти ужасающие приёмы запугивания, подобающие тиртхикам или бонпо, не имеют ничего общего с буддизмом.

Когда в буддизме мы принимаем Прибежище в Дхарме, мы обязуемся перестать вредить другим. Как же можно допускать, чтобы во всех местах, которые посещаешь, для тебя убивали животное, и наслаждаться его мясом и кровью?! Разве это не противоречит нашим обетам при принятии Прибежища?

В соответствии с традицией бодхисаттв в рамках Великой колесницы, мы принимаем, в частности, обет быть Прибежищем и защитой для всего бесконечного множества существ. Как же тогда не испытывать ни малейшего сострадания к существам со злосчастной кармой, которых, как предполагается, мы должны защищать! Вместо этого те самые существа, которых мы должны защищать, отдаются на заклятие, нам подаётся их варёная плоть с кровью, и мы, буддисты и их защитники, пожираем это, причмокивая от восторга. Можно ли себе представить что-либо более порочное и жестокое?

В текстах Тайной мантры – Ваджраяны говорится:

За всё, чем мы не угодили львам* и пишачам,
Не собрав подношения из мяса и крови в соответствии с текстами,
Мы умоляем дакини святых мест милостиво простить нас.

* Здесь – символические божества мандалы.

Слова «собирать подношения из мяса и крови в соответствии с текстами» означают собирать их так, как это предписывается в тантрических текстах Тайной мантраяны. Что же там сказано?

На внешнем пиршестве едою и питьём
Являются пять типов мяса, пять нектаров.

Стало быть, в соответствии с текстами, подношение мяса и крови означает подношение тех пяти типов мяса, которые в Тайной мантраяне считаются субстанциями, совместимыми с заветами. Это мясо человека, лошади, слона, собаки и коровы, и эти пять типов мяса не запятнаны негативными действиями, то есть никто никогда не убивает этих существ ради потребления их мяса¹¹⁶. Это находится в полном противоречии с тем представлением о «чистом» и «нечистом», в соответствии с которым мясо человека, лошади, собаки и т. п. считается нечистым и менее достойным, чем жирное и сочное мясо

только что убитого животного, якобы «чистое» и потому пригодное для еды. Как говорится:

Рассматривать пять субстанций для потребления как чистые и нечистые или употреблять их без разбора...

Иными словами, деление на «чистое», «нечистое» нарушают сами заветы о вкушении. К тому же даже эти пять допустимых типов мяса могут употребляться лишь теми, кто обладает умением преобразовать поедаемую пищу в нектар, и лишь тогда, когда практикуешь в уединённом месте, для обретения определённых духовных достижений. Демонстративно поедать это в селении и просто потому, что нравится вкус, это и есть то, что называется «бездумное потребление в противоречии с заветами о вкушении» что составляет нарушение обета.

«Чистое мясо», таким образом, не означает мясо животного, убитого ради этого мяса, но мясо животного, умершего в соответствии со своей кармой, то есть животного, умершего от старости, болезни и других естественных причин, которые являются следствием его собственной кармы.

Несравненный Дагпо Ринпоче говорил, что, если взять ещё тёплое мясо и кровь только что убитого животного и поместить его на мандалу, то вследствие этого все божества мудрости потеряют свою силу. Также говорится, что поднесение божествам мудрости крови и мяса животного, принесённого в жертву, равносильно тому, как если казнить в присутствии матери её собственного ребёнка. Представьте, что вы приглашаете мать на обед и ставите перед ней мясо её собственного сына. Вы думаете, ей это понравится?

Будды и бодхисаттвы испытывают ко всем существам в трёх мирах такую же любовь, какую чувствует мать к своему единственному ребёнку. Убийство невинного животного, страдающего в плену своей злополучной кармы, и поднесение им его плоти и крови – это не способ им угодить.

Как говорил бодхисаттва Шантидева:

Никто не будет радоваться, наслаждаться,

В то время, когда тело его жгут в огне.

Так существо с великим состраданием

Не может радоваться, видя вред другим.

Если при совершении таких ритуалов, как, например, молебен охранителям Учения Будды, использовать лишь плоть и кровь убитых животных, то, само собой разумеется, божества мудрости и охранители Учения, которые все являются чистыми бодхисаттвами, не примут этих подношений, разложенных, словно куски мяса на прилавке мясника. Они даже и близко не подойдут к этому месту. Зато могущественные злые духи, которые любят тёплую плоть и кровь и всегда горят желанием причинить вред, слетятся на это подношение и устроят себе из него пиршество.

В течение недолгого времени, после того как устроитель такого «красного подношения» совершил своё дело, люди могут замечать незначительные положительные изменения. Но, так как вовлечённые в это злые духи неизменно приносят вред, они могут создать неожиданные осложнения или принести болезни. Далее устроитель «красных» ритуалов появляется снова и вновь подносит плоть и кровь, и опять на короткое время это приносит некоторое облегчение.

Так получается, что устроители красных ритуалов и злые духи становятся неразлучными и необходимыми друг другу спутниками. Словно хищные животные в поисках поживы, они бродят в округе, гонимые исключительно жаждой пожирать плоть, грызть кости и отыскивать новые и новые жертвы. Устроители названных ритуалов, одержимые злыми духами, утрачивают своё отвращение к сансаре и ранее свойственную им решимость добиться Освобождения. Их вера, чистота взглядов и интерес к Дхарме сходят на нет до такой степени, что они не поверили бы в Будду, даже если бы увидели его летящим по небу, и не почувствовали бы никакого сострадания даже при виде животного с кишками наружу.

Подобно демонам-убийцам, шагающим на войну, они постоянно ищут новых жертв и не знают ни минуты покоя: лица горят, сами они дрожат от ярости и возбуждены жаждой крови. Они гордятся своей властью и силой своих благословений, что является следствием их нынешней связи со злыми духами. Как только они умрут, они будут сразу же низвергнуты в низшие сферы; разве что их негативных действий окажется недостаточно для этого, и в таком случае их ждёт перерождение либо в свите какого-либо злого духа, паразитирующего на жизненной силе других, либо в обличье соколов, волков или других хищников.

Во время правления дхармического правителя Трисонга Децена последователи бон делали в его честь подношения из плоти и крови. Второй Будда из Уддияны, великий

пандита Вималамитра, великий бодхисаттва Настоятель и другие переводчики и пандиты были в высшей степени недовольны такого рода подношениями. И тогда они заявили:

Одно Учение не может иметь двух учителей;
Одна религия не может иметь двух видов практик.
Традиция бон несовместима с законом Дхармы,
Зло, заключённое в ней, хуже, чем обыденное зло.
И если вы эту практику примете, тогда мы удаляемся.

Все пандиты без колебаний с этим согласились. Когда правитель попросил их, чтобы они учили Дхарме, они отказались. Когда он пригласил их на трапезу, они не приняли приглашения.

Если мы, делая вид, что идём по стопам пандит, сиддх и бодхисаттв прошлого, будем совершать сокровенные ритуалы Тайной мантраяны в духе бонпо и наносить таким образом вред другим существам, это приведёт к осквернению благородного Учения, навлечёт позор на Три Драгоценности, а нас самих и других ввергнет в адские сферы.

Будьте всегда смиренны. Одевайтесь просто. Как можно больше помогайте другим. Старайтесь во всё, что вы делаете, вкладывать любовь и сострадание – до тех пор, пока они, в конце концов, не станут неотторжимой частью вашего сознания. Этого будет достаточно, даже если вы не участвуете в более значительной и заметной праведной деятельности, такой как чтение молитв, проявления добродетели, благотворительность и т. п.

В Сутре, безусловно суммирующей Дхарму говорится:

Те, кто хочет обрести состояние Будды,
Не должны практиковать многие методы,
Достаточно и одного. – Какого? – Великого сострадания.
Кто сострадание великое имеет,
Тот владеет всем Учением Будды,
Как если бы держал его на ладони.

Однажды монах, который был учеником Трёх братьев и Кхампы Лунгпы, нанёс визит геше Тонпе.

– Чем теперь занят Потова? – спросил монаха геше Тонпа.

- Он учит Дхарме сотни членов этой Сангхи.
- Замечательно. А что делает геше Пучунгва?
- Он проводит всё время, создавая представления* тела, речи и сознания Будды из своих материалов или из тех, которые ему дают другие люди.

* Букв. «опора». Для представления тела Будды служат статуи и живописные изображения; речи – священные тексты и другие писания; а как опора сознания служат ступы.

- Замечательно, – повторил геше Тонпа. – А Гонпава?
- Он всё время медитирует.
- Замечательно. А Кхампа Лунгпа?
- Он не выходит из своего уединения и всё время плачет, закрыв лицо руками.
- Вот это поистине великолепно! Вот это подлинная практика Дхармы. Я мог бы сказать многое о том, какая это прекрасная практика, но я знаю, ему бы это не понравилось.

Кхампа Лунгпа постоянно плакал, закрыв лицо руками, потому что думал о том, какие пытки страданий испытывают существа в сансаре, и медитировал только о сострадании.

Однажды Ченгава приводил многочисленные доводы, объясняя, почему любовь и сострадание так важны. После этого Лангри Тхангпа простёрся перед ним и объявил, что впредь он будет медитировать лишь о любви и сострадании. Ченгава обнажил голову и три раза повторил: «Вот, поистине, замечательная новость!»

Сострадание – это наилучшее средство, чтобы очиститься от неблагих действий и омрачений. В давние времена в Индии, в трёх отдельных случаях, преподавание Абхидхармы подвергалось сомнению, и существовала реальная угроза, что это учение может совсем исчезнуть. И тогда одна монахиня из брахманов по имени Пракашашила подумала так: «Я родилась женщиной и в этом низшем качестве не могу придать новый блеск Учению Будды. Если я вступлю в сожительство с мужчинами, я рожу сыновей, которые смогут вдохнуть новую жизнь в учение Абхидхармы».

От связи с мужчиной из варны кшатриев родился святой Асанга. А от связи с брахманом родился Васубандху. Когда сыновья выросли, каждый из них в своё время спросил мать, чем занимались их отцы. И каждому из них мать ответила:

- Я родила вас не для того, чтобы вы занимались тем, чем занимались ваши отцы, а для того, чтобы распространять Учение Будды. Вы должны изучать Дхарму и стать учителями Абхидхармы.

Васубандху отправился в Кашмир, чтобы изучать Абхидхарму с Сангхабхадрой. Асанга отправился на гору Кукутападу, где он посвятил себя практике созерцания Майтреи в надежде, что тот явится к нему и тогда он попросит у него наставлений.

Асанга упорно, шесть лет подряд, медитировал, но не увидел ни одного благоприятного сновидения. Он был обескуражен, решил, что ему не добиться желаемого, и покинул место своего уединения. По дороге ему встретился человек, который тёр большой железный брусок куском мягкой хлопчатой ткани.

– Для чего ты трёшь этот брусок?

– Мне нужна иголка, – отвечал он. – Я пытаюсь выточить её из этого бруска.

Асанга подумал, что не изготовить иголку трением из такого большого бруска мягкой хлопчатой тканью. А если бы и возможно было, на это уйдёт сто лет; к тому времени этого человека, наверняка, уже не будет в живых.

При виде того, как обычный человек вкладывает столько усилий в столь бессмысленное предприятие, он подумал, что, на самом деле, сам он никогда не вкладывал должного упорства в свою практику Дхармы. И тогда он пошёл назад, чтобы продолжить свою практику.

Он практиковался ещё три года, но снова не обнаружил никаких благоприятных признаков¹¹⁷. – Теперь я совершенно уверен, – подумал он, – что никогда не добьюсь успеха. – И он снова пустился в путь. Он подошёл к такой высокой скале, что она, казалось, сходилась с небом. У подножья скалы он увидел человека, который тёр её смоченным в воде пером.

– Что ты делаешь? – спросил его Асанга.

– Эта скала чересчур высока, а мой дом от неё на западе, она не даёт проникать солнцу. Я буду истачивать её, пока не уничтожу.

Асанга снова подумал то же, что три года назад, и опять вернулся в свою пещеру.

Он снова практиковался три года, но снова не увидел ни одного ободряющего сновидения. Асанга совершенно пал духом. Что бы он ни делал, решил он, всё равно ему не добиться успеха, и он снова отправился в путь.

По дороге он встретил собаку, у которой задние лапы были искалечены, а на задней части тела кишели черви. Несмотря на своё состояние, собака была очень злобной: поднялась на передних лапах и, таща за собой остальную часть тела, пыталась его кусить. Асанга почувствовал непреодолимое и глубокое сострадание. Он срезал кусок мяса со своего собственного тела и отдал его собаке. Он хотел очистить заднюю часть её тела от червей; но побоялся убить их, если станет брать их руками. Он решил, что

единственно возможный способ – снимать их языком; но был не в состоянии это сделать, когда увидел, что её тело совсем разложилось и полно гноя. Тогда он зажмурил глаза и высунул язык...

Но вместо того, чтобы коснуться тела собаки, язык его коснулся земли. Он открыл глаза и увидел, что собака исчезла. На её месте стоял в ореоле света благословенный Майтрея.

– У тебя нет ни капли сострадания, – вскричал Асанга. – Во всё это время ты ни разу мне не явился!

– Дело не в том, что я тебе не являлся. Мы никогда не были разлучены. Но ты не мог меня видеть, потому что твоя собственная плохая карма и омрачения были слишком сильны. Двенадцать лет медитации несколько их уменьшили, и ты смог увидеть собаку. А теперь сильное сострадание, которое ты испытал, очистило твои омрачения, и ты смог собственными глазами увидеть меня. Если не веришь, посади меня на плечо и пусть все меня увидят.

Тогда Асанга посадил Майтрею себе на правое плечо и пошёл на базар, где он стал спрашивать каждого, что тот видит у него на плече. Все отвечали, что у него на плече ничего нет. И лишь одна старая женщина, у которой были немного слабее кармические отпечатки, сказала ему: «У тебя на плече гниющий труп собаки».

После этого благословенный Майтрея забрал Асангу в небесную сферу Тушита, где передал ему «Пять учений Майтреи» и другие учения. Когда Асанга вернулся в мир людей, он стал повсюду преподавать Учение Великой колесницы.

Так как сострадание является наилучшим способом очистить все наши прошлые неблагие действия и так как оно неизменно ведёт к росту несравненной бодхичитты, мы должны настойчиво медитировать о сострадании.

Иллюстрацией к медитации о сострадании служит обычно безрукая мать, сын которой упал в реку и его уносит течением. Какое невыносимое страдание для матери! Она обожает своего малыша, но у неё нет рук, чтобы ему помочь. «Что же мне делать, что делать?» – спрашивает она себя. Она думает лишь о том, как бы его спасти. Она в полном отчаянии и, рыдая, бежит вслед за ним.

Точно так же поток страданий увлекает всех существ в трёх мирах, и они тонут в океане сансары. Мы испытываем непереносимое сострадание, но у нас нет средств, чтобы спасти их от страданий. Думайте, что вы в состоянии тут сделать и ревностно медитируйте, всем сердцем призывая своего учителя и Три Драгоценности.

4. Медитация о сорадовании.

Подумайте о ком-нибудь, кто, будучи благородного происхождения, крепкого здоровья, не ограничен в средствах и независим в обществе, живёт в высших сферах в окружении множества слуг, имеет огромные богатства, наслаждается комфортом, счастьем и долгой жизнью. Пожелайте ему, без малейшей зависти или чувства соперничества, чтобы его слава ещё увеличилась, чтобы он достиг в высших сферах ещё большего благосостояния, чтобы ему не угрожали никакие опасности и чтобы он отличался ещё большим блеском ума и другими исключительными дарованиями. Затем повторяйте себе снова и снова, как было бы замечательно, если бы этим могли пользоваться все другие существа.

Начните медитацию с мысли о высоких качествах, успехах и счастье своего друга или родственника, то есть человека, к которому вам легко испытывать положительные чувства, и порадуйтесь за него.

После того как вы утвердитесь в этом чувстве сорадования, постарайтесь развить в себе такое же чувство радости по отношению к людям, к которым вы безразличны. Подумайте затем о всех врагах, которые вам вредят, и особенно о тех, кому вы завидуете. Выкорчуйте из сознания ту негативность, которая делает непереносимым тот факт, что другие располагают полным изобилием, и культивируйте особое чувство радости в связи с различными аспектами счастья, которые являются их уделом.

Заклучите медитацию, пребывая в состоянии, свободном от всяких мыслетворений.

Смысл сорадования заключается в том, чтобы очистить сознание от зависти. А значит, вы должны стремиться с помощью различных методов воспрепятствовать возникновению в сознании пагубных завистливых мыслей. В частности, бодхисаттва, породивший бодхичитту во имя благосостояния всех существ, должен стремиться в конечном счёте привести всех существ к состоянию неизменного счастья Будды, а во временном плане – к счастью в сферах богов и людей. Как же может бодхисаттва не проявлять сорадования, если некоторые существа обладают, в результате своих прошлых действий, рядом выдающихся качеств и богатством? Те, кто поражён завистью, не видят положительных качеств в других, а сами с устрашающей быстротой накапливают неблагие действия.

По мере того как распространились слава и деятельность Почтенного Миларепы, некий учитель логики по имени Тарло испытывал к нему всё растущую зависть. Невзирая на все свидетельства ясновидения и чудодейственных способностей, которые Миларепа

ему демонстрировал, Тарло подвергал это сомнению и выступал в ответ с ложными суждениями и критикой. Впоследствии он переродился в облике великого демона.

Есть много других примеров того, что может произойти под влиянием зависти. Так, например, другой учитель логики по имени геше Цакпува пытался отравить Миларепу.

Даже если бы Будда явился собственной персоной, он ничего не мог бы сделать, чтобы исправить одержимого завистью. Сознание, запятнанное завистью, не в состоянии увидеть в других ничего хорошего.

Если не уметь увидеть в других хорошее, невозможно будет обрести даже и проблеска веры. А без веры невозможно ни чувствовать сострадание, ни получать благословения.

Девадатта и Сунакшатра были двоюродными братьями Будды. Оба были терзаемы завистью и отказывались верить в Будду. Хотя оба просели всю свою жизнь в обществе Будды, он нисколько не смог изменить сознания ни того, ни другого*.

* См. с. 221-222, 272.

Хотя негативные мысли о других не приносят тем никакого вреда, они, однако же, чреваты последствиями для тех, кто их породил.

Однажды жили два геше, которые были соперниками. В один прекрасный день один из них узнал, что у другого есть любовница. Этот геше сказал своему слуге:

– Завари хороший чай, у меня есть интересная новость. Слуга заварил чай и, подавая его, спросил:

– А что за новость?

– Говорят, что наш соперник завёл любовницу! – ответил геше. Рассказывают, что, когда Кунпанг Тракгьел услышал эту историю,

его лицо потемнело, и он задал вопрос: «Какой из двух геше совершил большую недобродетель?»

Постоянная зависть и соперничество не приносят нам никакого блага и не вредят нашим противникам, но ведут к бессмысленному накоплению неблагих действий. Так что откажитесь от этих изменных чувств и устремлений. Всегда искренне сорадуйтесь достижениям и благоприятному положению других, будь то связано с их положением в обществе, здоровьем, материальным благосостоянием, достижениями в области знания и пр. Думайте снова и снова о том, как вы, поистине, счастливы, что они обладают столь замечательными качествами и что они так успешны и так благополучны. Думайте о том, как было бы замечательно, если бы в будущем они ещё более преуспели и обрели бы всю

достижимую силу, всё мыслимое богатство, все знания и высокие качества. Медитируйте об этом с глубокой искренностью.

Иллюстрацией к безграничному сорадованию является мать-верблюдица, нашедшая своего потерянного верблюжонка. Считается, что среди всех животных верблюдицы – самые преданные матери. Когда верблюдица теряет верблюжонка, её горе абсолютно безутешно. Зато, когда она вновь находит его, радость её безмерна. Вы должны стремиться развить в себе именно такого рода сорадование.

Четыре безмерных качества не преминут стимулировать процесс порождения подлинной бодхичитты. Поэтому так необходимо развивать их в себе до той поры, пока бодхичитта не внедрится прочно в ваше сознание.

Чтобы сделать это более доступным для понимания, можно суммировать четыре безмерных качества в выражении «доброе сердце». Итак, всегда и во всех ситуациях стремитесь проявлять «доброе сердце».

Как-то у благословенного Атиши болела рука. Он положил её на колени Дрома Тонпы и сказал: «У тебя такое доброе сердце. Благослови мою руку!»*

* Принято просить ламу, чтобы он подул на руку; тогда рана заживёт.

Атиша всегда подчёркивал, как существенно важно и необходимо иметь доброе сердце. Вместо того, чтобы спросить: «Как поживаете?» – он обычно спрашивал: «Было ли ваше сердце добрым?» Все свои наставления он завершал словами: «Будьте добросердечны».

В зависимости от доброты или недоброты намерений, действия являются благими или неблагими, сильными или слабыми. Если намерения, стоящие за действием, благие, тогда все физические и словесные проявления будут положительными, как это было показано в рассказе о человеке, который прикрыл ца-ца кожаной подошвой. Если намерения, стоящие за действием, не являются благими, тогда даже действие, кажущееся положительным, оказывается на деле негативным. Поэтому стремитесь всегда, при любых обстоятельствах, иметь лишь благие намерения. Как говорится:

Если намерение благое, то уровни и пути будут благими.

Если намерение неблагое, то уровни и пути будут неблагими¹¹⁸.

А поскольку всё зависит от помыслов наших,

Следует постоянно следить, чтобы помыслы были благими.

Как это понимать, что уровни и пути будут благими, если помыслы будут благими?

Однажды старая женщина переплывала широкую реку, а дочь её поддерживала. Но тут их снесло течением. «Не важно, унесёт меня течением или нет, лишь бы дочь спаслась», – подумала старая женщина, И в то же время дочь подумала: «Пусть меня унесёт течением, только бы мать не утонула». Обе утонули, но в результате их взаимного благопожелания обе переродились в небесной сфере Брахмы.

В другом случае шесть монахов и посыльный погрузились в лодку чтобы переплыть реку Чжасако. Лодка отошла от берега. Когда они прошли четверть пути от берега, лодочник сказал: «Лодка перегружена. Если кто-нибудь умеет плавать, пожалуйста, спрыгните в воду. Если нет, то придётся плыть мне, тогда кто-нибудь из вас должен сесть на вёсла? Никто из них не умел плавать, но никто не умел и грести. Тогда посыльный прыгнул из лодки, воскликнув: «Уж лучше я погибну один, чем погибнут все». Тут же появилась радуга, и посыпался дождь из цветов. Хотя посыльный не умел плавать, он благополучно добрался до берега. Он никогда раньше не практиковал Дхарму. Это было немедленное воздаяние в награду за одну благую мысль.

Как понимать то, что этапы пути и уровни будут неблагими, если помыслы неблагие?

Однажды нищий всю ночь лежал у входа во дворец правителя и, не переставая, думал: «Хорошо бы правителю отрубили голову, а я занял бы его место!» Под утро он заснул. В это время выехал правитель в своей карете, одно колесо проехало по шее нищего и отрезало ему голову.

Если вы не следите неотступно и внимательно за своим сознанием и если не держите постоянно и при всех обстоятельствах в памяти свою цель – устремление к Дхарме, то сильные чувства привязанности и ненависти могут легко привести вас к накоплению тяжёлых неблагих действий. Хотя мысль старого нищего не могла реализоваться, однако следствие его мысли немедленно созрело. Не было никакой вероятности, что правителя могут обезглавить в то время, как он спокойно поживает во дворце на своём украшенном драгоценными камнями ложе. И даже если бы его обезглавили, значительно правдоподобнее было бы предположить, что корона достанется его наследнику. Но, даже если и не так, то была ли хоть малейшая возможность, чтобы, наперекор всем министрам, которые были под стать тиграм, леопардам и медведям, на трон мог взойти жалкий старый нищий? Однако, если не следить за собой внимательно, на ум могут прийти даже такие абсолютно смехотворные мысли.

Как говорит геше Шавопа:

Не правьте в воображаемом государстве с безграничными возможностями!

Как-то один благотворитель пригласил в свой дом за подаванием Будду и шесть монахов. Там также были двое нищих: один молодой кшатрий и другой – молодой брахман. Брахман пошёл за своим подаванием прежде, чем еду получили Будда и монахи, и не получил ничего. Кшатрий подождал, пока все другие будут обслужены, и получил много хорошей еды, которую они отложили из своих мисок для подаяния¹¹⁹.

В тот полдень, идя по дороге, двое нищих обменивались впечатлениями.

– Если бы я был богат, – говорил молодой кшатрий, – я бы одаривал Будду и его монахов одеждой и подаванием до конца моей жизни.

– Если бы я был могущественным правителем, – говорил молодой брахман, – я приказал бы обезглавить этого аскета с бритой головой и всю его банду.

Кшатрий отправился в другую страну и пристроился там под тенью одного дерева. Тени других деревьев перемещались, а тень его дерева не двигалась с места. Потом правитель этой страны умер, не оставив наследников; и тогда народ решил, что пусть правителем станет тот в округе, у кого больше всего заслуг и кто самый могущественный. Они отправились на поиски нового правителя и обнаружили молодого кшатрия, спавшего под деревом, всё ещё в тени, хотя время уже перевалило за полдень. Они разбудили его и сделали правителем. После этого он одаривал Будду и его учеников, как мечтал. А молодой брахман, как повествуется, лёг спать на перекрёстке дорог, и колесом проезжающей колесницы ему отрезало голову.

Если научитесь думать всегда лишь положительно, ваши желания в этой жизни будут становиться реальностью. Благожелательные боги будут вам покровительствовать, а Будды и бодхисаттвы будут одаривать вас благословениями. Всё, что вы делаете, будет положительным, а в момент смерти вы не будете испытывать страданий. В будущих жизнях вы будете всегда перерождаться в сфере богов и людей и в конечном счёте обретёте совершенное состояние Будды.

Не порывайтесь, не вглядевшись предварительно в свои мысли и чувства, демонстрировать свои великие благие подвиги: постирания, обхождения посолонь, молитвы, чтение мантр и тому подобное. Гораздо существеннее постоянно следить за своими мыслями и культивировать доброе сердце.

II. Порождение бодхичитты¹²⁰.

1. Классификация в соответствии с тремя степенями силы духа.

1.1. *Сила духа правителя.*

Первостепенной задачей правителя является – одолеть своих противников, продвинуть своих сторонников и провозгласить себя владыкой. Лишь после этого следует его намерение позаботиться о своих подданных. По аналогии с этим, желание сначала обрести состояние Будды самому, а затем привести к состоянию Будды других называется порождением бодхичитты на манер правителя.

1.2. *Сила духа лодочника.*

Лодочник имеет целью добраться до другого берега вместе с пассажирами. По аналогии с этим, желание обрести состояние Будды самому вместе со всеми существами одновременно называется порождением бодхичитты на манер лодочника.

1.3. *Сила духа пастуха.*

Пастух гонит овец перед собой, чтобы они нашли траву и воду и не стали добычей волков, шакалов и других диких животных. Сам пастух следует за ними. По аналогии с этим, желание сначала довести всех существ до совершенного состояния Будды и лишь затем достичь его самому называется порождением бодхичитты на манер пастуха.

Подход правителя, именуемый «порождение бодхичитты с большим желанием», предполагает наименьшую степень силы духа. Подход лодочника, именуемый «порождение бодхичитты со святой мудростью», является проявлением большей силы духа. Говорят, что благословенный Майтрея породил бодхичитту именно таким образом. Подход пастуха, именуемый «несравненное порождение бодхичитты», предполагает наибольшую степень силы духа. Говорят, что так породил бодхичитту благословенный Манджушри.

2. Классификация в соответствии с уровнями бодхисаттв.

На этапах накопления и соединения порождение бодхичитты именуется «порождение бодхичитты через практику устремления». С первой по седьмую ступень бодхисаттв – это «порождение бодхичитты через наичистейший особый помысел». На трёх чистых уровнях – это «порождение полностью созревшей бодхичитты». И на уровне состояния Будды – это «бодхичитта, избавленная от препон».

3. Классификация по характеру бодхичитты.

Существуют два типа бодхичитты – относительная бодхичитта и абсолютная бодхичитта.

3.1. Относительная бодхичитта.

Относительная бодхичитта имеет два аспекта: бодхичитта устремления и бодхичитта вовлечённости.

3.1.1. Бодхичитта устремления.

В Пути бодхисаттвы Шантидева говорит об этих двух аспектах бодхичитты:

Всем известно различие
Между «собираться в путь» и «быть в пути»,
Так что всякий, кто разумен, без труда поймёт,
Что второе идёт дальше первого.

Возьмём в качестве примера путешествие в Лхасу. Первый шаг – это устремление, помышление: «Я поеду в Лхасу». Этому соответствует первая мысль: «Я сделаю всё необходимое, чтобы все существа достигли состояния полного Пробуждения», которая соответствует аспекту устремлённости при порождении бодхичитты¹²¹.

3.1.2. Бодхичитта вовлечённости.

Затем вы собираете необходимый провиант, готовите лошадей и отправляетесь в путь, то есть действительно совершаете путешествие в Лхасу. Аналогичным образом, чтобы привести всех существ к совершенному состоянию Будды, вы решаете проявлять щедрость, соблюдать нравственность, терпение, выказывать усердие, упражняться в сосредоточении и тренировать сознание в различающей мудрости. То есть решаете действительно практиковать путь шести запредельных совершенств. Это соотносится с самим путешествием и представляет бодхичитту вовлечённости.

3.2. Абсолютная бодхичитта.

Бодхичитта устремления и бодхичитта вовлечённости являются двумя аспектами относительной бодхичитты. Долгая практика относительной бодхичитты на этапах накопления и соединения приводит в конечном итоге на путь видения, где происходит непосредственное постижение таковости – естественного состояния всех вещей. Это – мудрость, избавленная от всяких порождений ума, пустота как она есть. В это время происходит порождение абсолютной бодхичитты.

4. Принятие обета бодхичитты¹²².

Абсолютная бодхичитта постигается силой медитации и не зависит ни от каких ритуалов. Но для порождения относительной бодхичитты начинающие должны пройти тот ритуал, когда они принимают в присутствии духовного учителя обет бодхичитты. Впоследствии этот обет должен постоянно, снова и снова, возобновляться для того, чтобы бодхичитта, которую мы породили, не убывала, а, напротив, продолжала расти. Так же, как при принятии Прибежища, представьте в пространстве перед собой всех Будд, бодхисаттв и других божеств. Призовите их в свидетели процесса зарождения бодхичитты, размышляя следующим образом:

«Среди всех существ, обитающих на необъятных просторах вселенной, нет ни одного, кто в бесконечной череде жизней, с безначальных времён не был бы моим родителем. Они, без сомнения, так же, как мои нынешние родители, с безграничной

нежностью ухаживали за мной, отдавали мне лучшую еду и одежду и любовно меня пестовали. И все эти мои родители тонут в волнах сансары – огромного океана страданий. Они окутаны непроходимой тьмой заблуждений. Они не имеют представления ни об истинном пути, которого следует придерживаться, ни о ложном пути, которого следует избегать. У них нет истинного учителя, который мог бы их направлять. У них нет ни Прибежища, ни защиты; ни поводыря, ни спутника; ни надежды, ни опоры. Они потеряны, как покинутый всеми слепец, заблудившийся посреди пустынной равнины. Мои старые матери, как я мог даже подумать о том, чтобы мне самому освободиться, а вас бросить в сансаре?!

Во имя всех существ я разовью в себе возвышенную бодхичитту. Подражая могущественным деяниям бодхисаттв прошлого, я буду отдавать все свои силы делу освобождения всех существ, пока ни одного из них не останется в сансаре!»

Исходя из такой установки, повторяйте нижеследующий текст столько раз, сколько сможете:

Хо! Обман явлений отражению луны в воде подобен¹²³:

Как скот на привязи, по кругу бродят существа в сансаре...

Чтоб упокоить их в самосознания ясном свете,*

Я порождаю бодхичитту силой четырёх безмерных!

* Тиб.: rang rig 'od gsal dbyings su gal gso phyir.

В завершение этой практики представьте себе, что, благодаря вашей глубокой преданности божествам Прибежища, составляющим собрание поля заслуг, это собрание постепенно, начиная с краев поля, обращается в свет и растворяется в воплощающем тройственное Прибежище учителя, сидящем в центре. Учитель, в свою очередь, обращается в свет, который растворяется в вас, вследствие чего абсолютная бодхичитта, пребывающая в сознании божеств Прибежища, с полной ясностью зарождается в вашем сознании¹²⁴. Читайте следующую молитву:

Пусть драгоценная бодхичитта

Не зародившаяся – зародится;

А зародившаяся – не угасает,

Но возрастает и процветает.

Затем посвятите заслуги, прочитав молитву благопожелания:

Как герой Манджушри, Самантабhadра и все другие,
Отмеченные мудростью, заслуги свои посвящали,
Так и я посвящаю все без исключения действия,
Которые являются благими.

Порождение бодхичитты – это квинтэссенция всех восьмидесяти четырёх тысяч методов, которым учил Победитель. Бодхичитта, если её иметь, самодостаточна и не нуждается в подкреплении. Если же бодхичитты нет, все другие наставления бесполезны.

Это универсальная панацея, лекарство от сотен бед. Любая другая практика Дхармы – как, например, два сбора накоплений, очищение омрачений, созерцание божеств, чтение мантр, является лишь средством, чтобы породить в нашем сознании бодхичитту – это сокровище, всеисполняющую драгоценность. Без бодхичитты ни одна упомянутая практика не может сама по себе привести к достижению совершенного состояния Будды. Но как только в вас укоренится бодхичитта, любая ваша практика Дхармы будет продвигать вас по пути к достижению полного состояния Будды.

Так что постоянно используйте все доступные вам средства, какие могут пробудить в вас хотя бы самые малейшие проблески бодхичитты¹²⁵.

Учитель, дающий вам коренные наставления о порождении бодхичитты, тем самым направляет вас на путь Великой колесницы, и, стало быть, его доброта стоит выше доброты тех учителей, которые давали вам другие наставления. Когда Атиша называл имена своих учителей, он обыкновенно молитвенно складывал руки перед сердцем. Но, когда он говорил о великом Суварнадвище, он воздевал сложенные руки над головой, и глаза его увлажнялись слезами.

– Неужели достоинства или доброта этих учителей так отличаются? – спрашивали его ученики.

– Все мои учителя были истинно просветлёнными существами, так что по достоинствам их между ними не было различия. Однако не по доброте, ибо та малая толика бодхичитты, которая мне известна, открылась мне благодаря доброте великого Суварнадвища. Вот почему я так глубоко ему благодарен.

Относительно бодхичитты говорят, что главное в том, что её породить не надо, она уже порождена. Любовь и сострадание бодхичитты должны, поистине, пребывать в нас постоянно. Стало быть, пустое повторение сотни тысяч раз формулы бодхичитты без того, чтобы принять бодхичитту сердцем, – совершенно бессмысленно. Если принимаешь обет бодхичитты в присутствии Будд и бодхисаттв, а затем не выполняешь его, ты их

просто обманываешь. Большой провинности не существует. Не обманывайте также и людей, но стремитесь во всякое время культивировать бодхичитту.

III. Заповеди бодхичитты.

Бодхичитта устремления содержит три заповеди: считать других равными себе; ставить себя на место других, уступая им своё; и придавать другим большую значимость, чем себе. Заповеди бодхичитты вовлечённости заключаются в практике шести заповедных совершенств.

1. Заповеди бодхичитты устремления.

1.1. Считать других равными себе.

Причина, по которой мы с безначальных времён блуждаем в океане страданий, именуемом сансара, состоит в том, что отсутствие «я» мы принимаем за «я», а отсутствие самости – за самость и вследствие этого печёмся исключительно о себе. Вместо этого размышляйте следующим образом.

Мы хотим быть счастливыми и не испытывать никаких страданий. Всё неприятное, что с нами происходит, нам кажется невыносимым. Даже булавочный укол или крохотный ожог от искры заставляют нас плакать от боли, – мы и этого не можем стерпеть. Укус вши в спину приводит нас в ярость. Мы ловим вошь, кладём её на ноготь большого пальца и давим другим ногтем. И, уже убив её, мы ещё долго в гневе трём ногти. В наши дни большинство людей не видят ничего худого в том, чтобы убить вошь. Но, поскольку это действие всегда производится в состоянии гнева, оно, безусловно, ведёт к перерождению в Свалочно-дробильном аду. Нам надо устыдиться того, что мы считаем столь малые неудобства непереносимыми и в ответ на них причиняем другому существу такие страдания.

Все другие существа в трёх мирах так же, как и мы, хотят быть счастливыми и не хотят подвергаться страданиям. Но, стремясь к счастью, они не ведают того, что счастье является следствием десяти благих действий. Не желая страдать, они отдают все свои силы на совершение десяти неблагих действий, которые являются причиной страдания. Поэтому их действия находятся в противоречии с их глубинными устремлениями, и

поэтому они непрестанно страдают. Среди всех этих существ нет ни одного, кто когда-либо с безначальных времён не был бы нашим отцом или матерью.

Теперь, когда мы приняты в ученики истинным духовным учителем, начали практиковать священную Дхарму и можем различать, что является благотворным, а что – пагубным, нам следует с любовью заботиться о существах, наших бывших матерях, пребывающих в плену собственных заблуждений. Мы должны впредь не делать различия между собой и другими. Мы должны также медитировать о том, чтобы, презрев любую неблагодарность и преодолев предрассудки, не делать более никакого различия между друзьями и врагами.

Постоянно размышляйте таким образом и непрестанно медитируйте об этом. Всё счастье и благополучие, которых вы желаете для себя, в такой же мере желают для себя другие. Поэтому, когда стремитесь добиться счастья для себя, стремитесь также добиться счастья для других. Стремитесь избавить их от малейшего страдания, как вы стремитесь это сделать для себя. В той же мере, в какой вы радуетесь своему благополучию и благосостоянию, радуйтесь всем сердцем, когда то же самое становится уделом других. В целом, не делайте различия между собой и другими существами в трёх мирах и полностью посвятите себя поиску мер к тому, чтобы все были счастливы сейчас и во все времена.

Когда Тругпа Синачен обратился к Падампе Сангье с просьбой дать ему полное наставление в одной фразе, тот ответил так: «Всё, чего хочешь ты, также хотят и другие. Так что поступай соответственно!»

Итак, полностью искорените в себе все те основанные на привязанности и ненависти ложные взгляды, которые побуждают вас заботиться лишь о себе и ненавидеть других, и относитесь к себе и к другим одинаково.

1.2. Взаимозамена себя и других.

Посмотрите на человека, который действительно страдает от болезни, голода, жажды или какой-либо другой невзгоды. А если это невозможно, вообразите, что такой человек стоит перед вами.

При выдохе представьте себе, что вы отдаёте ему всё своё счастье и всё самое вам дорогое: своё тело, богатство, заслуги, – подобно тому, как вы могли бы снять с себя одежды и одеть в них другого.

Затем представьте себе, что при вдохе вы принимаете на себя все страдания этого человека и что в результате он освобождается от всех своих невзгод и обретает счастье.

Начните эту медитацию, отдавая счастье и принимая страдания только одного человека, а затем постепенно присоединяйте всех других существ.

Когда с вами случается что-либо неприятное или мучительное, думайте с искренним состраданием обо всех существах в трёх мирах, которые в данную минуту так же, как вы, страдают. Пожелайте, чтобы все их страдания созрели в вас и чтобы они могли освободиться от них и быть счастливыми. Когда вам хорошо и вы чувствуете себя счастливыми, пожелайте, чтобы это счастье могло распространиться и составить счастье всех существ.

Эта практика бодхичитты, когда производится обмен местами с другими, является высшей, непреложной и наиболее существенной медитацией для всех, вступивших на путь Махаяны. Если вы хотя бы один раз реально испытаете такого рода взаимообмен, это очистит ваши принесённые из многих кальп негативные действия и омрачения и создаст огромное накопление заслуг и мудрости. Это спасёт от перерождения в низших сферах и от перерождений, которые могли бы привести к этому.

В одной из предыдущих жизней Будда переродился в аду, где обитателей заставляли тащить повозки. Он был впряжён в повозку вместе с другим человеком по имени Камарупа, но оба они были слишком слабы, чтобы сдвинуть свою повозку с места. Стражи понукали их и били их раскалённым докрасна оружием, причиняя им ужасные страдания. Будущий Будда подумал так: «Хотя нас двое, мы всё равно не можем сдвинуть повозку, и каждый из нас страдает наравне с другим. Если я буду один тащить повозку, то страдания достанутся мне одному, и тогда, по крайней мере, Камарупа сможет почувствовать облегчение?»

И тогда он сказал стражам:

– Наденьте его упряжь на мои плечи, я один буду тащить повозку.

Но стражи рассердились:

– Кто это может избавлять существ от следствий их собственной кармы! – кричали они и били его дубинками по голове.

Благодаря этой благой мысли, Будда тотчас же был избавлен от этой жизни в аду и переродился в небесной сфере. Говорят, что именно после этого случая он начал приносить благо другим.

В другой из своих предыдущих жизней Будда был «Дочерью» морского капитана Валлабхи и снова он освободился от низших сфер, как только реально заместил других собой.

Жил однажды домохозяин по имени Валлабха, у которого умерли все его сыновья. Поэтому, когда у него родился ещё один сын, он решил называть его «Дочь» в надежде,

что тогда он выживет. А потом Валлабха отправился на поиски алмазов, но его судно ушло под воду, и он утонул. Когда сын вырос, он спросил мать, чем занимался его отец. Боясь сказать ему истину, чтобы он также не отправился в плавание, мать сказала, что отец торговал зерном. Так «Дочь» занялся торговлей зерном и содержал мать на четыре каури, которые зарабатывал в день. Но потом другие торговцы зерном сказали ему, что он не принадлежит к их касте и потому не должен торговать зерном.

Вынужденный бросить торговлю зерном, он снова пошёл к матери с тем же вопросом. На этот раз она сказала ему, что отец торговал благовониями. Он начал торговать благовониями и содержал свою мать на восемь каури, которые зарабатывал в день. Но далее «Дочь» снова был вынужден бросить своё дело, и тогда мать сказала ему, что отец торговал одеждой. Он стал торговать одеждой и приносил матери шестнадцать каури в день. И снова, по настоянию других торговцев одежды, ему пришлось бросить это дело. На сей раз ему было сказано, что он принадлежит к касте ювелиров. Он начал торговать драгоценностями и приносил матери каждый день тридцать две каури. И вот тогда-то другие ювелиры сказали ему, что он принадлежит к касте тех, кто странствует по морям и океанам, отыскивая драгоценности, и что именно этим он и призван заниматься.

В тот день, вернувшись домой, он сказал матери:

– Оказывается, я принадлежу к касте искателей драгоценностей. Так что я должен заниматься своим делом, плавать по морям.

«Это так, – ответила она. – Ты принадлежишь к касте искателей драгоценностей. Но твой отец и все твои предки погибли в море, отыскивая драгоценности. Если ты пойдёшь в море, ты тоже погибнешь. Прошу, не делай этого! Оставайся дома и торгуй здесь».

Но «Дочь» не мог ей подчиниться и приготовился к плаванию. Когда он отправлялся в путь, мать, будучи не в силах отпустить его, вцепилась в край его куртки и разрыдалась. «Дочь» пришёл в ярость: «Своими слезами ты накликаешь мне беду в море», – закричал он ей, стукнул её по голове и ушёл.

Во время плавания судно потерпело крушение, и почти вся команда утонула, но «Дочь» вовремя ухватился за доску, которая и вынесла его на берег острова. Он пришёл в одно селение, носившее название Радость. В роскошном доме, построенном из драгоценных камней, его поджидали четыре прелестные богини. Они приготовили ему место для сидения, покрыв его шёлковыми подушками, и поднесли ему три белых и три сладких угощения. Когда он собирался уходить, они его предупредили, чтобы он не двигался на юг, потому что там его ждёт большое несчастье. «Дочь», однако, не обратил на это никакого внимания и отправился в путь.

Он прибыл в другое селение под названием Великая Радость, ещё красивее, чем предыдущее. Там к его услугам были восемь прелестных богинь. И снова они его предупредили, что, если он пойдёт на юг, его ждёт большое несчастье. Но он снова не обратил внимания на их слова и продолжал свой путь.

Потом он прибыл в селение, носившее название Упоение, которое было ещё замечательнее и совершеннее, чем два предыдущих. Там его приветствовали шестнадцать очаровательных богинь, которые также прислуживали ему и также предупредили его, чтобы он не ходил на юг, и снова это было бесполезно.

«Дочь» продолжал свой путь и подошёл к белой крепости, крыша которой уходила в небесные выси. Она называлась Замок учителя Брахмы, и там тридцать две изумительно красивые богини пригласили его войти внутрь. Они приготовили ему диван с шёлковыми подушками, поднесли ему три белых и три сладких угощения и умоляли его остаться. Но он хотел двигаться дальше. Когда он собирался уходить, они его предупредили:

– Куда бы ты ни направлялся, избегай двигаться на юг! Там тебя постигнет большое несчастье!

Но что-то побуждало его двигаться на юг, так что туда он и направился. Вскоре он увидел железную крепость, башни которой уходили в небо. У входа стоял чёрный человек с красными страшными глазами и с большим железным ломом в руке. «Дочь» спросил его, что находится внутри этого здания, но человек ничего не ответил. «Дочь» приблизился, взглянул вовнутрь и увидел множество других людей, подобных первому. Его сковал ужас, и волосы встали дыбом. «Вот оно, несчастье, – сказал он себе. – Это, должно быть, то самое несчастье, о котором меня предупреждали».

Он вошёл и увидел человека, мозги которого дробило металлическое колесо, вращавшееся у него над головой.

– Чем ты такое заслужил? – спросил его «Дочь».

– Я ударил по голове мою мать, и это полностью созревшее кармическое следствие моего поступка. А ты? Почему ты не принял того благоденствия, которое тебе предлагали в Замке учителя Брахмы? Почему пришёл сюда в поисках страдания?

– Я полагаю, меня также толкала сюда моя карма, – ответил «Дочь».

В этот момент голос откуда-то из пространства произнёс:

– Пусть заточённый получит свободу, а тот, кто свободен, делается заточён.

В то же мгновение металлическое колесо стало вращаться над головой «Дочери». Его мозг, как раньше мозг того другого человека, превратился в месиво, и он испытывал ужасную боль.

Эта боль разбудила в нём сильное сострадание ко всем тем, кто был в том же положении, что и он. «В сферах сансары, – подумал он, – есть другие существа, которые, как и я, испытывают страдание из-за того, что они ударили своих матерей по голове. Пусть все эти страдания созреют во мне, и пусть я один понесу наказание за всех. Пусть никогда ни один из них в следующих жизнях не испытывает подобной боли». Колесо немедленно взлетело в воздух, его боль утихла, и он вознёсся в блаженном экстазе на высоту семи палм.

Практика обмена местами себя и других в процессе тренировки бодхичитты – это лучший и незаменимый метод для достижения состояния Будды. В прошлом это была, фактически, основная практика учителей школы Кадам.

Однажды геше Чекава, который знал на память множество книг по логике и был знаком со многими учениями Старой и Новой школ, отправился навестить геше Чакшингву. На его подушке он увидел небольшую книгу и, открыв её, прочитал такие фразы:

Отдай обретения и победы другим,
А потери и поражения возьми себе.

«Какое необычное наставление!» – подумал геше Чекава и спросил геше Чакшингву, как называется это учение.

- Это Восемь стихов геше Лангри Тхангпы.
- У кого есть эти наставления?
- У самого геше Лангри Тхангпы.

Геше Чекава решил раздобыть эти наставления. Сначала он отправился в Лхасу и провёл несколько дней, обходя священные места. Однажды вечером некий прокажённый из Лангтханга сказал ему, что Лангри Тхангпа умер. Чекава спросил, кто был преемником этой традиции, и получил ответ, что были два возможных преемника, Шунгшунгпа и Додепа, но не было согласия относительно того, кто именно станет преемником. Однако не из-за соперничества – Шангшунгпа говорил Додепе:

– Ты старше из нас двоих. Тебе и подобает быть преемником. А я буду тебе служить, как если бы ты был Лангри Тхангпой.

Но Додепа ему отвечал:

- Нет, ты более учён. Тебе и надо быть преемником.

Каждый видел другого безупречно чистым. Однако Чекава толковал это отсутствие согласия относительно преемственности как недостаток, который доказывал, что ни один

из них не овладел вполне наставлениями учителя. Он попытался выяснить, кто же наилучший преемник, и все называли ему Шараву.

Геше Шаравы передавал многотомные наставления доброй тысяче членов Сангхи. Чекава слушал его в течение нескольких дней, но тот ни одним словом не обмолвился о тех наставлениях, которые он разыскивал.

«Похоже, и у него их нет, – подумал он. – Надо будет спросить. Если они у него есть, я останусь. Если их нет, мне тут нечего делать».

Итак, Чекава пошёл к Шараве, который в это время обходил ступу посолонь. Он расстелил на земле подстилку и попросил Шараву присесть на минуту, потому что должен кое-что у него спросить.

– Почтенный монах, – отвечал ему Шаравы, – тебе что-то непонятно? Я лично всегда решаю свои вопросы, сидя на подушке для медитации.

– Я прочитал в одном тексте такие слова:

Отдай обретения и победы другим,

А потери и поражения возьми себе.

Мне они очень понравились. Стоит ли за этим более глубокий смысл?

– Почтенный монах, нравится тебе это учение или нет, но пренебречь им можно лишь в том случае, если нет намерения достичь состояния Будды.

– Ты являешься держателем этого учения?

– Да, это моя основная практика, – ответил Шаравы.

– Тогда, умоляю тебя, научи меня этому, – сказал Чекава.

– Можешь ли ты пробыть вместе со мной достаточно долго? Если да, то я тебя этому научу.

От него Чекава получал «наставления на основе опыта»¹²⁶ т в ходе тренировки сознания, которая продолжалась непрерывно шесть лет. Благодаря этой тренировке он смог полностью избавиться от всех проявлений себялюбия.

Нет лучшей рекомендации относительно того, как избавиться от болезней и страданий в этой жизни и как покорить злых духов, враждебные силы и чинителей зла, чем медитация о бодхичитте с обменом местами себя и других. Упорно медитируйте об этом; неизменно и при всех обстоятельствах отвергайте, словно яд, тот привычный негативный строй мыслей, при котором своему «я» придаётся слишком большая значимость.

1.3. Ценить других больше, чем самого себя.

«Пусть я останусь в сансаре; пусть я буду в аду; пусть я буду болеть и страдать; или испытаю другие беды! Я всё это перенесу! Пусть страдания других существ созревают во мне. Пусть другие существа наслаждаются моим счастьем и всеми следствиями моих благих действий!»

Порождайте в глубине своего естества эту мысль и претворяйте её в жизнь, следуя примерам учителей Атиши Майтрийогина и Дхармаракшита, а также примеру нашего Учителя Шакьямуни, когда он переродился в облике повелителя Падмы, в облике черепахи и в облике правителя Маничуды.

Однажды, когда учитель Атиши Майтрийогин обучал Дхарме, один человек, находившийся поблизости, бросил камень в собаку. Майтрийогин вскрикнул от боли и упал с трона. Видя, что с собакой ничего не произошло, люди подумали, что он, должно быть, притворяется. Но Майтрийогин, умевший читать мысли людей, показал им то место на плече, где был ясно виден припухший след от камня, брошенного в собаку. Это явное доказательство всех убедило: Майтрийогин принял на себя физически то страдание, которое причинил собаке брошенный в неё камень.

Учитель Дхармаракшита начинал как учёный шравака из школы вайбхашики. Хотя в ранние годы он ни разу не слышал наставлений по Великой колеснице, он испытывал естественную связь с этой традицией и спонтанно, без всяких усилий со своей стороны, был наделён глубоким состраданием.

Как-то неподалёку от того места, где он жил, один человек заболел тяжёлой болезнью, и врач сказал ему, что он может излечиться, если съест плоть живого человека. А если он этого не найдёт, никакой надежды нет.

– Если тебе это может помочь, я дам тебе кусок моей плоти, – сказал Дхармаракшита.

И, срезав кусок мяса с бедра, отдал его больному. Тот съел мясо и выздоровел. Дхармаракшита тогда ещё не постиг пустоту, и страдал от невыносимых болей, но благодаря своему глубокому состраданию не испытывал ни малейшего сожаления.

– Ты себя чувствуешь лучше? – спросил он больного.

– Да, у меня всё хорошо. Но погляди, какие страдания я тебе причинил!

– Я перенёс бы и смерть, если бы это принесло тебе счастье, – сказал Дхармаракшита.

Однако у него была такая боль, что он не мог спать. Наконец под утро он задремал, и ему приснился сон. Перед ним появился человек в белом и сказал:

– Очень хорошо! Очень хорошо! Тот, кто хочет достичь Просветления, должен пройти через подобные испытания.

Человек плюнул на рану и провёл по ней рукой. Рана исчезла, и даже шрама не осталось.

Когда Дхармаракшита очнулся от своего сна, он увидел, что рана и в самом деле зажила. Человек в белом был сам Великосоградательный. В сознании Дхармаракшиты пробудилось истинное постижение естественного состояния, а с его губ непрерывно слетали слова из Трактата о срединном пути Нагарджуны.

В давние времена, когда в одной из своих предыдущих жизней Будда Шакьямуни был правителем по имени Падма, в его владениях вспыхнула страшная эпидемия, и многие из его подданных погибли. Правитель призвал врачей и спросил, существуют ли средства для борьбы с этой болезнью.

– Эту болезнь можно излечить только мясом рыбы рохита, – сказали они. – Эта болезнь так омрачила наше сознание, что мы не можем думать о других способах лечения.

В один прекрасный день, поутру, правитель принял ванну, надел новые одежды и совершил церемонию покаяния и очищения. Он сделал обильные подношения Трём Драгоценностям и произнёс такую пламенную молитву:

«Да будет мне дано сразу после смерти переродиться в реке Ниврите в образе рыбы рохита!»

Затем он бросился вниз с высоты своего дворца в тысячу локтей и тут же переродился в образе рыбы рохита, которая кричала человеческим голосом: «Я рыба рохита, берите моё мясо и ешьте!»

Все приходили есть мясо рыбы. Как только они съедали мясо с одного бока, рыба поворачивалась, чтобы они могли есть с другого. Пока они ели мясо с другого бока, первый снова покрывался плотью. Таким образом, поедая мясо то с одного, то с другого бока, все больные смогли излечиться.

Тогда рыба обратилась к ним с такими словами:

– Я Падма, ваш правитель. Я ушёл из жизни и переродился в образе рыбы рохита, чтобы спасти вас от эпидемии. В качестве вашей благодарности за это прекратите совершать зло и вершите как можно больше добра.

Все подчинились и с той поры никогда не перерождались в низших сферах.

В другом случае, когда Шакьямуни родился в образе огромной черепахи, судно, перевозившее пятьсот торговцев, пошло ко дну. Все должны были утонуть, но черепаха крикнула им человеческим голосом:

– Взбирайтесь мне на спину. Я вас спасу.

Черепаша дотащила всех торговцев до суши, а потом без сил свалилась на берегу и заснула. Пока она спала, на неё налетела туча мух кетака, которые принялись высасывать из неё кровь. Она проснулась и, увидев, сколько их там было, поняла, что, если она двинется обратно к воде или же станет кататься по земле, она всех мух убьёт. Так что она просто лежала там, на песке, отдавая им свою жизнь.

Когда потом эта черепаха стала Буддой, мухи переродились в восемьдесят тысяч богов, которые слушали наставления Будды и выпитывали истину.

Был ещё случай, когда Будда переродился в земле Сакета как сын правителя по имени Золотой Гребень и его супруги, носящей имя Весёлая Красота. На темени у их сына оказался бугор¹²⁷ из драгоценного камня, откуда сочился нектар, превращавший железо в золото. Поэтому его назвали Маничуда, то есть Драгоценный Гребень. Когда Мани-чуда родился, пошёл дождь из всевозможных драгоценностей. Он был обладателем слона, прозванного Гора Великолепия. Когда он стал правителем, то правил в соответствии с Дхармой, всегда проявлял безграничную щедрость, стремясь таким образом покончить с бедностью и нищетой.

Риши по имени Бхригу отдал за него свою дочь, родившуюся из лотоса и отмеченную всеми благоприятными знаками. От этого союза родился сын, точное подобие отца, которого назвали Лotosовый Гребень.

Однажды правитель задумал устроить грандиозную церемонию подношения даров, на которую он пригласил среди прочих риши Бхригу и правителя по прозвищу Душьята – Невыносимый. В это время Индра, желая проверить намерения правителя, принял форму ракшасы. Он вынырнул из жертвенного огня и, обратившись к правителю, потребовал у него еду и питьё. Правитель предлагал ему всевозможные блюда и напитки, но тот от всего этого отказывался.

– Мне нужны, – произнёс он с неким подобием улыбки на лице, – лишь тёплая плоть и кровь только что убитого существа.

Эти слова озадачили правителя. «Чтобы дать ему желаемое, – подумал он, – я должен нанести вред другим. А я не стану вредить другим даже под угрозой смерти. Но, если я не дам ему этого, его надеждам придёт конец. Что же мне делать?» И тогда он решил, что пришло его время отдать свои собственные плоть и кровь, и сказал ракшасе:

– Я отдам тебе мои плоть и кровь.

Все присутствующие пришли в ужас и пытались отговорить его, но безуспешно. Правитель вскрыл себе вену и предложил ракшасе свою кровь. Ракшаса напился до отвала. Потом правитель стал срезать куски своей плоти, пока не обнажились кости, но

злой дух всё их поедал. Все присутствующие были охвачены горем. Супруга правителя упала в обморок. Но правитель не потерял самообладания, и Индра был доволен.

– Я Индра, – сказал он правителю. – Мне не нужны твои плоть и кровь, так что не давай мне больше.

Он приложил к ранам на теле правителя божественный нектар, и правитель снова обрёл свой прежний вид.

Некоторое время спустя Маничуда – Драгоценный Гребень подарил слона Гору Великолепия своему министру по прозвищу Колесница Брахмы. Затем прибыл ученик риши Маричи, постигший высшую степень сосредоточения. Правитель принял его с великими почестями и спросил, каково будет его желание.

– В благодарность моему учителю за то, что обучил меня Ведам, я хотел бы подарить ему кого-либо в услужение, потому что он теперь стар и у него никого нет. Я пришёл просить у тебя твою жену и сына.

Правитель отпустил их. Ученик риши отвёл их в подарок своему учителю.

Между тем правитель по прозвищу Невыносимый возжаждал получить слона. Прибыв в свою землю, он отправил посланца с требованием, чтобы ему отдали слона. Он был вполне осведомлён, что слон уже подарен брахману. Но он отказывался слушать какие-либо доводы и угрожал войной, если ему не отдадут слона. Когда к земле правителя Маничуды стали подступать враждебные войска, он почувствовал глубокую печаль. «Как печально, что алчность может в одно мгновение обратить ближайшего друга в злейшего врага! – думал он. – Если бы я сразился с ним, я бы с лёгкостью его победил. Но тогда пострадали бы многие, так что придётся мне бежать!»

Пред ним предстали четыре пратьекабудды и сказали ему:

– Великий правитель, пришло время тебе скрыться в лесу.

Тогда он отбыл в лес Всеобщего очарования, а его министры пошли к Маричи попросить его, чтобы он вернул им молодого наследника, которого правитель ему подарил. Маричи отдал наследника, и тот взял на себя командование армией и повёл её в бой. Невыносимый был разбит и должен был отступить, а его злые мысли и деяния навлекли на его страну болезни и голод. Когда правитель Невыносимый спросил своих брахманов, что может положить конец этим бедам, они ответили:

– Избавление таится в драгоценности на темени правителя Маничуды. Ты должен попросить её у него.

– Он, конечно, откажет, – сказал Невыносимый.

Брахманы, однако, настаивали, утверждая, что он не откажет. Разве он не был знаменит тем, что никогда не отказывал в просьбах? И тогда с этой просьбой послали к нему одного брахмана.

Маничуда бродил по лесу, разглядывая всё вокруг, и оказался поблизости от убежища Маричи в тот самый момент, когда его собственная супруга разыскивала в лесу неподалёку коренья и листья и на неё напал охотник.

– Драгоценный Гребень, спаси меня! – закричала она.

Её отдалённые стенания донеслись до слуха правителя; и тот, не понимая, что это может значить, пошёл посмотреть. Завидя его, охотник решил, что это риши Маричи, и, страшась его проклятия, убежал. Правитель увидел свою супругу, прежде всегда благоденствовавшую в беспредельной роскоши его дворца, в состоянии такого полного изнеможения, что он был глубоко тронут.

«Как это грустно, – подумал он, – что всё составное столь непостоянно». Как раз в эту минуту подошёл брахман, посланный правителем Невыносимым. Он рассказал правителю то, что ему было велено, и попросил у него выступ, бывший на голове.

– Отрежь и бери, – сказал правитель.

Брахман так и поступил, а потом удалился. Так всем болезням и голоду в землях правителя Невыносимого был положен конец. Маничуда чувствовал боль, причиняемую раной, и эта боль пробудила в нём глубокое сострадание ко всем существам, живущим в горячих адах. А потом он потерял сознание. В это время прибыли, побуждаемые появлением благоприятных знаков, многочисленные члены дворцового кабинета и также многие боги.

– О, правитель, что случилось? – спрашивали они.

Маничуда сел и стёр с лица кровь, стекавшую ему на лицо.

– Невыносимый прислал нарочного с просьбой отдать ему мой выступ на темени, и я отдал.

– Что подвигло тебя сделать это? – спросили они.

– Я не пытался чего-либо добиться для себя. Моим единственным желанием было спасти земли Невыносимого от болезней и голода. Но у меня есть ещё одно желание...

– Какое?

– Быть в состоянии защитить всех существ, – ответил он.

– Но после всего происшедшего... Неужели ты не испытываешь никаких сожалений?

– Никаких.

– Трудно в это поверить, глядя на страдальческое выражение твоего лица.

– Если я, поистине, не сожалею, что отдал Невыносимому и его подданным мой бугор с темени, пусть моё тело снова станет таким, каким оно было прежде! Так и произошло. И тогда его сторонники стали умолять его, чтобы он вернулся во дворец, но он отказался. В эту минуту снова появились четыре пратьекабудды.

– Если ты так замечательно помогаешь своим врагам, почему бы не помочь также и своим друзьям? – спросили они. – Теперь ты должен вернуться во дворец.

Он вернулся во дворец и принёс своим подданным благоденствие и счастье.

2. Предписания бодхичитты вовлечённости: шесть запредельных совершенств.

Первые пять из шести запредельных совершенств – щедрость, нравственность, терпение, усердие и сосредоточение представляют собой различные стороны практики искусных средств. Шестое совершенство, мудрость, связано с накоплением исконной мудрости¹²⁸.

2.1. Запредельная щедрость.

Щедрость может проявляться в трёх видах: материальное даяние, даяние Дхармы и даяние защиты от опасностей.

2.1.1. Материальное даяние.

Материальное даяние бывает трёх типов: даяние обыкновенное, даяние особое, даяние исключительное.

Даяние обыкновенное относится к даянию любых материальных предметов, даже если это не более чем щепотка чайных листьев или миска ячменя. Если намерение абсолютно чистое, тогда количество дарованного несущественно.

В Раскаянии в проступках говорится о «позитивном воздействии на будущее даяния даже самой малости еды существу, рождённому в мире животных».

Говорят, что Победители, с их мастерским владением искусными средствами и величайшим состраданием, способны с помощью мантр, дхарани и других специальных приёмов помочь голодным духам, столь же многочисленным, как число песчинок в Ганге, давая им лишь одну каплю воды или одно зерно ячменя.

Сжигаемые подношения, «белые» и «красные», приносят огромное благо голодным духам, перемещающимся в пространстве. Духи, которые в противном случае питаются, поглощая жизненную силу других, могут быть временно удовлетворены запахом сжигаемой пищи, и их сознание открывается для восприятия Дхармы*.

* Во время ритуала сжигаемых подношений (см. Глоссарий) «даяние Дхармы» обычно преподносится в форме стиха, суммирующего Учение Будды: «Удержи порочные наклонности...». (см. с. 330)

Благодаря этому они больше не посягают на жизнь других, и таким образом многие существа ограждаются от опасности смерти. Это равносильно защите от опасности, так что практика подношения сжигаемой пищи включает в себя все три вида щедрости.

Так как подношения воды-с-зерном* и сжигаемой пищи эффективны и легко выполнимы, стремитесь подносить и то и другое непрерывно и регулярно. Раз в году принято совершать по сто тысяч подношений воды-с-зерном.

Когда у людей недостаточно еды и не хватает денег, они держатся за это мёртвой хваткой и в итоге так и не используют возможность практиковать щедрость ни ради этой жизни, ни ради будущих. Сколько бы они ни имели, всё равно считают, что у них ничего нет, и стенают, будто они на грани голодной смерти. Такое поведение может породить немедленное следствие, сходное с причиной**, создавая подобие сферы голодных духов.

* Тиб.: chu gtor. Такое подношение принято выполнять ежедневно. См.: Патрул Ринпоче. Слова моего всеблагочестивого Учителя. СПб., 2004. С. 319. – *Прим. ред.*

** См. с. 179.

Избегайте подобного отношения и старайтесь быть щедрыми, делая подношения Трёх Драгоценностям и подавая бедным. Как говорит Почтенный Мила:

Вынь еду из своего рта и отдай голодным.

А иначе, если вы позволите себе быть рабом привязанности к собственной персоне, может наступить момент, когда, имея вы даже всё богатство мира, этого будет казаться недостаточно. Так что вы всё равно будете опасаться почерпнуть из того, что у вас уже

есть, и вместо этого станете уверять себя, что для подношений и подаяния нищим вам надо ещё раздобывать что-то потом, со временем, или где-нибудь в другом месте.

Вообще говоря, Будда учил, что даяние материальных предметов и другая практика, связанная с материальной собственностью, подобают лишь бодхисаттвам в миру. Монахам же и монахиням необходимо просто умерить свои желания, научиться быть довольными тем, что у них есть, и настойчиво, не страшась трудностей, проводить где-либо в горной пустыни либо в других уединённых местах тренировку в трёх практиках высшего пути.

Некоторые практикующие прекращают практику Дхармы, чтобы заняться торговлей, сельским хозяйством или ещё чем-либо, приносящим деньги; и ценой махинаций и неблагих действий скапливают немалые богатства. Они утверждают, что практикуют Дхарму, делая с помощью денег, которые они заработали, подношения и благотворительные подарки. Однако о таких именно людях говорится:

Если не практиковать Дхарму согласно Дхарме, то сама Дхарма может стать причиной перерождения в низших сферах.

Такое отношение к вещам бессмысленно. Важно всегда и при всех обстоятельствах довольствоваться тем, что есть.

Даяние особое. Имеется в виду даяние чего-либо редкого и очень ценного для вас лично; как, например, если вы отдаёте свою лошадь или слона, или даже своего сына или дочь.

Даяние исключительное. Речь идёт о принесении в жертву своих членов, тела или жизни. Примерами являются наследник трона по прозвищу Великий Храбрец, отдавший своё тело голодающей тигрице; Нагарджуна, отдавший голову сыну правителя Сурабхибхадры*, и Мандабхадри, дочь правителя, также накормившая своим телом тигрицу.

* См. с. 192.

Однако такого рода щедрость должна практиковаться только теми, кто достиг одного из уровней бодхисаттвы. Заурядные существа это практиковать не могут. Пока что без всякого сожаления мысленно посвящайте своё тело, жизнь и собственность благу всех существ и молитесь, чтобы наступило время, когда вы будете в состоянии отдать всё это на самом деле.

2.1.2. Даяние Дхармы.

Это означает направлять других в духовных тренировках, то есть давать посвящения, объяснять Дхарму, делать устные передачи текстов и т. п.. Однако до той поры, пока мы не преодолеем наши собственные эгоистические устремления, наши действия во имя блага других существ будут оставаться лишь видимостью.

Ученики Атиши спросили его, когда они смогут учить других, работать во имя блага других и переносить сознание недавно умерших. Атиша ответил:

Сможете учить других, как только осознаете пустоту и обретёте ясновидение.

Сможете работать ради их блага, как только завершите всё, что следует сделать для собственного блага¹²⁹.

Сможете переносить сознание умерших, как только вступите на путь видения.

Он также говорил:

Наша эра упадка – не время хвалиться геройством, но время – всем сердцем решимость свою проявить;

И не время удерживать важное место, но время – держаться лишь скромных мест;

Полагаться на круг приближенных ли, слуг ли – не время, это время – пора в одиночестве жить;

И заботиться об учениках – тоже не время, но время пришло позаботиться о себе;

Не время слова анализировать, но время в смысл их вдумываться;

Не время путешествовать туда и сюда, но время на одном месте оставаться.

Три брата спросили геше Тонпу, что важнее, практиковаться в одиночестве или помогать другим с помощью Дхармы. Геше Тонпа ответил им так:

Нет пользы, если начинающий, у которого нет ни опыта, ни постижений, пытается помогать другим с помощью Дхармы. Из его благословений можно извлечь не больше содержимого, чем из пустого сосуда. Его наставления не имеют ни содержания, ни вкуса, словно пиво, сваренное без зёрен.

Тот, кто находится на стадии порождения и достиг уровня Тепла в практике, но ещё не утвердился в ней, не может работать на благо других. Его благословения подобны переливанию из одного сосуда в другой: он может наполнить других, лишь опустошив

себя. Его наставления подобны лампе, передаваемой из рук в руки: если он приносит свет другим, то сам остаётся в темноте.

Но тот, кто достиг одного из уровней бодхисаттвы, способен работать на благо других. Его благословения имеют силу сосуда, исполняющего желания: он может довести всех существ до созревания, не иссушая при этом себя. Его наставления подобны освещению от центрального источника света: они дают свет другим, не оставляя его самого в темноте. Таким образом, наш период упадка – это не время для заурядных существ помогать другим внешними средствами, но скорее время жить в одиночестве и тренировать своё сознание в духе любви и сострадания бодхичитты. Это время, когда следует охранять своё сознание от омрачений. Когда драгоценное целебное дерево¹³⁰ только пускает ростки, это время не для того, чтобы срывать его, но время его охранять.

По этим причинам достаточно трудно действительно приносить Дхарму в дар другим. Если излагать Учение другим прежде, чем сделаешь его основанием своей жизни, это не принесёт им никакой пользы. А если излагать Дхарму ради стяжания подношений и материальной выгоды, так это как раз и есть то, что Падампа Сангье называл «использовать Дхарму в качестве обменного товара для обогащения».

Пока полностью не преодолеее желание стяжать что-либо для себя, лучше не устремляться к альтруистической деятельности. Вместо этого лучше молиться – чтобы звуки ваших молитв, чтение мантр и священных текстов очищали сознание всех благорасположенных духов. Достаточно читать молитвы о щедром даянии Дхармы, которые завершают тексты ритуалов подношения воды-и-зерна и подношения тела¹³¹, такие как:

Удержи порочные наклонности,
Пусть благие полностью проявятся;
Подчини всецело свою психику –
В этом всё Ученье Пробуждённого!

Когда ваши себялюбивые желания будут исчерпаны, настанет время, когда вы сможете полностью, не заботясь о собственном покое и счастье, ни на мгновение не ослабляя своих усилий, посвятить себя другим.

2.1.3. Даяние защиты от опасностей.

Это означает делать всё от вас зависящее, чтобы помогать тем, кто испытывает трудности; к примеру, предоставлять убежище тем, у кого его нет; защищать тех, у кого нет защитника; быть с теми, кто одинок. Это относится, в частности, к таким действиям, как проведение мероприятий по запрету охоты и рыбной ловли, если это в вашей власти; выкуп овец, которых ведут на убой; спасение жизни рыб, червей и насекомых, которых ждёт смерть. Будда учил, что из всех относительных благих действий спасение жизней является наиболее благотворным.

Различные виды щедрости, вместе взятые, составляют один из существенных аспектов тантрических обязательств (заветов).

В Заветах пяти семейств говорится:

В качестве заветов семейства драгоценности

Постоянно практикуйте четыре вида щедрости*.

* Здесь добавляется четвёртый вид щедрости: даяние любви. Подробнее см.: Лобсан Чойки Гьялцен... С.135.
– Прим. ред.

2.2. Запредельная нравственность.

Запредельная нравственность заключается в том, чтобы избегать неблагих действий, осуществлять благие действия и приносить благо другим.

2.2.1. Избегание неблагих действий.

Это означает – отвергать как яд все десять неблагих действий, совершаемых в плане тела, речи и сознания, если они не направлены на благо других¹³².

2.2.2. Совершение благих действий.

Это означает – всегда и при всех обстоятельствах создавать максимальные возможности для совершения добрых дел, не пренебрегая ни одним сколь угодно малым благим действием.

Как говорится: «Благие дела совершают, когда рот закрыт и руки не заняты; неблагие – когда ходишь вокруг или сидишь».

Лишь если постоянно, осознанно и бдительно наблюдаешь за своими действиями и делаешь усилие, чтобы творить благое и сторониться неблагого, можно избежать совершения множества серьёзных неблагих поступков – в том числе и в тех ситуациях, когда только развлекаешься.

Не относитесь легко к малым промахам,
Полагая, что от них не будет вреда;
Даже крохотная искра может
Подпалить сена целую гору.

Если будете всегда осознанно и бдительно следовать этому совету, то сможете, даже занимаясь повседневными делами, скопить огромный капитал благих действий. Простое проявление почтения к камням с выбитой на них молитвой «Мани» – снимите перед ними шляпу и обойдите посолонь, оставляя их справа, – безусловно, уже ведёт к состоянию Будды, если при этом применяются три высших метода.

И малое добро свершая,
Не думай: «Что это меняет?!»
Вода ведь, падая по капле,
Сосуд огромный наполняет.

Рассказывают истории о том, что собака гонялась за свиньёй вокруг ступы и что семь гусениц упали с листа в ручей и их потоком воды пронесло семь раз вокруг ступы; и что этого оказалось достаточно, чтобы все названные существа обрели со временем Освобождение.

Так что всегда воздерживайтесь от малейших пагубных действий; совершайте все доступные вам благие дела и посвящайте все заслуги благу других. Таков в сжатом виде смысл всех обетов и предписаний бодхисаттв.

2.2.3. Принесение блага другим.

Как упоминалось ранее, когда приходит полное освобождение от эгоистических устремлений, наступает время работать непосредственно во имя блага других, используя упомянутые четыре способа привлекать существ. Для начинающих способом приносить благо другим является посвящение всем существам заслуг от стараний совершать благие действия и избегать неблагих, проводимых с применением трёх высших методов.

2.3. Запредельное терпение.

Терпение имеет три аспекта:

- терпение в преодолении вреда, наносимого другими;
- терпение, помогающее выносить трудности во имя Дхармы;
- терпение, помогающее бесстрашно перенести потрясение от встречи с глубокими истинами.

2.3.1. Терпение, пересиливающее вред, наносимый другими.

Эта форма терпения действует, когда подвергаются нападению, краже, оскорблениям, терпят поражение или становятся объектом клеветы. Следует не впадать в гнев и не испытывать ненависть к обидчикам, но стремиться помочь этим существам, выказывая любовь и сострадание. Говорят, что, если вы, напротив, рассердитесь, то одна вспышка гнева может уничтожить заслуги, скопленные за тысячи калып. Как упомянуто в Бодхичарья-аватаре:

Все обретённые в течение тысяч калып
Заслуги от даров и подношений Буддам
Уничтожаются одной вспышкой гнева¹³³.

И там же читаем:

Нет зла, хуже гнева,

Нет аскезы, лучше терпения¹³⁴.

Поэтому усердствуйте в терпении

Всеми силами, со всем рвением.

Памятуя о бедах, которые приносит гнев, стремитесь при всех обстоятельствах проявлять терпение. Падампа Сангье говорит:

Этот ненавистный враг – заблуждение, порождённое кармой.

Отриньте свои порочные гневные мысли, о люди Тингри.

А Атиша говорит:

Не гневайтесь и на того, кто вам вредит.

Разгневайтесь на того, кто вам вредит,

Когда же будете практиковать терпение?

Если кто-либо вредит вам, оскорбляет или несправедливо обвиняет, а вы не впадаете в гнев и не таите на него обиду, это зачёркивает множество ваших неблагих действий в прошлом и очищает омрачения. Проявляя в подобных ситуациях терпение, вы скапливаете обильные заслуги. Поэтому считайте всех, кто причиняет вам вред, своими учителями. Как говорится:

Если не на кого было бы сердиться,

Как бы смог я вырабатывать терпение?

В наши дни мы часто слышим о ком-либо, что он, поистине, замечательный лама или монах, но только нрав у него горячий. Однако нет ничего на свете хуже гнева. Как же можно быть хорошим и в то же время иметь вспыльчивый характер?

Падампа Сангье говорил: «Вы не осознали, что одно действие, порождённое вспышкой гнева, хуже, чем сотня действий, порождённых желанием».

Если вы, поистине, усвоили Учение, то всё, что вы делаете, говорите и думаете, будет таким мягким, как хлопья взбитой шерсти, и таким нежным, как суп из цампы, приправленный маслом.

Но ведь может быть и иначе: когда малейшее ваше благое действие или исполненный обет вызывают у вас самодовольство и заставляют раздуваться от гордости.

Или же вы так высокомерны, что обращаете чрезмерное внимание на то, как с вами говорят, и, чуть что, закипаете от гнева, считая, что вас унижают или недооценивают. Такого рода чувствительность показывает, что ваше сознание и Дхарма не согласуются и что Дхарма не оказала ни малейшего благотворного влияния на ваше сознание. Геше Ченгава говорит:

Если изучаем Дхарму, размышляем и медитируем, а наше эго всё растёт, терпение становится более ранимым, чем кожа младенца, и мы испытываем раздражительность под стать злему духу по имени Цанг Цэн, то это показывает, что наши занятия, размышления и медитации идут в ложном направлении.

Будьте всегда смиренны, одевайтесь скромно, относитесь ко всем – хорошим, плохим и нейтральным – с уважением; проверяйте своё сознание Дхармой, используя в качестве точки отсчёта любовь и сострадание бодхичитты. Это, без сомнения, самое существенное в практике Дхармы. И это куда лучше тысячи «весьма возвышенных» воззрений или «весьма глубоких» медитаций, если от них сознанию нет никакого проку.

2.3.2. Терпение, способное выносить трудности во имя Дхармы.

Ради возможности практиковать Дхарму вы должны пренебрегать холодом, жарой и всякими другими неудобствами. В тантрах говорится:

К Дхарме стремитесь до последнего вздоха,
Даже хоть жгут вас в огне или режут ножом.
У старых учителей школы Кадам было четыре установки:
Положить в основу сознания Дхарму,
В основу Дхармы – смиренную жизнь,
В основу смиренной жизни – мысль о смерти
И встретить смерть в пустой голой пещере.

В наши дни предполагается, что можно сочетать упражнения в Дхарме с повседневной мирской деятельностью, продолжая жить в достатке, с удобствами, сохраняя добрую репутацию и притом не беря на себя никаких обязательств и не

подвергаясь лишениям. Приводятся примеры того, как хорошо это получается у других, и восхищаются ламами, которые умеют сочетать Дхарму с мирской жизнью.

Но как могут слиться воедино Дхарма и мирская жизнь? Те, кто утверждает, что добились этого, возможно, наслаждаются роскошной жизнью в миру, но, можете не сомневаться, они не являются истинными практиками Дхармы. Утверждать, что можно одновременно практиковать Дхарму и вести мирскую жизнь, всё равно, что шить иглой с двумя остриями или поместить огонь и воду в один сосуд или скакать одновременно на двух конях в двух противоположных направлениях. Всё это абсолютно невозможно.

Может ли обыкновенный человек превзойти Будду Шакьямуни? Будда не нашёл возможным сочетать Дхарму с мирской жизнью. Он отбросил своё положение правителя, как сплёвывают слюну в придорожную канаву, и обосновался на берегу реки Найранджана, где шесть лет практиковался в аскетизме, употребляя лишь одну каплю воды и одно зерно ячменя в год.

Также и Почтенный Миларепа практиковался без еды и без одежды. Он ел только крапиву, и тело его выглядело, как скелет, покрытый зелёным пухом. Те, кто видел его, не могли понять, человек это или дух. То, что он практиковался столь напряжённо и охотно принимал на себя такие тяготы, несомненно доказывает, что невозможно идти путём Дхармы и в то же время продолжать вести мирскую жизнь. Ведь не думаете же вы, что Миларепа не совмещал то и другое лишь потому, что был не в состоянии сообразить, как это сделать?

Великий сиддха Мелонг Дордже обрёл Прозрение после того, как практиковался девять лет, питаясь лишь корой дерева лакхе.

Всеведущий владыка Дхармы Лонгчен Рабджам в течение многих месяцев жил исключительно на двадцать одной пилюле ртути (в день)*. Когда шёл снег, он забирался в холщовый мешок, который служил ему одновременно и постелью, и одеждой.

Все сиддхи прошлого обрели Пробуждение только благодаря тому, что практиковались с огромной настойчивостью, преодолевая все трудности и полностью отказавшись от какой бы то ни было мирской деятельности. Ни один из них не обрёл Пробуждение, сочетая практику Дхармы с повседневными мирскими делами и живя в довольстве, комфорте и славе. Видьядхара Джигме Лингпа говорит:

«Найдя себе удобное место для жилья, обильную пищу, тёплые одежды и щедрого покровителя, вы успешно послужили злему духу, ещё и не начав служить святой Дхарме?

Геше Шавопа говорит так:

Если вы намерены искренне практиковать Дхарму, вашим устремлением в жизни должна быть нищета. В конце своей нищей жизни вы должны быть готовы оказаться лицом к лицу со смертью. При таком отношении к вещам никакой бог, злой дух или человек не будут в состоянии вам навредить.

Вот что пел Почтенный Мила:

Некому справляться, не болен ли я;
Некому скорбеть, когда я умру;
Умереть мне в этой пустыни одному.
Но это всё, о чём йог может мечтать.

Нет следов по ту сторону от двери,
Нет следов крови внутри**;

* Ртуть используется в практике *bcud len* (извлечение сущности). Нейтрализуется токсичность ртути и из неё делаются пилюли. Медитирующие живут на этих пилюлях, не употребляя никакой другой еды.

** Это может значить, что нет врача, чтобы сделать кровопускание; или просто, что в его скудной пище нет мяса.

Умереть мне в этой пустыни одному.
Но это всё, о чём йог может мечтать.

Некому удивляться, куда я пошёл;
Да и некуда, в сущности, ходить;
Умереть мне в этой пустыни одному.
Но это всё, о чём йог может мечтать.

Мой труп пусть сгниёт и достанется червям;
Мои связки и вены пусть мухи обсосут;
Умереть мне в этой пустыни одному.
Но это всё, о чём йог может мечтать.

Стало быть, следует освободиться от всех привязанностей обыденной жизни и практиковаться, невзирая на холод, жару и любые другие невзгоды.

2.3.3. Терпение для восприятия глубоких истин.

Если вам доведётся получить учение о естественном состоянии глубокой пустоты, о ключевых пунктах учения о естественном Великом Совершенстве за пределами всяких усилий и деятельности; или о Двенадцати раскатах смеха ваджры за пределами следствий благих и неблагих действий; или о Восьми великих непревзойдённых стихах, попытайтесь уловить их подлинное значение, не прикладывая к ним своих ошибочных критериев.

Судить об этих наставлениях ошибочно или критиковать их – это то, что именуется «вредоносный акт отвержения Дхармы», который может привести вас к заточению на бессчётное число калп в глубинах ада. Как говорится в тексте исповеди:

Я исповедуюсь во всех тех случаях,
Когда совершал деяние, более пагубное,
Чем пять преступлений с немедленным следствием:
А именно, когда я отвергал Дхарму.

Однажды перед Атишей предстали два индийских монаха, у которых были явлены все двенадцать характеристик полной практики. Когда Атиша объяснил им, что индивидуумы не имеют самосущего бытия, они выказали удовольствие. Но, когда он объяснил им, что также и явления не имеют самосущего бытия¹³⁵, они воскликнули: «Это ужасно! Как ты можешь такое говорить!» А когда Атиша читал им Сутру сердца, они заткнули уши.

Раздосадованный этим, Атиша сказал им в сердцах:

Если вы не станете практиковать любовь и сострадание бодхичитты и не будете испытывать доверие к глубоким наставлениям, то на одной лишь чистоте ваших обетов вы далеко не уйдёте¹³⁶.

Говорят, во времена Будды было много таких сверхвысокомерных монахов, которых во время слушания глубокого Учения Будды о пустоте тошнило кровью, а потом они умерли и переродились в адских сферах. Существуют и другие рассказы, в которых речь идёт о сходных случаях.

Очень важно иметь искреннее уважение к глубоким наставлениям и к тем, кто их преподносит. Даже если, в силу ограниченности вашего сознания, они вас не привлекают, вы никогда не должны критиковать ни само Учение, ни учителей.

2.4. Запредельное усердие.

Существуют три типа усердия: усердие, подобное доспеху; усердие в действии и неукротимое усердие.

2.4.1. Усердие, подобное доспеху.

Вас не должны обескураживать рассказы о жизни, деяниях и трудностях, которые выносили во имя Дхармы великие учителя, Будды и бодхисаттвы. Не следует думать, что они смогли совершить это только потому, что были Буддами или бодхисаттвами, и что вы никогда не добьётесь ничего подобного. Напротив, вспомните, что они обрели эти совершенства исключительно благодаря своим действиям. Хотя, быть может, сейчас вы не в состоянии достичь большего, но, поскольку вы являетесь их учениками, у вас нет иного выбора, кроме как следовать их примеру.

Если даже им понадобилось проявить столько упорства и взять на себя столько тягот, то как же этого избежать нам, тем более что, в отличие от них, у нас не было навыков в Дхарме, полученных в результате продолжительной практики, и к тому же мы несём тяжёлое бремя своих негативных действий в прошлом!

У нас есть все свободы и преимущества существования в человеческом теле. Мы встретили подлинного духовного учителя и получаем глубокие наставления. Теперь, когда нам, по счастью, довелось упражняться в истинной Дхарме, мы должны со всей искренностью дать обет, что не упустим такой возможности и готовы ради этого вынести любые трудности, принять на себя любое тяжкое бремя и рисковать жизнью, не заботясь о своей собственной плоти и крови. Вот что имеется в виду под усердием доспеха*.

* «Сущность усердия заключается в том, чтобы испытывать радость, совершая благие деяния». (Прим.)

2.4.2. Усердие в действии.

Возможно, у вас есть намерение изучать Дхарму и практиковать её, но вы постоянно, со дня на день – на завтра или ещё дальше на потом, – откладываете

осуществление ваших планов, и так проходит вся жизнь. Вам не следует таким образом расточать отведённое вам время. Пема Карпо из Друкпа говорил:

Человеческая жизнь – словно в загоне мясника:

Каждая секунда приближает к смерти.

Если по лености откладывать сегодняшнее на завтра,

То на смертном одре не миновать стенаний и слёз!

Не откладывайте практику Дхармы даже на секунду. Действуйте немедленно, как поступил бы трус, обнаруживший змею у себя на коленях, или танцовщица, у которой вдруг вспыхнули волосы. Полностью откажитесь от мирской деятельности и немедленно приступайте к регулярным упражнениям в Дхарме. Иначе вы никогда не найдёте на это времени: мирские дела накатывают одно за другим, словно волны на поверхности моря. Это движение можно остановить, лишь решив раз и навсегда положить ему конец. Всеведущий Лонгченпа говорил:

Мирские дела не прекращаются до самой смерти.

Но стоит их отбросить, и им приходит конец.

Такова их природа!

И также:

Наши дела, как детские игры:

Пока в них играешь, они существуют.

А бросил их, – и перестают существовать.

Коль скоро у вас появляется желание практиковать Дхарму, не позволяйте лености или привычке откладывать это на потом, отсрочить хотя бы на секунду. Памятуя о преходящности, начинайте практиковаться немедленно. Это и есть то, что именуется «усердие в действии».

2.4.3. Неукротимое усердие.

Не удовлетворяйтесь тем, что провели некоторое время, практикуясь в уединении, осведомлены о стадиях порождения и завершения, выучили несколько молитв и совершили два-три добрых дела. Дайте обет, что будете практиковаться до конца своих дней и что намерены, уподобляясь течению широкой реки, выполнять это с настойчивостью и постоянством до той поры, пока не достигнете совершенного состояния Будды. Великие предшественники говорили, что практиковаться следует, как голодный як, дорвавшийся до зелёного поля: жуя один пучок травы, он уже нацеливается глазами на следующий. Так и вы должны, ещё не завершив одну практику Дхармы, уже иметь в виду другие, которые последуют за этой. Старайтесь с каждым днём прилагать к своей практике всё больше усилия и не допускайте, чтобы ваши тело, речь и сознание были хотя бы на короткое время в бездействии или в отрыве от Учения.

Видьядхара Джигме Лингпа говорил:

Если с приближением смерти практика Дхармы становится интенсивнее, это знак того, что практикующий не был поражён заморозками*.

* Заморозки, уничтожающие урожай фруктов, символизируют препятствия, которые не позволяют нам достигнуть своей цели.

В наши дни люди часто льстят тем, кто слышит учителем медитации и хорошим ламой, заверяя их, что им больше нет нужды делать простирания, читать молитвы, накапливать заслуги, стяжать мудрость, очищать омрачения и т. п. И тогда те начинают чувствовать себя важными персонами и решают, что, и правда, ничего этого им больше делать не нужно. Но, как говорил несравненный Дагпо Ринпоче:

Если думаешь, что практика тебе больше не нужна,
Значит, она нужна тебе больше, чем когда-либо.

Великий индийский учитель Дипамкара каждый день садился лепить ца-ца. В скором времени у него руки уже бывали перепачканы глиной. Его ученики говорили:

– Люди судачат, ты, такой учитель, а возишься с глиной. И потом, ты утепляешь себя. Мы же можем это делать за тебя.

– Что вы такое говорите? – отвечал Дипамкара. – Может, вы и есть будете за меня?

Пока не обретёте полного Прозрения, у вас всё ещё будут карма и потребность преодолевать привычные склонности, и также будет необходимость приобретать всё новые и новые духовные качества. Так что не переходите на расслабленную практику время от времени. Практикуйте Дхарму усердно, с глубоким чувством, идущим из глубины сердца, и никогда не думайте, что уже достаточно.

Вообще говоря, достигнете вы состояния Будды или нет, зависит только от вашего усердия. Поэтому изо всех сил практикуйте три вида усердия! Тот, кто отличается исключительным умом, но малым усердием, оказывается лишь посредственным практикующим. Однако человек с малыми умственными способностями, но в высшей степени целеустремлённый станет первоклассным практикующим. Если же усердия нет совсем, то все другие достоинства будут бесполезны. Всеведущий Джигме Лингпа говорил:

Ни ум, ни власть, ни богатство, ни сила,
Не могут помочь тому, кто усердия лишён.
Он подобен лодочнику, у которого в лодке
Есть всё... кроме вёсел.

Будьте всегда воздержаны в еде. Сбалансируйте и умерьте свой сон. Упорно и неизменно идите избранным путём. Уподобьте своё сознание хорошо натянутой тетиве лука – не слишком тугой и не слишком слабой. Вы ничего не достигнете тренировками от случая к случаю, «когда есть время».

2.5. Запредельная сосредоточенность.

Невозможно развить сосредоточенность, не отринув предварительно все развлечения и отвлечения и не укрывшись в уединённом месте. Прежде всего, необходимо отринуть отвлечения.

2.5.1. Устранение отвлечений.

Всё, что собрано воедино, в конечном счёте распадётся. Родители, братья и сёстры, супружеские союзы, друзья, родственники; даже плоть и кости, составляющие наше тело,

которое мы получаем при рождении, – всему этому не миновать распада. Поймите тщетность привязанности к эфемерным близким и друзьям и проводите свои дни в уединённом месте. Репа Шива О говорит:

Состояние Будды заключено в нас самих.
Духовные спутники поддерживают нашу практику,
Но, если их больше, чем трое или четверо,
Рождаются привязанность и ненависть.
Поэтому я провожу свои дни в одиночестве.

Источник всех бед – наши желания. Мы никогда не удовлетворены тем, что у нас есть; и чем больше у нас богатства, тем становимся скупее. Как говорится: «Быть богатым – значит быть скардным». Или ещё: «Совсем, как богач: чем у него больше, тем больше ему надо». И также: «Не хочешь иметь врагов – потеряй деньги».

Чем больше богатства, денег и собственности, тем большая опасность грозит от врагов, грабителей и т. п. Кроме того, проводишь всю жизнь, собирая богатство, оберегая его, заботясь о его росте... Всё это ведёт лишь к страданиям и неблагим действиям. Святой Нагарджуна говорил:

Вы иссушаете себя, скапливая богатство, охраняя его, заботясь о его росте.
Поймите, что богатство порождает лишь нескончаемые беды и уныние.

Даже если бы все богатства мира и вся собственность были в одних руках, их обладателю всё равно были бы нужны еда и одежда лишь для одного человека. А между тем люди при любом богатстве опасаются тратить деньги даже на собственную еду и на самую необходимую одежду для себя. Они идут на злоупотребления и не останавливаются перед страданиями, пренебрегают критикой и тем самым ставят на карту свою нынешнюю жизнь и пускают по ветру все последующие. Ради обладания какой-либо пустяковой материальной вещицей теряют чувство стыда и достоинства, забывают об осторожности и далеко идущих следствиях их действий, пренебрегают Дхармой и обетами завета. Подобно бродячему духу, который охотится за тормами, растрачивают время, гонясь за едой, выгодами и положением в обществе. Так попусту расточают свою жизнь, не обретя, хотя бы на один день, чувства свободы, благоденствия и счастья. Скопив деньги, они, возможно, поплатятся своей жизнью, если за эти богатства их зарежут или застрелят. А затем всё, что они копили в течение жизни, будет растрчено их

врагами или кем-либо другим. Всё будет пущено по ветру. Но неблагоприятные действия – целая гора их, высотой с гору Меру, – которые они насобирали, гоняясь за богатством, остаются их собственным достоянием, вследствие чего им придётся блуждать в невыносимых глубинах низших сфер существования, откуда им никогда не вырваться. Поэтому, пока существует возможность, используйте то немногое, что у вас имеется в этой жизни, чтобы обеспечить свои будущие жизни. Довольствуйтесь скромной едой и лишь той одеждой, которая вам необходима, чтобы защитить себя от непогоды.

Те, чьи устремления ограничены этой жизнью, именуется в текстах «легкомысленными друзьями». Они не благодарны за помощь, которую им предлагают, и в ответ вполне могут причинить вред. Им очень трудно угодить – что для них ни делай, им всё не так. Если у вас есть чего-то больше, чем у них, они завидуют; если же меньше, – они смотрят на вас свысока. Чем больше времени вы с ними проводите, тем больше множатся ваши неблагоприятные действия, и убывают благие. Откажитесь от таких друзей и держитесь от них подальше.

Такие занятия, как торговля, сельское хозяйство, производство, научные исследования, вовлекают вас в разноплановую деятельность, которая является бесконечным источником отвлечений. Эти тривиальные устремления заставляют вас непрестанно трудиться ради достижения каких-то бессмысленных целей. Сколько бы вы ни старались, смысла никакого не будет. Всё тот же бесконечный процесс одоления своих соперников и поощрения своих сторонников.

Отбросьте все эти бесконечные дела и отвлечения так же легко, как плевков в придорожную пыль. Покиньте свой край и обоснуйте в землях иных. Расположитесь неподалёку от скалистых гор, где вашими единственными спутниками будут дикие животные. Ослабьте напряжение тела и сознания¹³⁷. Отбросьте заботу о еде, одежде и о том, что говорят другие. Живите в пустынном месте, где поблизости нет других людей. Почтенный Миларепа говорил:

В горной пещере, в пустынном краю
Не стихает моя печаль.
Учитель мой, Будда трёх времён,
Я беспрестанно тоскую о тебе.

Если последуете примеру Миларепы, то обнаружите правду пословицы: «Где чувствуешь себя одиноким, там рождается сосредоточенность». В таком месте естественно рождаются все благие качества, присущие пути: разочарование в сансаре,

решимость от неё избавиться, вера, чистота восприятия, сосредоточенность и самоуглублённость. Делайте всё, что в ваших силах, чтобы жить подобным образом.

В девственных лесах – местах, где Будды и бодхисаттвы прошлого обрели мир, нет ничего, что могло бы вас занимать: ни развлечений, ни полей для обработки, ни легкомысленных друзей. Птицы и олени будут вашими мирными спутниками. Родниковая вода и растения будут прекрасной аскетической едой. Сознание естественным образом прояснится, и сама собой придёт сосредоточенность. Отсутствие друзей и врагов высвободит вас из оков привязанности и ненависти. Эти места обладают всеми преимуществами. В сутре Светоч луны и в других сутрах Будда говорит, что даже желание отправиться в пустынные места и семь шагов в этом направлении приносят больше блага, чем все подношения Буддам десяти направлений в течение калпы, столь же многочисленных, как число песчинок в Ганге. Каково же на самом деле жить в таких местах! Говорят также:

В этих совершенно заброшенных местах,
Глубоко в горах,
Всё, что делаешь, является благом.

В этих местах естественно, без каких-либо особых усилий, рождаются отвращение к сансаре, решимость достичь Освобождения, любовь, сострадание и все другие высокие качества, присущие пути.

Всё это представляется исключительно важным, ибо является подготовительным этапом к сосредоточенности, и, стало быть, обойтись без этого никак невозможно.

2.5.2. Сосредоточение.

Существуют три типа сосредоточения: сосредоточение, практикуемое обыкновенными существами; сосредоточение ясного различения и непревзойдённая сосредоточенность Татхагат.

Сосредоточение, практикуемое обыкновенными существами. Если вы устремлены к тому, чтобы при медитации испытать блаженство, ясность и отсутствие мыслей, вы намеренно будете искать эти проявления, и медитация будет окрашена желанием их испытать. Таково сосредоточение, практикуемое обыкновенными существами¹³⁸.

Сосредоточение ясного различения. Если во время медитации нет привязанности к каким-либо проявлениям и нет более одержимости идеей сосредоточенности, но всё ещё есть цепляние за идею пустоты в качестве противоядия против обусловленности, – это сосредоточение ясного различения.

Непревзойдённая сосредоточенность Татхагат. Если утрачено представление о пустоте как о противоядии и сознание, пребывающее в состоянии, свободном от мыслей, сосредоточено на природе реальности, – это непревзойдённая сосредоточенность Татхагат.

Когда вы упражняетесь в сосредоточении, важно всегда сидеть в семеричной позе Вайрочаны и всегда направлять взгляд, как рекомендуется. Как говорится:

Когда тело выпрямлено, каналы выпрямлены;
Когда каналы выпрямлены, токи энергии выпрямлены;
Когда токи энергии выпрямлены, сознание выпрямлено¹³⁹.

Не ложитесь и ни к чему не прислоняйтесь, сидите прямо; сознание ваше свободно от всяких мыслей и покоится в состоянии, очищенном от каких-либо цепляний. Такова сущность запредельной сосредоточенности.

2.6. Запредельная мудрость.

Существуют три вида запредельной мудрости:

- мудрость, приходящая, когда слушаешь Учение;
- мудрость, приходящая в результате размышлений;
- мудрость, обрётённая в процессе медитации.

2.6.1. Мудрость, приходящая, когда слушаешь Учение.

Эта мудрость приходит, когда слушаешь дхармическое Учение, преподносимое духовным учителем, и понимаешь как слова, так и смысл Учения.

2.6.2. Мудрость, приходящая в результате размышления.

Эта мудрость приходит, когда не ограничиваешься тем, что слушаешь и понимаешь Учение, преподносимое учителем, но затем осмысляешь его и уточняешь своё понимание в ходе последующего анализа, размышления и дополнительных вопросов о том, что ещё осталось неясным. Недостаточно думать, что понимаешь и знаешь предмет. Следует быть абсолютно уверенным в этом, чтобы, когда придёт время практиковаться в уединении, не возникло необходимости к кому-либо обращаться за разъяснением того или иного аспекта этого наставления.

2.6.3. Мудрость, обретённая в медитации.

Эта мудрость приходит, когда то, что было понято интеллектуально, обращается в ходе медитации в опытное знание и появляется истинное и безошибочное постижение естественного состояния. Уверенность в этом поднимается изнутри. Освободившись от ограничений, вызванных колебаниями и сомнениями, вы открываете «истинное лицо» естественного состояния. Отбросив в ходе слушаний и размышлений все ложные представления, приходим к опытному постижению медитации, когда все формы воспринимаются как пустые, не имеющие самосущего бытия – наподобие того, как это объясняется в восьми метафорических описаниях иллюзии:

- как во сне, – все воспринимаемые пятью органами чувств внешние объекты, которых там нет, являются перед нами в силу иллюзии;
- как в представлении иллюзиониста, – вещи вдруг являются в силу временного сочетания ряда причин, обстоятельств и связей;
- как при обмане зрения, – кажется, что вещи есть, но там ничего нет;
- как при мираже, – вещи являются, но они нереальны;
- как в случае с эхо, – вещи воспринимаются; но там нет ничего ни внутри, ни снаружи;
- как в городе гандхарв, – нет ни обители, ни обитателей;
- как при отражении, – вещи являются, но не имеют собственного реального бытия;
- как в магически созданном городе, – являются всякого рода видимости, но, на самом деле, там ничего нет.

Видя все объекты восприятия таким образом, приходим к пониманию, что все явления по самой своей природе обманчивы. Рассмотрев природу того, кто воспринимает эти объекты, – то есть природу сознания, увидим, что объекты, которые ему являются, не перестают являться, однако представления, которые интерпретируют эти объекты как имеющие самосущее бытие, уходят. Когда сознание постигает природу реальности пустой и одновременно ясной, словно небо, – это и есть запредельная мудрость.

Шесть запредельных совершенств можно рассматривать подробнее, подразделив каждое из них на три и получив, таким образом, восемнадцать подразделений. Категория материальной щедрости содержит в себе, в свою очередь, три вида, так что получается двадцать подразделений. Если добавить запредельные средства, запредельную силу, запредельную устремлённость и запредельную первоизданную мудрость, то всего получится двадцать четыре подразделения.

Если есть желание детализировать дальше, то можно каждое из шести запредельных совершенств поделить на шесть и получить, таким образом, тридцать шесть подразделений. Мы можем, например, в рамках запредельной щедрости рассматривать щедрость даяния Дхармы. Когда учитель обучает, Дхарма, которой он обучает, и ученик, которому он передаёт знания, рассматриваются совокупно; ибо обучать – это запредельная щедрость. То, что учитель, преподавая Дхарму, не ищет выгоды или славы и что он не оскверняет того, что он делает, используя это как средство возвыситься или оговорить других, или побуждаемый каким-либо иным негативным чувством, – это запредельная нравственность. То, что учитель, пренебрегая усталостью и другими трудностями, неоднократно повторяет смысл одной и той же фразы, – это запредельное терпение. То, что он преподаёт в назначенное время, не поддаваясь лени и не откладывая на потом, – это запредельное усердие. То, что он объясняет материал, не позволяя себе отвлекаться от значений отдельных слов, не делая ошибок, не добавляя ничего лишнего и ничего не упуская, – это запредельная сосредоточенность. То, что обучение ведётся с позиции мудрости, исключаяющей понятия субъекта, объекта и действия, – это запредельная мудрость.

Теперь рассмотрим акт материального даяния – к примеру, подаяние нищему еды или питья. Если налицо совмещение даяния, дающего и получающего даяние, – это акт щедрости. Даяние того, что вы сами могли бы есть или пить, а не плохой или испорченной еды – это нравственность. Отсутствие раздражения, даже когда подаяние просят беспрестанно, – это терпение. Отдавать с готовностью, отнюдь не думая, что это может

быть трудно или утомительно, – это усердие. Не позволять себе отвлекаться на сторонние мысли – это сосредоточенность. Знание, что субъект, объект и действие не имеют самосущего существования, – это мудрость.

Здесь снова налицо все шесть запредельных совершенств. Те же подразделения можно включить для нравственности, терпения и других совершенств.

Суммируя сущность запредельных совершенств, Почтенный Мила говорит:

Нет выше щедрости, чем веру в самосущее отбросить.

Нет нравственности выше, чем отринуть хитрость и обман.

Терпенья выше нет, чем перестать бояться истины.

Усердия нет выше, чем быть с практикой единым.

Сосредоточенности выше нет,

чем неотходно пребывать в естественном потоке.

Нет мудрости иной, как осознать естественное состоянье.

Во всём, что делаешь, – практиковать святую Дхарму –

Нет метода искусного иного!

Нет силы, кроме покорения четвёрки мар.

И безупречно обе цели достигать –

Нет выше устремленья!

Нет первозданной мудрости, помимо

Как распознать источник омрачений.

Когда Кху, Нгок и Дром* попросили Атишу назвать лучшее в каждом из аспектов пути, он ответил:

Лучший учёный – тот, кто осознал отсутствие самосущего бытия.

Лучший монах – тот, кто покорил своё сознание.

Лучшее достоинство – неодолимое желание приносить другим благо.

Лучшее наставление – совет постоянно следить за своим сознанием.

Лучшее лекарство – это знание того, что ничто не имеет самосущего бытия.

Лучший образ жизни – тот, что несовместим с мирским.

Лучшее достижение – неизменное убывание омрачений.

Лучший признак успешной практики – неизменное убывание желаний.

Лучшая щедрость – отсутствие привязанности.

Лучшая нравственность – умиротворение своего сознания.

Лучшее усердие – отказаться от мирской деятельности**.

Лучшая сосредоточенность – это не-нарушение потока сознания¹⁴⁰.

Лучшая мудрость – знание, что нет ничего истинно существующего.

* Три главных ученика Атиши.

** Тиб.: bya pa.

А Ригдзин Джигме Лингпа говорит:

Запредельная щедрость обретается в удовлетворённости, сущность её – просто умение отстраняться.

Нравственность состоит в том, чтобы не доставлять неудовольствия Трём Драгоценностям¹⁴¹.

Наилучшее терпение – просто неизменная внимательность и осознанность.

Усердие необходимо, чтобы поддерживать все другие совершенства

Сосредоточенность – в том, чтобы воспринимать все видимости как божеств.

Мудрость в том, чтобы освободиться от всех привязанностей и цепляний;

Тогда нет ни мысли, ни субъекта мысли;

Это не обыденно и свободно от устоявшихся убеждений¹⁴²;

Это за пределами страдания; это – высший покой.

Не рассказывайте об этом каждому и всякому;

Храните это как святыню в своём сознании.

Все аспекты практики на широком пути бодхисаттв, такие как шесть трансцендентных совершенств и тому подобное, сводятся, короче говоря, к следующему: «пустота, сущность которой сострадание». Сараха в своих песнях говорит:

Одно видение пустоты без сострадания

Не ведёт к открытию Высшего пути.

Но, если медитировать только лишь о сострадании,

То остаёшься в сансаре. Как же достичь Освобождения?

Тот, кто владеет и тем и другим,

Не остаётся ни в сансаре, ни в нирване.

Не пребывать ни в сансаре, ни в нирване – это нирвана непребывания совершенного состояния Будды. Как говорит святой Нагарджуна:

Пустота, истинной сущностью которой является сострадание, –
Лишь для тех, кто стремится достичь Просветления.

Дром Тонпа спросил однажды Атишу, что является вершиной всех наставлений.

«Вершиной всех наставлений является учение о пустоте, самую сущность которой составляет сострадание, – ответил учитель. – Оно подобно мощному лекарству; универсальной панацее, способной излечить все болезни мира. Наподобие этого сверхмощного лекарства, осознание истины о пустоте, природе всего сущего, является целительным средством от любых омрачений».

«Почему же тогда, – снова спросил Дром Тонпа, – многие люди, которые утверждают, что они постигли пустоту, по-прежнему находятся во власти привязанности и ненависти?»

«Потому что их «постижение пустоты» – не более чем слова, – отвечал Атиша. – Если бы они на самом деле уловили подлинное значение пустоты, их мысли, слова и действия были бы столь же мягкими, как шерстяная вата, или как суп из цампы, приправленный маслом. Наставник Арьядева говорил, что только лишь размышления о том, являются ли вещи по природе пустыми, уже ведут к расшатыванию сансары¹⁴³. Постижение пустоты, таким образом, – это высшая панацея, которая включает в себя все аспекты пути».

«Как могут все аспекты пути быть включены в постижение пустоты?» – продолжал спрашивать Дром Тонпа.

«Весь духовный путь содержится в шести запредельных совершенствах. Истинное осознание пустоты освобождает от привязанности. Если отходишь от желаний и цепляния за что-либо внутри или снаружи, неизменным достоянием становится запредельная щедрость. Поскольку нет ни привязанности, ни цепляния, избавляетесь от омрачений, порождаемых неблагоприятными действиями, так что неизменным достоянием становится запредельная нравственность. Отказ от представления о «я» и «мой» избавляет от гнева, и, стало быть, неизменным достоянием становится запредельное терпение. Поскольку постижение пустоты окрашивает сознание подлинной радостью, становитесь неизменным обладателем запредельного усердия. Освободившись от отвлечений, которые приходят от цепляния за вещи как истинно существующие, становитесь неизменным обладателем

запредельной сосредоточенности. Поскольку отсутствует категоризация вещей в терминах субъекта, объекта и действия, неизменным достоянием является запредельная мудрость».

«Становятся ли те, кто осознал истину, Буддами лишь в силу того, что постигли пустоту и медитируют о ней?» – спросил Дром Тонпа.

«Всё без исключения, что мы воспринимаем как формы и звуки, является порождением ума. Понимание того, что наш ум – не что иное, как сознание, неотделимое от пустоты, – это воззрение. Если это понимание постоянно, без каких-либо отвлечений присутствует в нашем сознании, – это медитация. Если в этом состоянии собираешь два подобных иллюзии накопления, – это действие*.

* Тиб.: spyod pa.

Если приобретаешь опыт в этой практике, она продолжается и во сне. Если она продолжается во сне, она не покидает вас и в момент смерти. Если она не покидает вас в момент смерти, она останется при вас и в промежуточном состоянии. Если она будет при вас в промежуточном состоянии, вы, безусловно, обретёте высшее постижение».

Все восемьдесят четыре тысячи подходов к Дхарме, которым учил Победитель, являются искусными средствами с целью пробудить в нас бодхичитту, то есть пустоту, самой сущностью которой является сострадание.

Без бодхичитты никакие наставления о воззрении и медитации, сколь бы глубокими они ни были, не приведут к достижению совершенного состояния Будды. Тантрическая практика, такая как практика на этапе порождения, на этапе завершения и тому подобные, проводимые с ориентацией на бодхичитту, ведут к полному состоянию Будды за одну жизнь. Однако, если исключить бодхичитту, тогда методы тиртхик, в сущности, мало чем отличаются. У тиртхик также есть много упражнений, включающих медитацию о божествах, чтение мантр и работу с каналами и энергиями; они также сообразуют своё поведение с принципом причины и следствия. Но именно вследствие того, что они не принимают Прибежище и не порождают бодхичитту, они не в состоянии вырваться из сфер сансары. Вот почему геше Кхарак Гомчунг говорил:

Бесполезно принимать обеты – с обета Прибежища и до тантрических заветов, – если не отвратить сознание от этого мира;

Бесполезно проповедовать Дхарму другим, если не усмирить свою собственную гордыню.

Бесполезно достигать успехов, если заповеди Прибежища отодвигаются на последнее место.

Бесполезно практиковаться день и ночь, если не сочетать эту практику с бодхичиттой.

Если первоначально не заложить надлежащий фундамент, состоящий из Прибежища и бодхичитты, любые, казалось бы, самые интенсивные занятия, размышления и медитации принесут не больше пользы, чем стремление построить девятиэтажное сооружение на льду замёрзшего озера и расписать его стены фресками. Всё это не имеет в конечном счёте никакого смысла.

Никогда не умаляйте значения Прибежища и практики порождения бодхичитты, полагая, что это несущественно или пригодно только для начинающих. Проводите их в полном объёме, включив, как в любую другую практику в рамках пути, подготовку к практике, основную практику и заключение. Крайне важно для всех без исключения – хороших и плохих, выдающихся и незаметных – практиковать эти упражнения с полной отдачей.

В частности, абсолютно неукоснительным является, чтобы бодхичитту искренне порождали ламы и монахи, которые принимают даяния верующих, средства от имени покойных и проводят церемонии, чтобы направлять умерших. Без бодхичитты ни один из их ритуалов, ни одна очистительная процедура не принесут ни малейшей пользы ни живым, ни умершим. Может показаться, что они приносят некоторую помощь, но, по сути, к их помощи всегда будут примешаны эгоистические мотивы. Сами эти ламы и монахи загрязняют себя, принимая эти приношения, чем создают нескончаемую цепь неблагих действий, которые могут привести их в следующей жизни лишь к перерождению в низших сферах.

Даже тот, кто может летать, как птица, передвигаться под землёй, как мышь, без труда проходить сквозь скалы, оставлять отпечатки ладоней и ступней на камнях; тот, кого отличает беспредельное ясновидение и кто может творить разные чудеса, – даже такой человек, если у него нет сострадания бодхичитты, либо всего лишь тиртхика, либо одержим могущественным злым духом. Он может поначалу привлечь к себе кого-нибудь из наивных и доверчивых, и они под впечатлением встречи с ним станут приносить ему подаяния. Но в конечном счёте он может оказаться лишь источником бед как для себя, так и для других. С другой стороны, тот, кто обладает подлинной бодхичиттой – даже если у него нет других достоинств, – принесёт благо всякому, кто с ним общается.

Никогда не известно, где может оказаться бодхисаттва. Говорят, что бодхисаттвы, искусные в средствах, нередко встречаются среди мясников на бойне, проституток и т. п. Трудно сказать, кто является бодхисаттвой, а кто нет. Будда говорил:

Никому кроме меня и таких, как я, не позволено судить других.

Поэтому считайте истинными Буддами всех, кто помогает вам породить бодхичитту, – будь то божество, учитель, духовный спутник или кто-то другой.

Если у вас появилось ощущение, что вы обрели некие достойные качества, являющиеся знаками продвижения на пути – как, например, подлинное осознание естественного состояния, ясновидение, сосредоточенность, отчётливое видение божества и тому подобное, – вы можете не сомневаться в том, что это истинно достойные качества, коль скоро благодаря им продолжают неуклонно расти ваши любовь и сострадание, порождённые бодхичиттой. Если же, однако, благодаря развитию этих качеств ваша бодхичитта, любовь и сострадание убывают, вы можете в такой же степени не сомневаться, что видимые знаки прогресса на пути либо являются, на самом деле, препятствиями, воздвигнуты злыми силами, либо указывают на то, что вы идёте по ложному пути.

Это в особенности относится к подлинному постижению естественного состояния, что достижимо лишь при наличии безграничной веры и чистого восприятия тех, кто в духовном отношении является более зрелым, чем вы, и исключительной любви и сочувствия к тем, кто духовно развит менее вас.

Несравненный Дагпо Ринпоче спросил однажды Почтенного Милу: «Когда я могу начинать учить других?» «В один прекрасный день» – отвечал Миларепа, – у тебя появится совершенно отчётливое и исключаяющее всякие сомнения видение природы твоего сознания, совершенно отличное от теперешнего. Тогда твоё восприятие перестанет быть обычным: ты увидишь во мне, своём старом отце, настоящего Будду и неизбежно почувствуешь любовь и сострадание ко всем существам. Вот тогда ты можешь начинать учить других».

Итак, приняв за основу любовь и сострадание бодхичитты, изучайте Дхарму, размышляйте и медитируйте о ней, не отрывая одно от другого.

Как говорится:

Медитировать, не приобретя предварительных знаний, –
это, как взбираться на скалу не имея рук.

«Устранить сомнения с помощью занятий» не означает, что вы должны уже знать все обширные и многочисленные темы, которые следует изучить, В наш ущербный век

это невозможно сделать в течение одной короткой жизни. Но необходимо точно знать, как следует практиковаться на основе полученных наставлений и как безошибочно выполнять эти упражнения с начала до конца, устраняя все возможные сомнения с помощью размышлений.

Когда Атиша был в Ньетханге, Начунг Тонпа из Шанга, Кьунг Тонпа и Лхангцанг Тонпа попросили его прочитать курс по различным логическим системам. Атиша ответил:

«И у тиртхик, и у буддистов существуют многочисленные идеи такого рода, но все они не что иное, как поток логических рассуждений. Нет никакой нужды в этих бессчётных концепциях: жизнь слишком коротка, чтобы все их изучить. Пришло время свести их к сущности».

«А как их свести к сущности?» – спросил Начунг Тонпа из Шанга.

«Практикуя бодхичитту, испытывая любовь и сострадание ко всем несметным существам в пространстве; стремясь завершить два накопления ради блага всех существ; посвящая все приобретённые таким образом заслуги полному Просветлению всех и каждого в отдельности существа и признавая, что всё это – подобно сновидениям и волшебным иллюзиям – лишено самосущего бытия» – ответил Атиша.

Если не знаешь, как сводить практику к её сущности, то не помогут ни сведения о ней, ни знание, ни интеллектуальное её осмысление.

Когда Атиша прибыл в Тибет, его пригласили посетить великого переводчика Ринчена Сангпо. Атиша стал спрашивать переводчика, какие из перечисленного им длинного списка наставлений по Дхарме ему известны. Оказалось, что Ринчен Сангпо знал их все наперечёт. Атиша был поистине обрадован.

– Замечательно, – сказал он. – Раз в Тибете есть такой удивительный знаток, как ты, то моё присутствие здесь не нужно. А как ты соединяешь между собой все эти наставления, когда садишься практиковать?

– Я практикую каждый из них отдельно, согласно тому, как это объясняется в тексте наставления.

– Никудышный переводчик! – разочарованно воскликнул Атиша. – Выходит, мне всё же надо было посетить Тибет.

– А что же я должен был делать? – спросил Ринчен Сангпо.

– Ты должен был найти во всех наставлениях общую сущность, а затем практиковать соответственно этому, – сказал Атиша.

Обязательным является умение, следуя коренным указаниям учителя, найти сущность практики и затем это практиковать. В противном случае, практика бесполезна. Как говорил Миларепа:

Голодный не довольствуется разговорами о еде, ему нужна еда. Точно так же недостаточно знать Дхарму, необходимо практиковать её.

Цель дхармических упражнений заключается в том, чтобы создать противоядие от омрачений и цепляния за «я». Почтенный Миларепа также говорил:

Говорят, что можно судить, поел ли человек, по румянцу на его лице. Точно так же можно распознать, знает ли человек Дхарму и практикует ли он её, по тому, стала ли Дхарма лекарством от его омрачений и цепляния за «я»?

Потова спросил геше Тонпу, в чём отличие Дхармы от не-Дхармы. Геше ответил ему:

То, что противодействует омрачениям, – это Дхарма;

То, что не противодействует, – это не-Дхарма.

То, что не укладывается в мирскую жизнь, – это Дхарма;

То, что укладывается, – это не-Дхарма.

То, что соответствует писаниям и наставлениям, – это Дхарма;

То, что не соответствует им, – это не-Дхарма.

То, что оставляет положительный след, – это Дхарма;

То, что оставляет отрицательный след, – это не-Дхарма.

Наставник Чегом говорил:

Верить в принцип причины и следствия – это надлежащее воззрение для тех, кто обладает ординарными способностями. Понимать, что все явления, внешние и внутренние, являются единством видимостей и пустоты и единством сознания и пустоты, – это надлежащее воззрение для тех, кто обладает высокими способностями. Понимать, что воззрение, субъект воззрения и осознаваемое неразделимы¹⁴⁴, – это надлежащее воззрение для тех, кто обладает высшими способностями.

Полностью концентрировать своё сознание на объекте – это надлежащая медитация для тех, кто обладает ординарными способностями. Сосредоточенность на четырёх единствах – это надлежащая медитация для тех, кто обладает высокими способностями. Состояние вне обусловленности, при котором не существует ни объекта

медитации, ни того, кто медитирует, ни медитативного опыта, – это надлежащая медитация для тех, кто обладает высшими способностями.

Относиться к закону причины и следствия так же бережно, как к зенице ока, – это надлежащее действие для тех, кто обладает ординарными способностями. Действовать, воспринимая всё происходящее как сновидение или иллюзию, – это надлежащее действие для тех, кто обладает высокими способностями. Полное не-деяние¹⁴⁵ – это надлежащее действие для тех, кто обладает высшими способностями.

Постоянное убывание омрачений, негативных мыслей и цепляния за «я» – это знак тепла для всех практикующих, независимо от способностей (ординарных, высоких или высших), которыми они обладают.

Мы находим сходные идеи и в Драгоценном Высшем пути несравненного Дагпо Ринпоче. Итак, занимаясь Дхармой, вы должны выработать умение добираться до сущности. Великий Лонгченпа говорит:

Познание столь же безгранично, как звезд число;
И нет конца всему что можно изучать.
Так лучше уж извлечь их сущность сразу –
Несокрушимую твердыню дхармакаи.

Когда размышляете, следует устранять все ошибочные представления. Падампа Сангье говорит:

Ищите указаний учителя, как мать-соколиха выискивает жертву.
Слушайте наставления, как лань прислушивается к музыке.
Медитируйте о них, словно глухой, смакующий пищу.
Сосредоточьтесь на них, словно северный кочевник, стригущий овец.
А собирая плоды, уподобьтесь солнцу, выходящему из-за облаков.

В Дхарме занятия, размышление и медитация должны идти рука об руку. Несравненный Дагпо говорит:

Существенным и обязательным пунктом является одновременное изучение Дхармы, размышление о ней и медитация.

Результатом изучения, размышлений и медитации должны быть постоянный и ощутимый рост любви и сострадания бодхичитты, и, одновременно, постоянное и ощутимое уменьшение омрачений и цепляния за «я».

Наставления о том, как взращивать бодхичитту, являются живительным соком всех наставлений в Дхарме и квинтэссенцией всех путей. Нет никакого сомнения, что и одного учения о бодхичитте было бы достаточно, но без него никакие наставления не принесут положительных плодов. Не довольствуйтесь лишь тем, что слушаете и понимаете эти наставления. Отдавайте все свои силы, практикуясь в них.

Я заявляю, что порождаю бодхичитту, но всё ещё не чувствую её в себе.

Я практикуюсь в шести совершенствах, но всё ещё не изжил эгоизм. Благослови меня и других недалёких, как я,

Чтобы мы смогли практиковать святую бодхичитту.



Ваджрасаттва.

Глава третья.

ОЧИЩЕНИЕ ВСЕХ ОМРАЧЕНИЙ¹⁴⁶ С ПОМОЩЬЮ МЕДИТАЦИИ ОБ УЧИТЕЛЕ В ОБЛИКЕ ВАДЖРАСАТТВЫ И ЧТЕНИЯ ЕГО МАНТРЫ.

*Хотя ты ушёл от обеих завес,
Указуешь нам путь к их очищению;
Хотя ты вполне завершил высший путь,
Являешь нам знаки своего ученичества;
Хотя ты превзошёл крайности сансары и нирваны,
Ты предстаёшь перед нами в сансаре;
Несравненный учитель, я склоняюсь к твоим стопам!*

Слушай наставления в этой главе с таким же отношением, как прежде.

І. Как очистить омрачения исповедью.

Главным препятствием для всякого неординарного переживания и для достижений на глубоком пути Дхармы являются негативные действия, омрачения и привычные модели поведения*.

* Привычные модели поведения, то есть модели поведения, сложившиеся вследствие прошлых действий.

Точно так же, как необходимо чистить поверхность зеркала, чтобы изображения в нём были отчётливыми, важно устранять омрачения, чтобы достижения отражались в зеркале основы всего. Ради этого Победитель открыл нам многочисленные приёмы очищения, наилучшим из которых является медитация об учителе в облике Ваджрасаттвы и чтение его мантры¹⁴⁷.

Нет такого вредоносного действия, которое не могло бы быть очищено исповедью. Как утверждали великие учителя прошлого, позитивным в неблагих действиях является лишь то, что они могут быть очищены исповедью.

Любые неблагие действия, сколь бы серьёзным нарушением они ни являлись, будь то внешние нарушения обетов пратимокши, внутренние нарушения заповедей бодхисаттвы или несоблюдение тайных тантрических заветов, – могут быть очищены исповедью.

В сутрах это иллюстрируется рассказами самого Будды.

Например, там есть рассказ о брахмане по имени Атапа, которого все именовали Ангулимала, то есть «Гирлянда из пальцев». Он убил девятьсот девяносто девять человек, но затем очистился от этих действий исповедью и в той же самой жизни достиг уровня архата. Там также есть рассказ о правителе Аджаташатру, который убил отца, но потом исправил своё злодеяние исповедью и обрёл Освобождение, испытав муки адских сфер лишь в течение нескольких мгновений, – ровно столько времени, сколько потребовалось бы, чтобы брошенный мяч отскочил назад. Вот что говорит покровитель Нагарджуна:

Тот, кто, как Нанда, Ангулимала, Даршака и Шанкара¹⁴⁸,
Поначалу действует бездумно,
А затем начинает проявлять заботу и внимание,
Прекрасен, как ясная луна, вышедшая из-за облаков.

Очищение происходит лишь в том случае, когда исповедуешься искренне и используешь в качестве противоядия четыре силы. Процесс очищения не произойдёт, если глаза и рот будут заняты чем-либо другим или если просто произносишь слова «я признаю, я исповедую», в то время как сознание занято другими мыслями. А если подумать: «Пусть даже в будущем я совершу какой-либо проступок, несущественно, – всегда можно исповедаться», – тогда никакая искренняя исповедь не будет иметь силы.

Почтенный Мила говорит:

Вы, наверное, сомневаетесь, что исповедь может очистить неблагие действия;
Но стоит мыслям стать благими, как вы – очищены.

Непременным требованием является: чтобы всякая исповедь включала в качестве противоядия все четыре силы.

II. Четыре силы.

Четыре силы – это сила опоры, сила раскаяния в содеянном, сила решимости и, в качестве противоядия, сила действия.

1. Сила опоры.

В этом контексте речь идёт об опоре, которую мы получаем, приняв Прибежище в Ваджрасаттве и возвращая два аспекта бодхичитты: бодхичитту устремления и бодхичитту вовлечённости. В других случаях в качестве опоры выступает тот частный объект, к которому мы обращаемся с исповедью. Например, при чтении исповеди из Трёхчастной сутры сила опоры исходит от тридцати пяти Будд. Это может быть также учитель или любой символ, представляющий тело, речь и сознание Будды, – иначе говоря, лицо или объект, при котором вы исповедуетесь¹⁴⁹. Перед исповедью необходимо породить в себе бодхичитту устремления и бодхичитту вовлечённости. Будда учил, что, если исповедоваться в своих неблагих делах и проступках, не породив в себе бодхичитту, то опора на четыре силы даст возможность только лишь уменьшить свои заблуждения, но не избавиться от них полностью. Однако же, если со всем тщанием породить в себе бодхичитту, то этого будет достаточно, чтобы очистить все прошлые неблагие действия, каковы бы они ни были¹⁵⁰. В Пути бодхисаттвы Шантидева говорит следующее:

С помощью бодхичитты освобождаешься моментально
Даже от самых ужасных преступлений.
Так не разумно ли будет довериться бодхичитте,
Как в страхе, ища защиты, доверяются надёжной силе?
Точно вселенский пожар в конце кальпы,
Бодхичитта в одно мгновение пожирает самые страшные грехи.

2. Сила раскаяния в содеянном.

Сила раскаяния в содеянном проистекает из чувства угрызения совести вследствие тех неблагих действий, которые мы совершили в прошлом. Очищение невозможно, если не признать порочность своих неблагих действий и не исповедаться в них, ничего не

скрывая и выказывая при этом чувства глубочайшего раскаяния¹⁵¹. В Трёхчастной сутре говорится:

Я поверяю всё, ничего не скрывая и ничего не утаивая.

Как говорил сиддха и учёный муж Карма Чагме:

Исповедь без раскаяния не очищает.

Неблагие действия, совершенные в прошлом,

Подобны яду, отравившему наше существо,

А потому исповедуйся в них с чувством стыда, ужаса и раскаяния.

3. Сила решимости.

Сила решимости состоит в том, чтобы помнить совершённые ошибки и принять решение впредь никогда не повторять их, даже ради спасения собственной жизни, которой мы так дорожим. В Трёхчастной сутре мы читаем:

Я даю обет никогда впредь этого не совершать.

А в Молитве Сукхавати читаем:

Если не дать обет на будущее, то очищение не происходит.

А потому я даю обет никогда впредь

Даже для спасения собственной жизни

Не совершать неблагих действий.

4. Сила действия в качестве противоядия.

Четвёртая сила предполагает совершение как можно большего числа благих действий в качестве противоядия против наших прошлых неблагих действий. Это относится, в частности, к таким действиям, как совершение простираний перед Буддой и бодхисаттвами, сорадование заслугам других, посвящение всех заслуг делу Просветления,

порождение бодхичитты устремления и бодхичитты вовлечённости и пребывание в неизменном естественном состоянии.

Один практикующий, ученик несравненного Дагпо Ринпоче, сказал как-то своему учителю, что испытывает угрызения совести, вспоминая, как он однажды жил продажей священных книг.

«Раз так, теперь печатай книги»¹⁵², – сказал ему учитель.

Он начал печатать книги, но скоро обнаружил, что это вовлекает его во многие сторонние дела. Расстроенный этим, он снова пошёл к учителю.

«Когда печатаешь книги, появляется слишком много отвлечений, – сказал он. – Но ведь нет более глубокого метода искупления, чем оставаться в сущностном состоянии сознания*, не так ли?»

* Остаться в первоначальном состоянии сознания означает неизменно осознавать свою исконную чистую природу.

Услышав это, Дагпо Ринпоче обрадовался и сказал ему:

«Это совершенно справедливо. Даже если бы ты совершил неблагие действия столь колоссальные, что они могли бы сравниться с горой Меру, они бы в одно мгновение очистились при узрении этой природы».

Поскольку, поистине, нет более верного способа очиститься от прошлых неблагих дел, как медитировать о бодхичитте и пребывать в потоке неизменного естественного состояния, не забывайте об этих двух аспектах, когда проводите медитацию о Ваджрасаттве, – очищение в потоке нектара, чтение стослоговой мантры и пр.

Медитируя о Ваджрасаттве и читая мантру, постоянно помните о характерном значении каждого элемента¹⁵³ в контексте четырёх сил, используемых как противоядие.

III. Медитация о Ваджрасаттве.

В процессе визуализации представьте себя в своей обычной форме¹⁵⁴. Далее, представьте себе, что в пространстве над вашей головой, на расстоянии длины стрелы, – раскрывшийся тысячлепестковый белый лотос с диском полной луны на нём. Говоря «полная луна», мы имеем в виду не размер диска, а его сходство с идеально круглой формой полной луны на пятнадцатый день лунного календаря.

Представьте себе на этом лунном диске светящийся белый слог **Нум***.

* Тибетский слог **ХУМ** показан на с. 374.

В других традициях, но не в нашем случае, этот слог излучает и вновь поглощает лучи света.

В одно мгновение **ХУМ** преобразуется в вашего достославного коренного учителя – неиссякаемый источник сострадания, соединяющий в себе сущность всех Будд прошлого, настоящего и будущего. Он предстаёт как Будда¹⁵⁵ Ваджрасаттва в форме самбхогакаи – весь белый, точно снежная вершина, освещённая сотней тысяч солнц.

У него одно лицо и две руки. Правой рукой он держит у сердца пятизубцовую ваджру осознанности и пустоты. В левой руке, у бедра, он держит колокольчик видимости и пустоты¹⁵⁶. Ноги его скрещены в позе ваджры (ваджра-асана). На нём характерные для самбхогакаи тринадцать элементов облачения: пять шёлковых одежд и восемь украшений. Пять шёлковых одежд это: 1) головная повязка; 2) одеяние, покрывающее верхнюю часть тела; 3) длинный шарф; 4) пояс и 5) одеяние, покрывающее нижнюю часть тела.

Восемь украшений это: 1) диадема, 2) серьги, 3) короткое ожерелье, 4) браслет на каждом предплечье, 5) два длинных ожерелья – одно длиннее, другое короче¹⁵⁷; 6) браслет на каждом запястье, 7) кольцо на каждой руке и 8) ножной браслет на каждой ноге.

Ваджрасаттва сидит у вас над головой, глядя в ту же сторону, что и вы. Он слит в нерасторжимом соитии со своей супругой Ваджратопой; она также белого цвета.¹⁵⁸ Их тела – это живо ощущаемая, но пустая, лишённая всякого самобытия видимость, подобная отражению луны в воде или отражённым в зеркале предметам.

Эта визуализация даёт нам силу опоры. Это не плоское изображение, как танка или фреска; и не инертный и неодушевлённый предмет, вроде скульптуры из глины или золота. Оно нам является: каждая деталь ясно различима и отчётлива, даже белки глаз и зрачки. Однако же оно пусто: в нём нет ни единого атома твёрдой субстанции, нет плоти, нет крови, нет внутренних органов. Это можно сравнить с радугой, появляющейся в воздухе, или с безусловно прозрачной хрустальной вазой.

По природе своей Ваджрасаттва неотделим от вашего сострадательного коренного учителя. Его сознание отмечено мудростью всеведения и исполнено огромной любви к вам и ко всем существам.

Для обращения к силе раскаяния перечислите в присутствии Ваджрасаттвы все мыслимые неблагие действия, которые вы совершили в длинной череде своих жизней в сансаре с безначальных времён до настоящего времени. Имеются в виду десять неблагих действий, совершаемых телом, речью и в сознании; пять преступлений с немедленным возмездием; четыре тяжких проступка; восемь порочных действий; все внешние падения в

обетах пратимокши, нарушения внутренних заповедей бодхисаттвы и несоблюдение тайных тантрических заветов видьядхар; все житейские обещания, которые вы не сдержали; все случаи, когда вы лгали; и всё другое, постыдное и бесчестное, что вы совершили. Поведайте все эти ваши постыдные действия вашему учителю Ваджрасаттве, чувствуя, как у вас мурашки ползут по телу и волосы встают дыбом от страха, стыда и угрызений совести. Нет сомнения, что в течение всех ваших бесчисленных жизней в сансаре вы совершили множество неблагих действий, которые вы не можете помнить; так что исповедайтесь также и в них, говоря:

«Я поверяю тебе всё, ничего не скрывая и не утаивая, и прошу простить меня. Прояви ко мне своё сострадание! Здесь и в сей же час очисти меня полностью от всех моих неблагих действий и омрачений!»

Для обращения к силе решимости подумайте следующим образом: «До сей поры из-за своего неведения и заблуждений я скапливал неблагие действия. Но теперь, благодаря состраданию моего добросердечного учителя, я знаю, что приносит благо и что является пагубным; и я никогда больше, даже для спасения собственной жизни, не совершу ни одного подобного действия?»

Сохраняя в памяти в чистом виде описанную визуализацию, читайте коренной текст, начиная с

Ах! Я в своей обычной форме, и над головой....

и до

...очисти меня полностью.

Затем представьте себе в сердце Ваджрасаттвы, нераздельно слитого со своей супругой, лунный диск, величиной не больше раздавленного горчичного зерна, а на нём написанный тончайшими белыми линиями, точно выведенными одним волосом, слог **Хум**. Прочитайте стослоговую мантру «**Ом Ваджра Саттва Самая..**». и т.д. один раз, представляя себе, что слоги мантры выстраиваются вокруг **Хум** по кругу. Ни один из слогов не соприкасается с соседним, подобно тому, как не касаются рогами животные, сбитые в кучу. Затем читайте как молитву стослоговую мантру, воображая в то же время, что с каждой буквы капает – точно вода со льда, тающего подле огня – нектар сострадания и мудрости, одна блестящая капля за другой. Стекая вниз по телу Ваджрасаттвы, нектар

сочится наружу в точке слияния божества с супругой и, пройдя через отверстие в темени вашей головы, втекает в ваше тело и в тела всех других существ.

Все физические недуги, словно песчинки, уносимые сильным потоком воды, выплёскиваются наружу в виде заражённой крови и гноя; все негативные силы изгоняются в виде пауков, скорпионов, жаб, рыб, змей, головастика, вшей и тому подобного; а все пагубные действия и омрачения исторгаются в виде чёрной жидкости, пыли, дыма, испарений и облаков. Всё это вымывается из тела неудержимым потоком нектара и выливается из тела в виде чёрной жидкости через нижние отверстия в вашем теле, ступни и все поры. Земля перед вами разверзается, и из глубин её появляется смерть, воплощение ваших прошлых действий, окружённая всеми существами мужского и женского пола, перед которыми вы прямо и косвенно в кармическом долгу, и всеми теми, кто ищет отмщения на вашей плоти. Читая стослоговую мантру, представляйте себе, что все выделяющиеся нечистоты текут в их разверстые рты и в их протянутые к вам руки.

Если возможно, представьте себе весь этот процесс одновременно. В противном случае, чередуйте различные части визуализации. Так, читая мантру, концентрируйтесь сначала на фигуре Ваджрасаттвы, затем на его лице, руках и так далее; или на его украшениях и одежде; или на том, как стекает нектар, вымывая все болезни, негативные силы, неблагоприятные действия и омрачения; или же на чувстве сожаления о содеянном и вашей решимости никогда более этого не повторять.

В конце представьте себе, что смерть, воплощение ваших прошлых действий, а также все другие существа в недрах земли – ваши кармические кредиторы и те, кто жаждет отмщения на вашей плоти, совершенно улажены и умиротворены. Расчёт произведён, счета оплачены, отмщение свершилось. Вы очищены от всех прошлых неблагоприятных действий и омрачений. Смерть закрывает разверстый было рот, сжимает ладони и опускает руки. Земля вновь смыкается.

Теперь представьте себе, что всё ваше тело наполнилось светом и стало совершенно прозрачным как изнутри, так и снаружи. Представьте себе внутри него идущий вертикально центральный канал, вдоль которого располагаются четыре чакры с радиально отходящими от них, подобно спицам зонта, более тонкими каналами¹⁵⁹. На уровне пупа находится чakra манифестации, от которой отходят шестьдесят четыре радиальных канала, повернутых кверху. На уровне сердца находится Дхарма-чakra с восемью радиальными каналами, повернутыми книзу. В области горла расположена чakra удовольствия с шестнадцатью радиальными каналами, повернутыми кверху. В верхней части головы находится чakra великого блаженства с тридцатью двумя радиальными каналами, повернутыми книзу.

Теперь нектар снова начинает стекать вниз. Он полностью заполняет центральный канал, начиная с чакры великого блаженства в верхней части головы, и далее другие четыре чакры; потом распространяется во все стороны и заполняет всё ваше тело вплоть до кончиков пальцев на руках и на ногах. Вы теперь полностью наполнены белым нектаром, словно хрустальная ваза, залитая до краёв молоком.

Думайте, что вы получаете четыре посвящения: посвящение сосуда, тайное посвящение, посвящение мудрости и посвящение драгоценного слова. Вы также очищены от четырёх завес: кармических, эмоциональных завес, завес познанию и завес как следствия моделей привычного поведения. В вас поднимается мудрость четырёх аспектов радости: обыденная радость, высшая радость, особая радость и первозданная радость. Вы получаете доступ к бытию в четырёх телах: нирманакае, самбхогакае, дхармакае и свабхавикакае.

Затем читайте молитву, начиная с:

О, Покровитель, в своём неведении и смятении...

и кончая:

... молю, очисти меня!

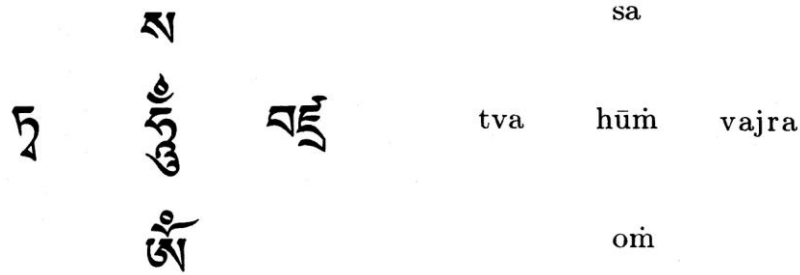
Вообразите, что по окончании этой вашей молитвы раскаяния учитель Ваджрасаттвы, возликовав, дарует вам с улыбкой на устах желаемое, говоря:

О, счастливец, ты очищен от всех своих неблагих действий, омрачений, нарушений и промахов!

Затем, растаяв в свете, он растворяется в вашем существе, отчего вы сами обращаетесь в Ваджрасаттву, каким вы его только что воображали.

Будучи по-прежнему в облике Ваджрасаттвы, представьте себе в своём сердце лунный диск, размером с раздавленное горчичное зерно. В центре диска находится синий слог **ХУМ**. Перед **ХУМ** располагается белый слог **ОМ**; слева от него стоит жёлтое слово **ВАДЖРА**, позади – красное **СА**, а справа – зелёное **ТРА**.

В то время как вы читаете **ОМ ВАДЖРА САТТВА ХУМ**, пять слогов излучают вверх пять лучей света – белый, жёлтый, красный, зелёный и синий соответственно. На концах каждого из этих лучей находятся богиня красоты и другие богини подношений.



Из их рук исторгаются бесчисленные предметы подношения, такие как восемь символов благоденствия и семь царских атрибутов, зонты с бахромой, победные знамёна, стяги, золотые колёса о ста спицах, заворачивающиеся направо белые раковины и тому подобное. Эти приношения ублажают Будд и бодхисаттв, пребывающих в нескончаемых и необозримых небесных сферах всех десяти направлений. Тем самым вы завершаете свои накопления и очищаете омрачения. К вам в виде разноцветных лучей света, которые в вас растворяются, устремляются сострадание и благословения всех Будд и бодхисаттв. Думайте о том, что в результате этого вы обрели мирские и высшие достижения; постигли четыре уровня, отмечающие путь видьядхар, и в конечном счёте достигли состояния полного единения за пределами ученичества¹⁶⁰. Эта визуализация устанавливает связи, благодаря которым вы обретёте дхармакаю и принесёте себе благо.

Затем представьте себе снова, что пять слогов излучают направленные вниз бессчётные сотни тысяч разноцветных лучей света, которые падают на всех существ в шести сферах существования во всех трёх мирах и подобно тому, как свет восходящего солнца изгоняет темноту, очищают все их неблагие действия, омрачения, страдания и привычные модели поведения. Вся вселенная обращается в чистую землю Проявленной Радости. Все существа, обитающие там, превращаются в белых, жёлтых, красных, зелёных и синих ваджрасаттв¹⁶¹. Читайте мантру, воображая, что все они так же произносят **ОМ ВАДЖРА САТТВА ХУМ...**, что звучит как необъятное рокотание. Эта визуализация устанавливает связи, благодаря которым вы достигнете рупакаи и принесёте благо другим. О такой визуализации в Практике Дхармы, самопроизвольно освобождающей от цепляния за привычное говорится:

Принося благо себе и другим с помощью излучения света и поглощения его обратно, очищаешься от завес познанию.

С помощью подобных визуализаций, которые являются искусными средствами Ваджраяны, можно в одно мгновение накопить безмерное количество заслуг, стяжать

мудрость и в то же время принести благо всем существам, населяющим вселенную.

Читайте мантру как можно большее число раз, а когда приходит время

hūm		и его части		nāda bindu crescent головная часть ha тело буквы ha малое a sharkyu
-----	-----------------------------------------------------------------------------------	-------------	-------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------

завершать тренировку, представьте себе, что вся вселенная, которую вы по-прежнему воспринимаете как чистую землю Проявленной Радости, растворяется в обитающих её существах – ваджрасаттвах пяти семейств. Затем эти божества постепенно тают в свете и растворяются в вас. Далее и вы, начиная снаружи и двигаясь вовнутрь, таете в свете, а этот свет растворяется в от в вашем сердце. Затем **ОМ** растворяется в **ВАДЖРА**, **ВАДЖРА** растворяется в **СА**, **СА** – в **ТВА**, **ТВА** – в нижнем завитке буквы **НУМ**, нижний завиток – в подписном *a*, подписное *a* – в «теле» буквы *ha*, тело буквы *ha* – в головной части буквы *ha*, головная часть *ha* – в восходящей луне, восходящая луна – в бинду, бинду – в нада. Затем и нада, наподобие радуги, расплывается и исчезает в пространстве.

Пребывайте некоторое время в этом состоянии простоты, свободном от мыслительной деятельности и обусловленностей. Если возникнет какая-либо мысль, отчётливо представьте себе вселенную и существ, её населяющих, как чистую землю Ваджрасаттвы. Посвятите заслуги, прочитав следующую молитву:

В силу заслуг от этой практики, пусть мне будет дано в скором времени достичь уровня Ваджрасаттвы.

И так далее, а также читайте другие молитвы благого намерения.

Когда практикуете медитацию и чтение мантры Ваджрасаттвы, необходимо, как в любой подобной практике, сохранять сосредоточенность, не отвлекаясь на постороннее, а также не прерывать чтение мантры обыденной речью. Как говорится в тантрах:

Читать мантры без сосредоточенности –

Всё равно, что размачивать скалу в глубинах моря, –

Целой калпы не хватит, чтобы достичь результата*.

* Сколько бы времени скала ни находилась в глубинах моря, вода всё равно не сможет проникнуть вовнутрь.

И также:

Чистота тысячекратно лучше нечистоты¹⁶²,
Сосредоточенность в 100000 раз лучше несосредоточенности.

Как принято считать, даже небольшая примесь латуни или меди к золоту и серебру делает эти металлы нечистыми, не истинно ценными металлами. Если, читая мантру или проводя практику «сближения» смешивать мантру с обыденной, нечистой речью, то и мантра становится нечистой. Вот почему Великий наставник из Уддияны говорил:

Лучше месяц чтения мантры без посторонних слов,
Чем нечистое их чтение в течение целого года.

Поэтому очень важно, чтобы в сельских местах устроители церемоний не отвлекались при чтении мантр и молитв на разговоры с другими членами собрания. Если такие чтения смешиваются с обыденной речью, они теряют свой смысл, в особенности, когда проводится церемония по усопшему Существо, проходящее через ужасы и страдания промежуточного состояния (бардо), устремляется к благодетелю, оплатившему церемонию, и к монахам и ламам, приглашённым для проведения церемонии, в надежде найти у них помощь. Существа в промежуточном состоянии могут читать в умах других людей. Так что, если люди, проводящие церемонию, не сохраняют полную сосредоточенность; если не хранят своих обетов и заветов; если то, что они говорят и думают, мотивировано привязанностью и враждебностью, существо, проходящее бардо, это улавливает, испытывает чувство досады и ненависть к этим людям и из-за таких мыслей отправляется в низшие сферы. Так уж было бы лучше вовсе не обращаться к помощи таких служителей.

В ритуалах Ваджраяны – Тайной мантры говорится, что «произносить тексты, описывающие визуализации этапа порождения, значит использовать слова как средство к получению доступа». То есть слова, описывающие визуализации, предназначены вызвать в сознании детали этапа порождения. Однако исполнителям такого рода церемоний даже и в голову не приходит подлинное значение визуализации – смысл этапов порождения и завершения. Поэтому они механически, со всякого рода колоритными интонациями повторяют «представьте себе зрительно», «медитируйте», «сосредоточьтесь» и дудят в

трубы, бьют в цимбалы и барабаны. Наконец, наступает, казалось бы, самый важный момент – практика сближения, когда читаются мантры. Но тут они, считая, что их работа закончена, вообще расслабляются и не делают даже усилия, чтобы сидеть прямо. Они начинают нюхать табак, являющийся источником многих порочных действий¹⁶³, и принимаются громко болтать о несущественном, как то: бесконечно обсуждают все происшествия в ближайших окрестностях – с вершин гор до самой низины, а также в долинах и в ущельях. Они между тем перебирают свои чётки, но с такой скоростью, будто закручивают сосиски. К вечеру они взглядывают на небо и, увидев положение солнца, снова бьют в цимбалы, распевая: «Ваджра пушпе, дупе¹⁶⁴...». и т.п.

Это даже не бледная тень ритуала, даже не тень его тени. Было бы, безусловно, намного лучше, если бы прочитан один только раз, но с совершенно чистым устремлением Исповедь промахов или Молитву о благих деяниях.

Эти ламы, своими нечистыми службами и жалкими подобиями ритуалов отправляющие покойных в низшие сферы существования, также и живым приносят этими службами отнюдь не благодеяние, но только лишь вред. Кроме того, несомненно, что подобное злоупотребление приношениями как раз и относится к категории того, что называется «проглатывать раскалённые докрасна металлические шары»¹⁶⁵.

Ламы и монахи, извлекающие выгоду из приношений верующих и из имущества покойных, не должны при проведении служб измерять своё вдохновение количеством мяса, плотностью сыра и числом приношений, которые они получают. Для тех существ, ради которых они совершают службу, будь то больной или уже умерший, это критическая минута, ибо они страдают и не имеют Прибежища. Им необходимо найти защиту в любви и сострадании ламы, желающего им помочь. Ламы должны стремиться проводить службу со всей серьёзностью, не отвлекаясь и вкладывая в неё всё, что им известно о стадиях порождения и завершения. Если они ничего об этом не знают, они должны просто вдумываться в значение слов, которые они произносят. Или же, по меньшей мере, они должны быть в плане тела, речи и сознания исполнены любви и сострадания к тому, кто страдает, а также проникнуты верой в несокрушимую силу Трёх Драгоценностей. Если они к тому же смогут совершить ритуал, как надлежит, правильно читая тексты и мантры, то нет никакого сомнения, что в силу сострадания Прибежища, Трёх Драгоценностей, в силу нерушимости принципа причины и следствия и неизмеримых благ, проистекающих из бодхичитты, они смогут принести больным и покойным реальную помощь.

Именно так они должны бы стремиться поступать в соответствии с выражением «очистить свои омрачения на [медитационной] подстилке другого»*.

* Это означает, что всякая практика, которая проводится с намерением помочь другому, является благотворной не только для того существа, которому оказывается помощь, но также и для выполняющего практику.

Тогда они могли бы осуществить одновременно двойное накопление, и для себя, и для других. Они также привели бы всех, кто имеет с ними связь, на путь Освобождения.

В наши дни есть ламы и монахи, которые, можно полагать, немного лучше других и знакомы с законом причины и следствия. Однако они так напуганы омрачениями, которыми чреваты приношения, что отказываются даже и благословлять больных или умерших или же читать молитвы им во благо. Действуя таким образом, они подрывают самый корень любви и сострадания бодхичитты.

Большинство из них весьма эгоистичны. По просьбе своих покровителей они участвуют в церемониях. Однако они читают не то, что необходимо этой семье, а вытаскивают вместо этого свои потрёпанные, засаленные молитвенники и, извинившись тем, что они, де, не могут прерывать собственную практику, читают свои молитвы, в то время как все другие читают молитвы, составляющие часть ритуала¹⁶⁶. Когда они читают даже самую короткую молитву или мантру для собственного блага, они крайне скрупулёзны в своём якобы стремлении очистить свои омрачения и злоупотребления приношениями. Но во время больших церемоний, проводимых ради блага их покровителей, они читают молитвы нехотя, точно из-под палки. Глядят по сторонам, говорят, что придётся, и меньше всего думают о тех живых или мёртвых, которых, как предполагается, они стремятся защитить. Это подрывает корень любви и сострадания бодхичитты. Если они в дальнейшем вознамерятся обелить себя от такого злоупотребления приношениями, им будет весьма трудно это сделать вследствие их столь негативного и эгоистического отношения к другим.

В противоположность этому, с самого начала примите за основу любовь и сострадание бодхичитты. Искренне стремитесь, по мере возможности, использовать в своей практике знания об этапах порождения и завершения. Никогда не отказывайтесь от желания помогать другим. Тогда медитация на этапах порождения и завершения и чтение мантр как у себя дома, так и в домах других людей не будут ничем различаться.

Если прочитать стослоговую мантру без перерыва сто восемь раз, не отвлекаясь и не смешивая чтение с обыденной болтовнёй, это, без сомнения, очистит все ваши неблагие действия и омрачения, а также все нарушения и все пробелы в обетах и в заветах. Таково обещание Ваджрасаттвы. В Тантре безупречного покаяния говорится:

Стослоговая мантра – это квинтэссенция сознания всех Сугат. Она очищает все нарушения, все падения, все обусловленные омрачения.

Она – высшее покаяние. Прочитав её без перерыва сто восемь раз, исправишь все нарушения и промахи и спасёшься от падения в три низшие сферы.

Такого йога, который ежедневно читает эту молитву, Будды прошлого, настоящего и будущего ещё в этой жизни признают своим драгоценным отпрыском и будут о нём печься и его оберегать. А после смерти он, несомненно, станет их возлюбленным наследником.

Какие бы нарушения и преступления против основных и дополнительных заветов ни совершил тот, кто вступил на путь Ваджраяны тайных мантр, если он ежедневно, медитируя о Ваджрасаттве, читает стослоговую мантру двадцать один раз, то следствия его ошибок расти не будут. Это то, что называется «благословение ошибок». Сто тысяч чтений стослоговой мантры полностью очистят все ваши падения и срывы. В Сущностном украшении читаем:

Представьте себе отчётливо Ваджрасаттву
Сидящим на белом лотосе и луне
И при этом безошибочно читайте двадцать один раз
Мантру о ста слогах –
Это благословение ошибок,
Которое не даёт им разрастаться;
Так нас учили махасиддхи;
Каждый день практикуйте это упражнение.
А если прочитаете мантру сто тысяч раз,
Станете воплощением полной чистоты.

В настоящее время в Тибете нет ни одного ламы, монаха или мирянина – будь то мужчина или женщина, – кто не получил бы какого-либо посвящения и тем самым не вступил на путь Тайной мантраяны. Если, вступив на путь Мантраяны, не соблюдаешь заветов, то отправляешься в адские сферы; но, если её соблюдаешь, то приходишь к совершенному состоянию Будды. Другой возможности не существует. Это как со змеей, которая залезла внутрь ствола бамбука: она может оттуда выползти только либо наверх, либо вниз. В Сокровищнице драгоценных духовных качеств говорится:

Выход из Тайной мантраяны

Либо – в низшие сферы,

Либо к состоянию Будды.

Третьей возможности не существует.

Тантрические заветы утончённы, многочисленны и хранить их нелегко. Даже такой великий наставник, как Атиша, говорил, что, вступив на путь Тантры, он совершал подряд одну ошибку за другой. В наши же дни мы располагаем малым числом противоядий, внимание наше не отличается остротой, а усердие попросту отсутствует. Мы даже толком не знаем всех возможных нарушений заветов, хотя такие нарушения, несомненно, существуют и, стало быть, они обрушиваются на нас непрерывным потоком. Вот почему жизненно важно прибегнуть к этому спасительному средству, сделав медитацию о Ваджрасаттве и чтение стослоговой мантры своей ежедневной практикой, или, по крайней мере, каждый день неукоснительно читать мантру двадцать один раз.

Даже люди, сведущие во всех существенных аспектах этапов порождения и завершения, которые, благодаря внимательности, сосредоточенности и т. п., смогли избежать нарушений заветов, должны, однако, неизменно исповедоваться и проводить очищения. Ибо, в сущности, любой контакт через слово или взаимодействие с тем, кто нарушил существенные заветы – даже если просто выпить воды в одной с ним долине, – достаточен для того, чтобы породить ошибки, известные как «нарушение через контакт» или «случайное нарушение». В тантрах говорится:

Вступив в контакт с нарушителями или ублажив их желания,

Объяснив Дхарму им и другим таким же недостойным,

То есть не обойдя их стороной, мы тем самым загрязнились

Омрачениями их нарушений, которые нам принесут

Беды в этой жизни и омрачения в будущих.

Полные раскаяния, мы поверяем эти промахи.

Если хотя бы один человек в собрании нарушил заветы, все другие сто или тысяча человек, которые свои обязательства выполняли, будут загрязнены до такой степени, что не смогут извлечь никакой пользы из своей практики Дхармы. Это можно сравнить с кувшином свежего молока, которое сворачивается от одной капли кислого молока; или с тем, как одна лягушка в язвах заражает всех других вокруг. Как говорится:

От одной капли кислого молока
Скисает всё молоко;
Один недостойный йог
Сбивает с пути всех других.

Более того, ни один учитель – будь он даже великий лама или сиддха – не может избежать такого загрязнения от контакта с нарушителями заветов. Это явствует из рассказа о великом учителе Лингже Репе. Когда он был в святом Цари, дакини Шингкьонг стала чинить ему препятствия. В середине дня она навлекла такую тьму, что засияли звёзды. Однако ничто не могло остановить это озарённое существо в его стремлении добраться до берегов Тёмно-кровавого озера, где он танцевал под звуки ваджрной песни, оставляя на скале следы своих ступней, которые ещё и сейчас можно там видеть. Однако впоследствии его навестил ученик, нарушивший заветы, он от него заразился, впал в беспамятство и потерял дар речи. Нечто подобное мы узнаём из ваджрных песен сиддхи Ургьенпы:

Один только враг – заражение нарушением заветов
Сумел победить меня, нищего Ринчена Пела из Края снегов.
И только лишь мой учитель сумел меня защитить.

Нарушение заветов Ваджраяны – это грубая ошибка, но соблюдать все эти заветы крайне трудно. Полагать, без предварительной тщательной проверки, что вы правомерно соблюдаете все заветы, и гордиться этим было бы явным заблуждением.

В тантрах говорится, что, если хотя бы на мгновение забудешь видеть свои тело, речь и сознание как три мандалы, нарушишь тантрические заветы. Оттого так трудно их соблюдать. Говоря точнее, упоминается, что существуют сто тысяч предписаний заветов – огромное число. В соответствии с тантрами, нарушение этих предписаний навлекает следующие беды:

Ваджрное чудовище выпьет из твоего сердца кровь¹⁶⁷,
Жизнь будет коротка, будет много болезней, разорение и страх перед врагами.
И попадёшь в устрашающий Ад беспредельных мучений,
Где испытаешь долгие и невыносимые страдания.

Поэтому, чтобы спасти себя от всех скрытых и явных нарушений, падений, ошибок и промахов, стремитесь постоянно исповедоваться в своих ошибках, медитируя о Ваджрасаттве и читая стослоговую мантру. Как говорили все великие учителя прошлого:

Лучше постараться не запятнать себя неблагими действиями;

Но, если это случится, весьма важно в них исповедаться.

Ущерб, причинённый тантрическим заветам, легко восполним, так как все нарушения могут быть очищены с помощью исповеди. В традиции шравак полное коренное нарушение¹⁶⁸ – всё равно, что разбить глиняный кувшин, который починить уже никак невозможно. Нарушение обетов бодхисаттвы больше похоже на поломку ювелирного изделия – его можно починить, если обратиться к опытному мастеру. Точно так же нарушение обета может быть исправлено с помощью духовного друга. Что касается тантрических обетов, то этот промах подобен незначительной вмятине на сосуде из драгоценного металла. Каждый может сам полностью очиститься, исповедовавшись в своей ошибке и использовав в качестве поддержки божество, мантру и сосредоточение.

Ошибку легко исправить, если исповедаться немедленно. По прошествии времени, однако, ошибка разрастается и исповедоваться в ней становится трудно. Говорят, что по истечении трёх лет нарушение уже недоступно для исповеди – даже если исповедаться, очищение не происходит.

Есть люди, одарённые властью речи и силой благословения, которые они и используют для собственного блага и для блага других в тех случаях, когда необходимо избежать заморозков, предотвратить град, остановить эпидемию, лечить взрослых и детей от болезней и т. п. Однако, чтобы сохранить эту власть и силу благословения, и они должны очищаться от омрачений в своей речи. И для этого нет лучшего способа, чем чтение стослоговой мантры. Очень важно читать её с полной отдачей. Мой почитаемый учитель любил в шутку говорить, что те, кто защищает других, используя приношения, должны, несомненно, начать с очищения омрачений в своей речи, прочитав стослоговую мантру десять миллионов раз. И многие из его учеников действительно прочитали мантру десять или даже двадцать миллионов раз; и не было ни одного, кто не прочитал бы её, по меньшей мере, двести или триста тысяч раз. Благословенный Ваджрасаттва воплощает божеств ста семейств. Его называют «Ваджрасаттва – несравненное божество великой тайны». Среди несметного множества мирных и гневных йидамов нет ни одного, кто не был бы воплощён в Ваджрасаттве. Медитируйте о Ваджрасаттве, полагая его неотделимым по сущности от вашего коренного учителя. Такова практика гуру-йоги в

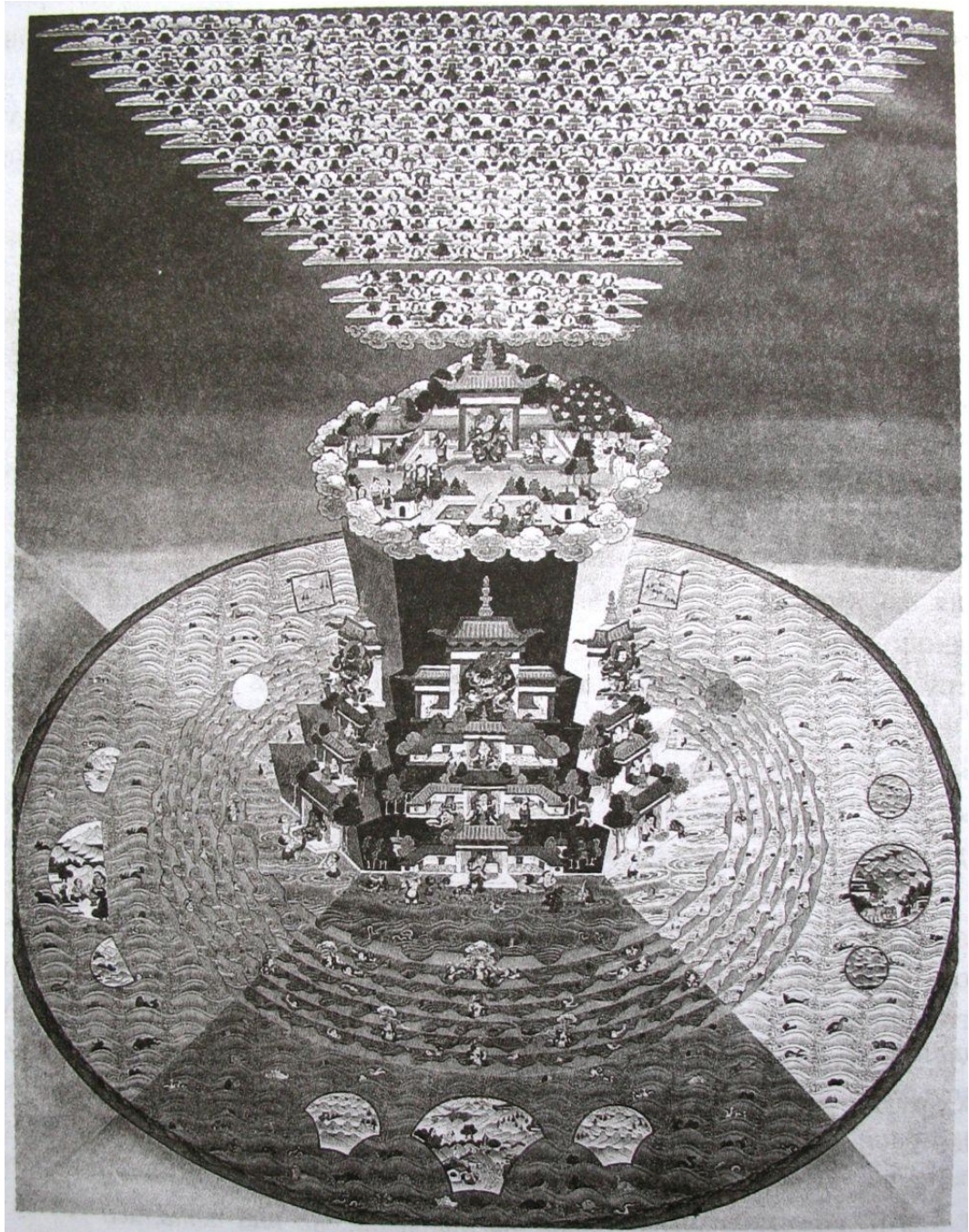
соответствии с методом «всеобъемлющей драгоценности»¹⁶⁹. Это наиболее совершенный и наиболее глубокий метод. Поскольку, как я упоминал ранее, стослоговая мантра превышает всех других мантр, да будет вам известно, что не существует практики более глубокой, чем эта.

Я прослушал благотворные наставления, но они остались для меня словами.

Я попрактиковался немного, но погряз в отвлечениях.

Благослови меня и других призрачных существ, подобных мне,

Дабы мы смогли извлечь сущность из этапов порождения и завершения.



Мандала вселенной.

Трёхмерное изображение древнеиндийского космоса, как оно визуализируется при поднесении мандалы. Расширяющаяся к вершине квадратная гора Меру с дворцом Индры на её вершине. Её окружают четыре континента и соответствующие им субконтиненты. Выше располагаются различные сферы: сфера богов, сфера форм и сфера без-форм.

Глава четвёртая.

ПОДНЕСЕНИЕ МАНДАЛЫ ДЛЯ НАКОПЛЕНИЯ ЗАСЛУГ И МУДРОСТИ.

Тебе известно, что относительная истина – это ложь, и всё же ты практикуешь два накопления.

Ты знаешь, что на абсолютном уровне не о чем медитировать, и всё же медитируешь.

Ты видишь абсолютную и относительную истины как одно и всё же усердно практикуешься.*

Несравненный учитель, я склоняюсь к твоим стопам!

* Букв.: «Ты осуществил состояние неделимого единства».

I. Необходимость двух накоплений.

Не собрав накопления заслуг и мудрости, невозможно ни обрести двоякую чистоту состояния Будды, ни постигнуть в полной мере истинное значение пустоты. В сутрах говорится:

Пока не завершишь два высших накопления,
Невозможно постигнуть сокровенную пустоту.

И также:

Изначальная абсолютная мудрость придёт
Лишь с благословения озарённого учителя –

Как знак завершения накопления заслуг и очищения от омрачений.
Знайте, что глупо пытаться достигнуть этого другими средствами.

Даже те, кому открылось истинное видение пустоты, должны совершенствоваться, оставаясь на пути вплоть до обретения совершенного состояния Будды. Стало быть, им всё ещё необходимо стремиться накапливать заслуги и мудрость.

Тилопа, повелитель йогов, говорил Наропе:

Наропа, сын мой, пока не постигнешь,
Что все возникающие взаимозависимо видимости
В действительности вовсе не возникают,
Не отходи от колёс повозки,
Именуемой «два накопления».

Великий йогин Вирупа говорит в своих Дохах:

Даже если уверен, что и относительной буддовости*
Тебе не достичь, – ни на минуту
Не прекращай великого накопления заслуг;
Делай для этого всё, что в силах твоих.

* Это относится к тому уровню осознания, когда возникает уверенность, что в нашем сознании заложена природа Будды.

А несравненный Дагпо Ринпоче говорит:

Даже если твоя реализация превзошла понятия накопления и очищения¹⁷⁰,
Продолжай накапливать даже самые малые заслуги.

Победитель со своим великим состраданием и изощрённостью искусных средств обучал бесчисленным методам, какими можно вести два накопления. Наилучшим из них является подношение мандалы. В тантре говорится:

Подношение Буддам во всех чистых землях
Необъятного космоса в миллиард миров,
Наполненного всем, что только можно пожелать,
Ведёт к раскрытию изначальной мудрости Будд.*

* Это означает, что накопление заслуг через практику позволит проявиться заложенной в нас безупречной мудрости природы Будды.

В нашей традиции, когда делается такое приношение, используются две мандалы: мандала свершения и мандала подношения.

Материалы, из которых изготовлена мандала, зависят от ваших возможностей. Наилучшим основанием мандалы считается сделанное из драгоценных металлов, золота или серебра. Среднего качества будет то, которое сделано из бронзы или какого-либо другого металла. Наихудшим вариантом будет использовать для этого гладкую деревянную доску или кусок дерева.

На основании мандалы раскладываются кучки, в лучшем случае, драгоценных камней: бирюзы, кораллов, сапфира, жемчуга и т.п. За ними по качеству следуют лечебные плоды арура и кьюрура. Также можно использовать зёрна овса, пшеницы, риса; овощи и т.п. В худшем случае в качестве поддержки для визуализации могут быть использованы даже галька, гравий, песок и прочее.

Каков бы ни был материал, из которого сделано основание мандалы, оно должно быть тщательно очищено.

II. Мандала свершения.

Начните с того, что положите на мандалу свершения¹⁷¹ пять кучек. Сначала положите в центре маленькую кучку, представляющую Будду Вайрочану, окружённого божествами из семейства Будды. Затем положите другую кучку на востоке, то есть ближе к себе¹⁷², символизирующую Будду Акшобхью, окружённого божествами из семейства ваджры. Далее поместите последовательно одну кучку на юге, представляющую Будду Ратнасамбхаву, окружённого божествами из семейства драгоценности; одну – на западе, символизирующую Будду Амитабху в окружении божеств из семейства лотоса; и одну – на севере, соотносимую с Буддой Амогхасиддхи в окружении божеств из семейства действия.

Можно также представить себе поле заслуг, как это делается при принятии Прибежища. Тогда центральная кучка будет представлять Великого наставника из Уддияны, нераздельного с вашим собственным коренным учителем; а все учителя традиции Великого Совершенства расположатся над ним – один над другим, по порядку. Передняя кучка будет представлять Будду Шакьямуни, окружённого тысячью двумя

Буддами нашей Благой кальпы. Кучка справа будет представлять восемь великих ближайших сыновей, окружённых благородной Сангхой бодхисаттв, а кучка слева – двух главных шравак, окружённых благородной Сангхой шравак и пратьекабудд. Кучка позади будет представлять драгоценность Дхармы в форме сложенных стопок книг, обрамлённых сетью лучей света.

Во всяком случае, поместите мандалу свершения на свой алтарь или в другое подобающее место. Если у вас есть пять подношений, расставьте их вокруг мандалы, а мандалу поместите перед изображениями тела, речи и сознания Будды. Если это невыполнимо, можно вообще отказаться от мандалы свершения и ограничиться визуализацией поля заслуг.

III. Мандала подношения.

Держа основание мандалы подношения левой рукой, тщательно протирайте её нижней частью ладони правой руки, ни на секунду не отвлекаясь от объекта визуализации, и в то же время читая текст семеричного ритуала.

Протирание мандалы предназначается не только для того, чтобы устранить с основания мандалы грязь. Это также способ направить свои усилия на то, чтобы избавиться от двух завес, затуманивающих наше сознание. По преданию, великие учителя школы Кадам протирали свои мандалы нижней стороной ладони, пока не облупливалась кожа и не появлялись раны. Тогда они продолжали делать то же самое боковой частью запястья. Когда же раны появлялись и там, они действовали тыльной частью запястья. Итак, протирая основание мандалы, не пользуйтесь шерстяной или хлопчатобумажной тканью, но действуйте лишь своим запястьем, как это делали в прошлом великие учителя школы Кадам.

Раскладывая кучки на основании мандалы, читайте молитву, известную как Тридцать семь элементов мандалы, составитель которой Чогьял Пакпа был покровителем существ из школы Сакья. Этот метод легко выполним и потому принят без какого-либо различия всеми традициями как Старой, так и Новой школы. Здесь мы начинаем подношение мандалы точно таким же образом, ибо это также и наша традиция.

Как Старая школа, так и Новая школа имеют в своём арсенале ряд других методов подношения мандалы в соответствии со сложившимися в каждой из них традициями. Вообще, каждое духовное сокровище школы Ньингма имеет свою собственную систему подношения мандалы. Также и в нашей собственной традиции существует ряд подробных

молитв подношения мандалы трёх тел, которым обучал в различных Сокровенных сущностях¹⁷³ из всеведущий Лонгченпа. Вы можете выбрать любую из них.

1. Подношение мандалы в тридцать семь элементов.

Начните с чтения мантры:

Ом Ваджра Бхуми Ах Хум,

Держа мандалу в левой руке, окропите её ароматной водой с бажунгом*.

* ba byung – ритуальная смесь, приготовленная из пяти различных веществ, полученных от коровы.

Затем захватите несколько зёрен большим и безымянным пальцами правой руки. Произнося:

Ом, Ваджра Рекхе Ах Хум, –

обведите основание мандалы рукой по часовой стрелке и положите щепотку зёрна в центре. Если у вас есть в распоряжении готовая «ограда железных гор»¹⁷⁴, поставьте её на мандалу сейчас.

Читая:

Гора Меру, владычица гор, –

поместите в центре большую горсть зерна. Чтобы разместить «четыре континента», читайте:

На востоке Пурравидеха... –

и поместите кучку на востоке – это может быть либо в той части, которая обращена к вам, либо на противоположной стороне мандалы, обращённой к тем, кому вы делаете подношение; а затем по часовой стрелке, начиная с востока, поместите три кучки, соответствующие трём другим континентам.

А для субконтинентов – Деха, Видеха и т.д. – поместите последовательно по одной кучке с каждой стороны от каждого континента.

Затем поместите драгоценную гору на востоке; дерево, исполняющее желания, – на юге; неистошимую корову – на западе и самородящийся урожай – на севере.

Далее поместите в четырёх точках, отмечающих стороны света, а также в четырёх промежуточных точках семь атрибутов монаршего величия и «сосуд несметного богатства».

Вслед за этим в точках, отмечающих каждую из сторон света, поместите одну из четырёх внешних богинь, начиная с богини красоты; а в четырёх промежуточных точках поместите четырёх внутренних богинь, начиная с богини цветов.

Поместите солнце на востоке и луну – на западе; драгоценный зонт – на юге и знамя повсеместной победы – на севере.

Читая:

Всё без изъятия богатство богов и людей, –

разложите поверх всего этого зёрна, так чтобы совершенно не осталось свободного места. Если у вас есть какое-либо украшение, венчающее мандалу, установите его сверху.

Читайте:

Я подношу эту мандалу всем достославным и возвышенным
коренным учителям и учителям линии передачи,
а также всем Буддам и бодхисаттвам.

В этот момент некоторые добавляют слова: «(мандалу) красивую, совершенную, без каких-либо изъянов»; однако, по словам моего учителя, эти слова отсутствуют в первоначальном тексте и являются добавлением к нему.

Что касается визуализации к каждому из упомянутых пунктов, мой учитель ничего, кроме этого, во время учения не говорил; поэтому и я ничего больше об этом здесь не скажу. А те, кто хотел бы знать частности, должны обратиться к Подробному комментарию свода всех значений, как это рекомендуется в основном тексте, вводящем эти предварительные практики¹⁷⁵.

2. Подношение мандалы трёх тел согласно этому тексту.

2.1. Обыкновенная мандала¹⁷⁶ нирманакаи.

Четыре континента – упоминавшиеся выше при объяснении расположения кучек на основании мандалы – с горой Меру в центре и сферами небес Брахмы над ней составляют один мир. Тысяча таких миров образуют то, что называется «исходная вселенная в тысячу миров». Тысяча таких вселенных в тысячу миров, каждая со своими четырьмя континентами, образуют так называемую «среднюю вселенную в миллион миров». Тысяча таких средних вселенных в миллион миров образуют «большую вселенную в миллиард миров». Каждая такая вселенная в миллиард миров со своими четырьмя континентами является сферой действия одного проявленного тела Будды – Будды Шакьямуни, к примеру, вселенную которого именуют вселенной Долготерпения¹⁷⁷.

Представьте себе самые беспримерные сокровища, какие только можно найти во всех этих бесчисленных и необозримых мирах, – как, скажем, семь атрибутов монаршей власти и тому подобное, безотносительно к тому, являются ли они чьей-либо собственностью. Добавьте к этому своё тело, свои богатства, жизнь, удачу, власть, силу, а также ваши главные заслуги – те, что уже накоплены, накапливаются в настоящее время или будут накоплены в будущем, и присовокупите к этому всё, что приносит благополучие и счастье. Сложите вместе всё это самое драгоценное и самое желанное и поднесите полностью, ничего не утаивая и не испытывая ни малейшего сожаления или хотя бы крупницы сожаления, своему учителю и божествам нирманакаи. Таково подношение общей мандалы нирманакаи.

2.2. Особая мандала самбхогакаи.

В дополнение к этому представьте себе бесконечность небесных сфер и невообразимые дворцы в пяти грандиозных полях Будд¹⁷⁸, к тому же озарённые присутствием богини красоты и множества других богинь, предлагающих органам чувств всё, что доставляет наслаждение. Поднесите всё это своему учителю и божествам самбхогакаи. Таково подношение особой мандалы самбхогакаи.

2.3. *Исключительная мандала дхармакаи.*

На основание мандалы, представляющей безначальное абсолютное пространство, поместите кучки, представляющие четыре видения и все возникающие мысли. Сделайте из них приношение вашему учителю и божествам дхармакаи. Таково подношение исключительной мандалы дхармакаи.

Совершая подношение мандалы трёх тел, следует отчётливо помнить данные указания к садхане и с самозабвенной преданностью повторять молитву, начинающуюся словами:

ОМ А ХУМ. Великую вселенную в миллиард миров...

Когда считаете число сделанных подношений, держите основание мандалы в левой руке и, сохраняя на мандале то, что было сделано ранее, добавляйте правой рукой одну кучку при каждом повторении.

Настойчиво это практикуйте и прекращайте лишь тогда, когда левая рука от боли больше не в состоянии держать основание мандалы. «Выносить тяготы и проявлять силу духа и решимость во имя Дхармы» не значит лишь практиковаться даже без еды¹⁷⁹. Это означает – всегда, невзирая на обстоятельства, быть полным решимости довести любую, самую трудную практику до конца. Если будете практиковаться таким образом, ваше терпение и упорство принесут вам огромное количество заслуг.

Если вы уже совершенно не в силах держать мандалу, положите её на стол перед собой или на другую опору и продолжайте отмечать кучками подношения, ведя им счёт. Делая перерыв, чтобы, например, выпить чашку чая, соберите все свои подношения и, возвращаясь к упражнению, начните снова с мандалы в тридцати семь элементов, а потом уже продолжайте, как прежде.

Вы должны непременно сделать, по крайней мере, сто тысяч таких подношений. Если вы не в состоянии сделать такое число подношений, поднося всё время полную мандалу трёх тел, можно делать взамен подношение мандалы в семь элементов¹⁸⁰, начав с чтения стиха:

Основание мандалы очищается ароматной водой...

В какой бы форме вы ни делали подношение, очень важно – как при выполнении всякой другой садханы – неизменно опираться на три высших метода: начните с

порождения бодхичитты, проводите практику без лишних мыслей и в конце должным образом скрепите садхану посвящением заслуг.

Если при подношении мандалы вы используете ячмень, пшеницу или другие злаки, стремитесь, если позволяют средства, не пользоваться зерном дважды, но каждый раз менять его. То, что было употреблено для подношения ранее, можно отдать птицам, раздать нищим или же сложить перед изображениями Трёх Драгоценностей. Но не следует считать это зерно своей собственностью и использовать его для своих нужд.

Если ваши средства недостаточны, чтобы менять зерно каждый раз, делайте это так часто, как можете это себе позволить. Если вы очень бедны, можно использовать одну и ту же меру зерна снова и снова.

Сколь бы часто вы ни меняли зерно, очищайте его перед подношением, выбирая все инородные предметы: пыль, мусор, солому птичьих испражнения и т. п., и смачивайте шафрановой или другой ароматной водой.

Хотя в наставлениях разрешается подносить землю и камни, следует помнить, что это делается лишь ради блага тех бедняков, у которых решительно ничего нет, а также для людей с высшими способностями, чьё сознание в состоянии создать из одной частицы пыли столько чистых земель, сколько частиц пыли содержится во всей вселенной. Если же у вас есть всё, что необходимо, но вы не способны с этим расстаться и отдать в качестве подношения и приводите убедительные и правдоподобные доводы, в которые даже и сами верите, – что вы, де, используете в качестве подношений мантры и визуализацию, то вы самих себя обманываете.

Кроме того, во всех тантрах и в основных указаниях говорится об «очищенных, чисто подготовленных подношениях» и о «чисто подготовленных объектах подношения». Никогда не упоминается о «грязных подношениях, подготовленных в грязи». Поэтому никогда не пользуйтесь пищевыми отходами, а также едой, заражённой скарлатиной или грязью. Не стремитесь использовать лучший ячмень для себя, а оставшийся – для подношений или для приготовления цампы для торж. Старые учителя школы Кадам имели обыкновение говорить:

Не следует сохранять лучшее для себя и подносить заплесневелый сыр и гнилые овощи Трёх Драгоценностям.

Не делайте торж и лампы для подношения со старым маслом или из испорченных продуктов, оставляя всё лучшее для собственного потребления. Это окажет пагубный эффект на ваши заслуги.

Когда лепите тормы, подготавливайте массу такой консистенции, какая понравилась бы вам, если бы вы готовили всё это для себя. Не следует добавлять много воды только потому, что это облегчит вашу работу.

Атиша любил говорить:

Эти тибетцы никогда не разбогатеют; они слишком разжижают водой массу для торм.

Он также имел обыкновение говорить:

В Тибете, чтобы успешно собирать заслуги, достаточно подносить воду.

В Индии, из-за жары, не найти такую чистую воду, как в Тибете.

Подношение чистой воды – это очень эффективный метод накопления заслуг, если делать это с должным прилежанием. Очистите семь небольших чаш или других сосудов для приношений и расположите их в ряд, не слишком близко и не слишком далеко одну от другой. Чаши должны располагаться по прямой линии, так чтобы ни одна не выступала за её пределы. В воде не должно быть ни зёрен, ни волос, ни пыли, ни плавающих насекомых. Осторожно налейте воду в чаши – полностью, но не до самого края, – стремясь при этом не проливать воду на стол для подношений. Так надо делать приятные и привлекательные водные подношения.

В Молитве о благих деяниях упоминается о приношениях, «совершаемых на особый возвышенный манер». Если, готовя всякое подношение и раскладывая его, вы заботитесь также о том, чтобы оно было красивым, приятным на вид, вы тем самым выказываете уважение Буддам и бодхисаттвам, и это принесёт вам огромные заслуги. Поэтому старайтесь именно так и поступать.

Если у вас недостаточно средств или по другой причине вы не можете поднести что-либо приятное на вид, не будет ошибкой поднести что-либо грязное или низкого качества, при условии, что ваши намерения будут совершенно чистыми. Буддам и бодхисаттвам неведомо деление на чистое и грязное. Существует рассказ о нищенке по прозвищу Деревенская Метельщица, которая поднесла Будде масляную лампу. Есть также рассказ о прокажённой, поднёсшей Махакашьяпе миску рисового супа, который ей удалось выпросить. Когда она протягивала Махакашьяпе миску с супом, туда упала муха. Прокажённая пыталась достать муху, но тогда в суп отвалился один из её изъеденных проказой пальцев. Видя её доброе намерение, Махакашьяпа выпил суп, насытивший его

на весь день, и прокажённая была этим весьма счастлива. Она переродилась в небесной сфере Тридцати трёх.

Итак, когда вы подносите мандалу, всё, что вы используете для этого, должно быть чистым и выглядеть привлекательным, и ваши намерения должны быть абсолютно чистыми.

Ни на одном этапе пути не следует отказываться от таких упражнений, как подношение мандалы, ибо необходимо постоянно стремиться накапливать заслуги. Как говорится в тантрах:

Никакие достижения невозможны без накопления заслуг:
сколько ни дави песок, не получишь масло.

Рассчитывать добиться достижений без накопления заслуг – всё равно что пытаться давить прибрежный песок, чтобы получить растительное масло. Сколько бы миллионов песчинок вы ни положили под пресс, не выдавите ни единой капли масла. А стремиться обрести достижения через накопление заслуг – подобно тому, как выдавливать масло из зёрен сезама: чем больше зёрен давите, тем больше масла получаете; и даже одно зерно, раздавленное на ногте пальца, оставляет маслянистый след. Вот ещё одно подобного рода изречение:

Рассчитывать на свершения без накопления заслуг –
Подобно тому, как взбивать воду, надеясь получить масло.
Накапливать заслуги, чтобы обрести достижения, –
Подобно тому, как взбивать молоко, чтобы получить масло.

Осуществление конечной цели, высшего достижения, также, несомненно, является плодом завершения двух накоплений. Как упоминалось выше, невозможно обрести двойную чистоту состояния Будды, не завершив накопления заслуг и мудрости. Нагарджуна говорит:

Пусть все существа, от блага этого
Накопив заслуги и прозрения, –
Обретут два тела совершенные,
От заслуг и от прозрения возникшие!

По завершении накопления заслуг, в котором отводится место рассудочным представлениям¹⁸¹, вы постигаете высшую рупакаю. По завершении накопления мудрости, лежащей за пределами рассудочных представлений, вы постигаете высшую дхармакаю.

Преходящие мирские достижения также являются следствием накопления заслуг. Без заслуг любые, даже самые грандиозные усилия будут бесплодными. У некоторых людей, благодаря тому количеству заслуг, которые они накопили в прошлом, в настоящее время всегда вдоволь еды, денег и имущества, хотя они не делают для этого ни малейших усилий. В то время как другие всю жизнь выбиваются из сил, стремясь разбогатеть на торговле, сельском хозяйстве и прочем; но это не приносит им ни малейшей пользы, и они умирают от голода. Это общеизвестный факт.

То же самое происходит, когда поклоняются божествам богатства, защитникам Дхармы и прочим, рассчитывая достигнуть соответствующих сверхъестественных результатов. Эти божества не смогут ничего нам пожаловать, если мы не накопили в прошлом деяний щедрости.

Был однажды отшельник, которому нечем было жить, и тогда он стал выполнять практику Дамчена. Он стал таким знатоком этой практики, что мог вести беседы с Дамченом как с человеком. И, тем не менее, это ничего ему не дало.

Вот что сказал ему Дамчен: «Я не могу ничего тебе пожаловать, потому что в твоём прошлом нет ни малейших следов какой-либо щедрости».

Однажды отшельник ходил с группой нищих, и ему дали миску, полную супа. Когда он вернулся к себе, ему явился Дамчен и спросил его: «Ты отдаёшь себе отчёт в том, что сегодня ты получил даяние от меня?» «Но ведь все нищие получили по миске супа, не только я, – сказал отшельник. – Как я могу знать, что это пришло от тебя?» «Когда ты получал суп, – отвечал Дамчен, – в твою миску упал кусок жира. Вот это было даяние от меня».

Невозможно избавиться от бедности, призывая богатство в садханах или совершая ритуалы, если не накоплены заслуги в прошлой жизни. Если бы земные боги благоденствия были в состоянии одаривать нас богатством, то Будды и бодхисаттвы, которые обладают в сотни и тысячи раз большей властью и способностью творить чудеса и которые полностью посвящают себя помощи существам, не дожидаясь их молений, обрушили бы на мир такое изобилие, что со всякой бедностью было бы тут же покончено. Но этого не происходит!

Поскольку всё, чем вы располагаете, является исключительно следствием заслуг, накопленных в прошлом, мельчайшая заслуга имеет большую ценность, чем тонна

усилий. В наше время люди бывают удивлены, обнаружив в нашей варварской стране хотя бы самое малое богатство или признаки власти, и восклицают: «О! Как это возможно!?» А между тем для этого не требуется накопления большого количества заслуг. Рассказ о Мандхатри* даёт нам пример плода только одного подношения, при условии, что намерения подносящего и объект подношения являются чистыми. Поднеся семь фасолин, он обрёл власть над всем, что существует, вплоть до небесной сферы Тридцати трёх.

* Рассказ о Мандхатри см. на с. 193-194.

Также есть рассказ о правителе Прасенаджите, власть которого была следствием того, что он преподнёс одну тарелку горячей еды без соли.

Когда Атиша прибыл в Тибет, страна была намного богаче и больше размером, чем в наши дни. И, тем не менее, он сказал:

Поистине, Тибет – это край голодных духов. Не вижу здесь никого, кто пожинал бы плоды подношения чистому объекту хотя бы одной меры ячменя.

Если люди приходят в восторг и удивление от минимальных признаков власти или любой материальной собственности, это демонстрирует, во-первых, узость их кругозора; во-вторых, сколь сильно они привязаны к обыденным видимостям; и, в-третьих, их неспособность понять множасьщийся эффект действий, что было показано выше на примере зерна дерева ашота. Или же можно предположить, что они понимают это, но в это не верят.

Однако всякий, кого отличает искреннее стремление достичь Освобождения, знает, что все видимые достижения: немислимое богатство, недостижимо высокое положение в обществе, громоподобная власть, ослепительная красота не имеют ни малейшего постоянства, стабильности или смысла. Всё это должно вызывать лишь отвращение, какое испытывает больной печенью при виде жирной еды.

Стремление накапливать заслуги в надежде обогатиться подобает людям мирским и ограниченным, но это далеко от подлинной Дхармы, в основе которой лежит решимость освободиться от сансары. Как уже не раз упоминалось, если вы ищете подлинную Дхарму, ведущую к Освобождению, вы должны отбросить – словно плевок в придорожную пыль – все мирские привязанности. Вы должны покинуть родные края и направиться в незнакомые земли, где вам следует всегда оставаться в уединённых местах. Вы должны практиковаться с радостью, когда больны, и чувствовать себя счастливыми перед лицом

смерти. Ученик бесподобного Дагпо Ринпоче однажды спросил его: «В эти смутные времена трудно найти еду, одежду и всё необходимое, чтобы практиковать истинную Дхарму. Что же мне делать? Должен ли я попытаться умиловить божество благоденствия, или же найти способ извлечения сущности, или же покориться неминуемой смерти?»

«Если ты не проявлял щедрости в прошлом, – отвечал учитель, – то как бы ты ни старался, тебе будет трудно умиловить этих божеств и получить богатство. К тому же стремление обогатиться противоречит подлинной практике Дхармы. Извлечение сущностей вещей не является в наши дни тем, чем оно было в восходящий период кальпы¹⁸², то есть до того, как сущности земли, камней, воды, растений и прочего распались. В наши дни это было бы бесполезно. Покориться неминуемой смерти – также не решение. Потом будет трудно снова получить человеческое воплощение со всеми свободами и преимуществами, какими сейчас располагаешь. Однако, если ты в состоянии искренне практиковаться, не заботясь о собственной смерти, тогда у тебя никогда не будет недостатка в еде и одежде».

Нет примеров, чтобы практикующий умер от голода. Будда сказал, что даже во время ужасного голода, когда за меру муки придётся платить таким же количеством жемчуга, ученики Будды никогда не будут испытывать недостатка в еде и одежде.

Вся практика бодхисаттв с целью накопить заслуги и мудрость и рассеять омрачения имеет лишь одно назначение: принести благо всем существам в пространстве – даже в самых отдалённых его частях. Желание обрести состояние Будды во всей его полноте для своего собственного блага, уже не говоря о действиях, направленных на достижение неких целей в этой жизни, не имеет ничего общего с Великой колесницей. Какую бы практику вы ни выполняли, будь то накопление заслуг и мудрости или очищение от омрачений, это должно выполняться исключительно ради блага всех бесчисленных существ и не смешиваться с какими-либо эгоистическими устремлениями. Это, поистине, крайне важно. В таком случае, в качестве побочного эффекта, благополучие и счастье появляются сами собой, без всякого участия с вашей стороны, - подобно тому, как появляется дым, когда раздуваешь огонь, а когда сеешь зёрна, появляются ростки ячменя. Но отбросьте, словно яд, даже и мысль о том, чтобы сознательно искать все эти блага.



Падампа Сангье (XI-XII века).

Знаменитый индийский сиддха, распространивший Учение по всей Индии, Китаю и Тибету. Он и его ученица Мачик Лабдрон утвердили в Тибете линию передачи учения чё.



Мачик Лабдрон (1031-1129).

Сподвижница Падампы Сангье и главная хранительница его линии передачи чё. Она держит в руке большой двойной барабан, который используется в практике, когда созывают гостей на символическое пиршество.

Глава пятая.

НАКОПЛЕНИЕ [МЕТОДОМ] КУШАЛИ: ОТСЕЧЕНИЕ* ЧЕТЫРЕХ ДЕМОНОВ ОДНИМ УДАРОМ.

* Название практики, которая здесь описывается, gcod (произносится «чё»)- Основное значение этого слова – отсека́ть. В этой главе чё употребляется в разных значениях: разрушать, резать, искоренять, прорываться сквозь барьеры концептуального восприятия. Мы переводили его по-разному, в зависимости от контекста. Когда это слово обозначало саму практику, оно не переводилось. Читатель должен принять во внимание диапазон предполагаемых значений.

Ниже описывается краткая практика подношения собственного тела, именуемая «накопление кушали». Обычно эта практика выполняется вместе с гуру-йогой, ибо так это представлено в Нахождении покоя в природе сознания. Но также вполне возможно и допустимо проводить накопление кушали как часть накопления заслуг в сочетании с подношением мандалы. Именно таким образом, в соответствии с устной традицией, излагается здесь эта практика.

I. Тело в качестве подношения.

Слово кушали означает «нищий». Ввиду отсутствия какой-либо собственности для подношения, отрешившиеся от мирской жизни йоги, как, например, живущие в горах отшельники, имеют обыкновение для накопления заслуг и мудрости представлять себе в качестве подношения собственное тело.

Все другие материальные вещи, которыми мы себя окружаем, тщательно и упорно их собирая, предназначены для ухода за своим телом. Так что по сравнению со всякой другой собственностью наше тело – это, без сомнения, то, чем мы более всего дорожим. Поэтому пресечение привязанности к своему телу и использование его в качестве подношения* является более благотворным, чем всякое другое подношение.

* Это основная практика чё.

Как говорится:

Подношение лошади или слона в сто раз лучше других подношений;

Подношение детей и жены лучше этого в тысячу раз;
Подношение своего тела лучше во сто тысяч раз.

А Мачик Лабдрон говорит:

Не ведая, что подношение своего тела без привязанности
Приносит накопление заслуг и мудрости,
Я цеплялась за это столь обожаемое тело¹⁸³.
В этом я исповедуюсь нирманакае матери¹⁸⁴.

II. Практика подношения тела.

Для начала, если вы искушены в визуализации, перенесите своё сознание в пространство и представьте себя там в облике Кродхакали (Гневной Матери). Или же представьте в своём сердце сущность своего умственного сознания в облике Гневной Матери. Она облачена в одежды гневной богини и танцует, взмахивая правой рукой с кривым резакром и держа в левой на уровне сердца капалу, наполненную кровью. Из-за её правого уха выглядывает голова визжащей чёрной свиньи.

Едва вы произносите слог «**ПХЭТ!**»¹⁸⁵, как Гневная Мать устремляется по центральному каналу вверх. Как только она выскакивает из отверстия Брахмы на темени, ваше тело обращается в труп и падает как подкошенное. С этой минуты это тело утрачивает прежний облик: теперь оно толстое, жирное и необъятное, размером со всю великую вселенную в биллион миров.

Чёрная Гневная Мать, в облике которой вы себя представляете, одним ударом резака в правой руке срезает с безжизненного тела на уровне бровей черепную коробку, чтобы сделать из неё капалу. Эта капала размером также равна всей великой вселенной в биллион миров. Гневная Мать берёт левой рукой капалу и ставит её, повернув передней частью к себе, на треножник, составленный из трёх человеческих черепов, каждый размером с гору Меру. Затем резакром в правой руке она поднимает труп и кладёт его в капалу.

Теперь представьте себе в пространстве над капалой белый слог **ХАМ**, природа которого нектар, а под капалой – А-тунг, красную вертикальную черту от [тибетской буквы] **А**¹⁸⁶, природа которого огонь.

ham ॐ

А-тунг — вертикальная черта от буквы “А”

При звуках **ОМ Ах ХУМ** в А-тунге вспыхивает огонь; он подогревает капалу с трупом, и тот с потрескиванием расплавляется в нектар, который кипит и заполняет капалу до краёв. Вся грязь и нечистоты отделяются от нектара в виде пузырей и пены. Пары, поднимающиеся от нектара, достигают слога **ХАМ**, который накаляется от соприкосновения с ними. Из **ХАМ** вырываются потоки белого и красного нектара, которые стекают вниз и до нераздельности смешиваются внутри капалы. В конечном итоге и сам слог **ХАМ** растворяется в свете и также тает в нектаре.

Представляя себе эту картину, читайте:

ПхЭТ! Освобождаясь от привязанности к этому телу...

Затем, повторяя **ОМ Ах ХУМ**, представляйте себе, что от очищает нектар от всех примесей по цвету, вкусу, запаху и пр.; **Ах** многократно увеличивает его в объёме; а **ХУМ** преобразует его во всё то, о чём только можно пожелать. Он приобретает свойства безупречно¹⁸⁷ чистого нектара первожданной мудрости, который предстаёт в виде расходящихся во все стороны облаков, удовлетворяющих все мыслимые желания.

Представьте себе в пространстве перед собой трон со множеством шёлковых подушек, на котором восседает собственной персоной ваш великодушный коренной учитель. Над ним располагаются учителя его линии передачи, вокруг него – все йидамы; а ниже, в пространстве над капалой, Семьдесят пять достославных защитников и множество других защитников Дхармы – защитники в силу мудрости и защитники, связанные в силу своих прошлых действий; а также местные божества и духи-хозяева этих мест.

Представьте себе под капалой всех существ из шести сфер существования и всех трёх миров, среди которых вашими главными гостями являются восемьдесят тысяч разрядов творителей препятствий; пятнадцать великих демонов, нападающих на детей; и, в довершение, все творители препятствий, связанные с вашими кармическими долгами, которые кишат вокруг, словно частицы пыли в лучах солнца.

1. «Белое пиршество» для приглашённых сверху.

Теперь представьте себе, что ваш коренной учитель, учителя линии передачи и все собравшиеся над вашей головой Будды и бодхисаттвы всасывают нектар языками, обратившимися в полые трубки в виде ваджры¹⁸⁸. В результате вы завершаете накопления, освобождаетесь от омрачений, ваши нарушения заветов очищаются, и вы обретаете обыкновенные и высшие свершения (сиддхи).

Йидамы и божества четырёх и шести классов тантр, окружающие учителя, также всасывают нектар языками в виде полых трубок, соответствующими по форме символу, связанному с данным божеством, то есть имеющими форму ваджры, колеса, драгоценности, лотоса или крестообразной ваджры*.

* Таковы символы пяти семейств Будды.

В результате вы завершаете накопления, освобождаетесь от омрачений, ваши нарушения и упущения относительно заветов очищаются, и вы обретаете обыкновенные и высшие свершения.

Даки, дакини, семьдесят пять достославных защитников и все другие защитники Дхармы также получают через полые языки в форме солнечных лучей свою долю нектара. Вы же завершаете накопления и освобождаетесь от всех омрачений. Рассеиваются все препятствия и обстоятельства, препятствующие Дхарме и обретению Прозрения; множатся все благоприятные обстоятельства и всё благое, к чему вы стремитесь.

2. «Белое пиршество» для приглашённых снизу.

Затем, если вы искушены в визуализации, продолжайте созерцать себя в облике Гневной Чёрной Матери и исторгайте из своего сердца, наподобие тысяч танцующих в лучах солнца пылинок, множество белых, жёлтых, красных, зелёных, синих дакини действия. Вообразите, что они доставляют радость и приносят покой всем существам из всех шести сфер в трёх мирах, предлагая каждому из них капалу, наполненную чистейшим нектаром первозданной мудрости.

Если вы не слишком привычны к визуализации, вообразите себя в облике Гневной Чёрной Матери и используйте капалу, которую вы держите в левой руке, чтобы набирать нектар из большой капалы и орошать им, словно дождём, шесть сфер в трёх мирах. Все существа его пьют и получают полное удовлетворение.

3. «Многоцветное пиршество» для приглашённых сверху.

Снова из паров, поднимающихся от кипящего нектара, образуются облака с необозримыми подношениями, которыми вы одариваете гостей сверху. Это свежая вода для питья и для омовения ног, цветы, благовония, лампы, ароматические протирания, еда и музыка, восемь благоприятных символов и семь атрибутов королевской власти, зонты, победные знамёна, балдахины, золотые колёса о тысяче спиц, закрученные вправо белые раковины и многое другое. В результате этого вы и все существа завершаете накопления и очищаетесь от всех омрачений.

4. «Многоцветное пиршество» для приглашённых снизу.

Затем на всех существ в шести сферах низвергается, словно дождь, всё, чего бы каждый из них ни пожелал, наполняя их всех чувством удовлетворения и радостью. Подумайте, в особенности, о всех тех существах, которым в течение всех своих жизней с безначальных времён сансары вы оставались должны. Своими прошлыми действиями мы накопили различного рода долги: долги, которые укорачивают нашу жизнь, ибо мы совершали убийства; долги, которые влекут за собой бедность, ибо мы воровали; долги, которые вызывают наши бесконечные болезни, ибо мы унижали и избивали других; долги за помощь, которую нам оказывали вышестоящие, и за услуги, которые нам предоставляли нижестоящие¹⁸⁹, и за дружбу тех, кто был равен нам; долги нашим повелителям и нашим подвластным; долги нашим любимым, друзьям, подопечным, детям, домашним животным; долги за еду, которую мы ели; и за одежду, которую мы носили; и за деньги, которые нам ссужали; и за молоко, которое для нас доили; и за грузы, которые для нас перевозили; и за поля, которые нам позволяли обрабатывать; и за всё другое, чем мы пользовались.

Все эти кармические кредиторы в мужском и женском облике жаждут отмщения на вашей плоти и ваших костях; они укорачивают вашу жизнь и отнимают у вас жизненную силу. Все они, держа свои сосуды, толпятся вокруг вас, преследуют вас, требуют уплаты долгов. Подношение становится неистощимой сокровищницей всего, что можно пожелать. Оно изливается на них дождём, щедро одаривая каждого тем, чего он жаждет: приносит еду тем, кто мечтает о еде; одежду тем, кто хочет получить одежду; богатство тем, кто стремится к богатству; сады, лошадей, дома, друзей, любимых и прочее тем, кто этого желает.

Если они улажены тем, что получили, вы освобождаетесь от кармических долгов. Счёты сведены. Вы спасены от этих беспощадных мстителей. Все ваши неблагие действия и омрачения очищены. Все полностью удовлетворены и счастливы.

Затем вообразите, что для всех, кто остался позади, для униженных, слабых, калек, слепых, глухих, немых и для всех существ в шести мирах, измученных и истощённых страданиями, приношение обернулось тем, чего они желают: прибежищем для тех, у кого нет крова; защитой для тех, кто беззащитен; дружеской помощью для тех, у кого нет поддержки; любимыми и друзьями для тех, кто одинок; местом в обществе для тех, кто его лишён; лекарством для больных, спасительным эликсиром для умирающих, чудесными ногами для калек, глазами мудрости для слепых, безупречным слухом для глухих, языками высшего знания для немых¹⁹⁰ и т. д. Эти существа наслаждаются полученным и испытывают удовлетворение, ибо они освободились от всех кармических следствий, от страданий и привычных склонностей в шести сферах существования. Все в мужском облике достигают возвышенного состояния Авалокитешвары; все в женском – достигают состояния почитаемой Тары, и все три мира сансары обретают полное Освобождение. Продолжайте читать «**ОМ Ах ХУМ**» пока не дойдёте до конца этой визуализации.

Далее читайте от:

ПхЭТ! Приглашённые на подношение сверху... –

до слов:

... истинное Великое Совершенство. Ах!

Затем пребывайте в этом состоянии за пределами представлений «подношение», «подносящий», «получающий подношение».

В текстах чё обычно упоминаются четыре пиршества: белое, красное, многоцветное и чёрное. В этом тексте названы только белое и многоцветное пиршества, но нет ни красного, ни чёрного.

Те, кто в наши дни похваляется своей принадлежностью к практикующим чё, трактуют эту практику как устрашающий процесс уничтожения злых духов, которых они убивают, разрубают, разрывают на части, избивают или вышвыривают. В их представлении чё предполагает постоянное пребывание в состоянии гнева, негодования. Их бравада – не что иное, как проявление ненависти и гордыни. Они воображают, что

должны вести себя как приспешники Владыки смерти. Например, когда они совершают службу для больного, они изображают ярость: смотрят в упор выпученными глазами, в которых изображается ненависть, сжимают кулаки, прикусывают нижнюю губу, бьют направо и налево и обхватывают больного с такой яростью, что разрывают у него на спине одежду. Они называют это «покорением духов», однако практиковать Дхарму таким образом – грубейшая ошибка. Вот что говорит Мачик Лабдрон:

С безначальных времён, вследствие своей негативной кармы и влекомые ветром неблагоприятных обстоятельств, злые духи жили в бесконечном вихре галлюцинаций и страданий. Умирая, они неизменно погружаются в глубины низших сфер. Я вылавливаю этих злых духов «крюком» сострадания. Я потчую их своей тёплой плотью и кровью и предлагаю любовь и сострадание бодхичитты, трансформируя таким образом их мировосприятие и обращая их в своих учеников. Эти злые духи являются моим трофеем, выловленным «крюком» сострадания. Однако в будущем главные адепты чё будут похваляться тем, что убивают злых духов, вышвыривают их и избивают. Это будет знаком того, что навеянные демонами ложные доктрины чё разрастаются и ширятся.

Предсказанные Мачик Лабдрон ложные направления в развитии чё, проявившиеся в таких ритуалах, как девятикратный чёрный чё, являются исключительно результатом представления, что можно подчинить духов силой, не проявив к ним ни любви, ни сострадания бодхичитты.

Тому, кто руководствуется этими рекомендациями, возможно, удастся подчинить одного или двух незначительных духов; но, если придётся встретиться с особенно злокозненными, то – как это уже неоднократно случилось – они могут в отместку покуситься на вашу жизнь.

Тому, кто со всей искренностью стремится покорить злого духа и уже усматривает, скажем, некоторые приметы низшедшего на него благословения, бывает крайне затруднительно определить, имеет ли он дело с подлинными знаками продвижения на пути или же с препятствиями, воздвигнутыми злыми силами.

Обычно люди, одержимые злыми духами, обладают, по видимости, сверхъестественными способностями и ясновидением. Но с течением времени они всё больше и больше отходят от истинной Дхармы, так что в конечном счёте в них не остаётся ни крупинки благодати. Горы подношений, которые, быть может, растут перед ними, лишь увеличивают их кармический долг в будущем и не приносят им никакого блага также и в настоящем. Они дойдут до того, что у них не будет необходимой еды и одежды. А если бы

и были, они не смогли бы ими воспользоваться. Когда они умрут, они, безусловно, переродятся в каком-либо кратковременном аду или же в другой подобной сфере существования из тех, что были упомянуты выше*.

* См. с. 125.

III. Значение чё.

Так называемые духи, которые, в соответствии с практикой чё, должны быть уничтожены, не находятся где-то вне нас. Они внутри нас. Все наши галлюцинации, которые мы воспринимаем как духов вне нас, возникают вследствие того, что мы не искоренили самообман¹⁹¹ веры в «я» и в самосущность этого «я». Как говорит Мачик:

Осязаемый демон, неосязаемый демон,
Демон ликования и демон самообмана,
Все они сводятся к демону самообмана¹⁹².

То, что мы называем «дух», является, на самом деле, демоном самообмана, верой в самосущность «я». Мачик также говорит:

«Многочисленные духи» – это представления,
«Могущественные духи» – это вера в «я»,
«Дикие духи» – это мысли;
Уничтожить этих духов – значит быть адептом чё.

Вот что говорил Почтенный Мила Великанше с горы:

Вера в «я» могущественней чем ты, демоница;
Понятия превосходят тебя числом, демоница;
Мысли – дурные привычки извращённые, чем ты, демоница.

Он также следующим образом классифицировал различные формы чё:

Внешнее чё в том, чтобы блуждать по одиноким горам и местам, наводящим страх.

Внутреннее чё в том, чтобы отдать своё тело на пожирание.
Абсолютное чё в том, чтобы раз и навсегда обрубить корень.
Я йог, практикующий эти три разновидности чё.

Стало быть, назначение практики чё в том, чтобы искоренить веру в «я», которая порождает всё неведение и все ложные восприятия. В этом и заключается смысл строки:

Абсолютное чё в том, чтобы раз и навсегда обрубить корень.

Злые духи вне нас – это попросту ложные восприятия; и если не покончить со своей верой в «я», никакие попытки разделаться с ними ни к чему не приведут. Избивать их – ничего не даёт. Давить их – не способ их уничтожить. Преследовать их – они всё равно не исчезнут. Если не обрубить скрытый внутри корень, то есть ложную веру в существование «я» то избавиться от иллюзорных духов, внешнего проявления этой веры, невозможно, как невозможно избавиться от дыма, не потушив пожар. Великанша с горы говорила Почтенному Миле:

Если не знать, что демоны выныривают из собственного сознания,
Тогда кроме меня появятся ещё и другие демоны.
Я не уйду просто потому, что мне велят уйти.

А Почтенный Миларепа говорил:

Если принимать демона за демона, тогда он причинит вред;
Если познать, что демон гнездится в нашем сознании, тогда освободишься от него;
Если видеть демона пустым, тогда уничтожишь его.

И также:

Вы, предстающие как злые духи и якши в мужском и женском обличье,
Суть демоны, приносящие беды и творящие препятствия,
Лишь для тех, кто знания лишён.
Но для тех, у кого знание есть, даже и вы, демоны,
Суть божества и источник всех постижений.

Чё призвано подрубить корень веры в демонов изнутри, а не убивать их, бить, вышвыривать, давить и уничтожать. Необходимо понять, что разрушать надо не то, что находится снаружи, а то, что существует внутри нас.

В большинстве других религиозных традиций обычно учат проявлять по отношению к внешним враждебным силам и создателям препятствий суровость и агрессивность и применять к ним насильственные меры – острия стрел и копий, направленные вовне. Но в нашей традиции это не так. Как говорит Почтенный Мила:

Моя система состоит в том, чтобы искоренить веру в «я» и развеять по ветру восемь мирских дхарм, повергнув таким образом в смятение четырёх демонов.

Направьте свою практику на себя, устремив весь свой напор, силу и умение на искоренение веры в «я» Лучше один раз сказать: «Пожрите меня! Унесите меня!», – чем сто раз умолять: «Защитите меня! Спасите меня!» Отдать себя на съедение ста духам лучше, чем призывать на помощь сто божественных защитников.

Мы доверяем наших больных демонам

И поручаем нашим врагам нами руководить. Однократное:

«Пожрите меня! Утащите меня!» –

Лучше, чем стократное «Защитите меня! Спасите меня!»

Такова традиция почитаемой Матери¹⁹³.

Если вы подорвёте корень веры в демонов изнутри, ваши восприятия будут чистыми и, как говорится в изречении:

Демоны обращаются в защитников Дхармы,

И лицо этих защитников Дхармы

Становится ликом нирманакаи.

Те, кто объявляет себя сегодня практикующим чё, пренебрегают этим и считают злых духов чем-то внешним по отношению к ним. Они верят в демонов и воспринимают их, как прежде. Призраки (гьелгонги) мерещатся им во всём происходящем. Им самим не свойственно спокойствие духа и других они постоянно смущают своими лживыми утверждениями, облакаемыми в форму бравурных и хвастливых выкриков: «Тут наверху дух! И тут внизу другой! А здесь вот призрак! Этот демон! А тот цен! Я его вижу! Я его

схватил! Я его убил! Осторожно, тут вас подкарауливает призрак! Я обратил его в бегство! Он оглядывается назад!»

Духи и преты распознают строй мысли таких людей и повсюду за ними следуют. Они могут, например, войти в тело женщины, легко впадающей в транс, и с назойливым и подкупающим правдоподобием делать разного рода заявления: «Я бог», «я привидение», «я человек, который уже умер», «я ваш старый отец», «я ваша старая мать» и тому подобное. Иногда они объявляют, что являются божеством, защитником Дхармы, Дамченом... и говорят о сверхъестественных видениях или же делают ложные предсказания.

Демоны обманывают лам, а ламы обманывают своих покровителей или, как говорится в пословице: «Сын обманывает отца, а недруги обманывают сына». Это явные признаки ущербного времени, которые демонстрируют, что демоны берут верх. Как предсказал Великий учитель из Уддияны:

В ущербную эпоху духи в мужском обличье завладеют сердцами мужчин;

Духи в женском обличье завладеют сердцами женщин;

Домовые (тэуранги) завладеют сердцами детей;

Духи нарушения заветов завладеют сердцами монахов;

Духи угнездятся в сердцах всех тибетцев.

И также:

Когда домовые будут приниматься за богов,

В Тибет придёт время страдания.

Эти предсказания становятся явью.

Не принимайте иллюзорные внешние видимости богов, духов и создателей препятствий за реальные и достоверные; это придаст им только большую силу. Научитесь воспринимать всё как иллюзорные видимости или сон. Как духи, так и больные, временно являющиеся нам как агрессоры и жертвы, возникают вследствие негативной кармы и искажённого восприятия, что делает их похожими друг на друга. Проявите непредвзятость и не отдавайте предпочтение тем или другим. Порождайте любовь и сострадание бодхичитты к тем и к другим. Искорените веру в «я» и привязанность к своей персоне и щедро отдайте в пищу духам своё тело и свою жизнь. Молитесь от всего сердца, чтобы эти духи умиротворили свою ненависть и злонамеренность; чтобы у них появился

интерес к Дхарме, и объясняйте им Учение¹⁹⁴. Когда вы, наконец, обрубите корень всех представлений о добре и зле, о наслаждении и боли, о привязанности и ненависти, о надежде и страхе и покончите с дуалистической верой в «я» и «другие», агрессор и объект агрессии, восприятие богов и восприятие демонов, тогда вам откроется, как принято говорить:

Ни бога, ни демона – доверие к воззрению.

Ни отвлечения, ни фиксации – ключ к медитации.

Ни приятия, ни отвержения – ключ к действию.

Ни надежды, ни страха – сущность постижения.

Когда все представления «о том, что отсекают», и «о том, кто отсекает» растворяются в необъятном просторе высшей реальности, где все вещи равны, сидящий в нас вредоносный дух самомнения лишается своего основания. Это знак того, что мы постигли абсолютное и высшее чё.

Я уже понял, что «я не существует»

Но сам всё ещё во власти грубых представлений «я»

Я отрешиться захотел от дуализма.

Но страх с надеждою преследуют меня.

Благослови меня и всех таких, кто верит в «я»

Чтобы осознали мы естественное состояние – то есть отсутствие самосущего «я».



Дюджом Ринпоче (1904-1987).

Выдающийся учёный и учитель Великого Совершенства, хранитель всех основных посвящений в школе Ньингма. Он открыл множество духовных сокровищ и был плодотворным автором, а также составителем многих учений. Он стал главой школы Ньингма в эмиграции и широко преподавал на Западе, на Дальнем Востоке, а также повсеместно в Гималаях. Эта фотография была сделана в Тибете. Он скончался в своём доме в Дордони (Франция) в 1987 году.

Глава шестая.

ГУРУ-ЙОГА – ДВЕРЬ К БЛАГОСЛОВЕНИЯМ, ВЫСШИЙ МЕТОД ПОРОЖДЕНИЯ МУДРОСТИ ПОСТИЖЕНИЯ.

*Поначалу ты следовал своему высокому учителю и подчинялся ему;
Затем ты практиковался, принимая на себя огромные тяготы;
В заключение, твоё сознание и сознание учителя слились воедино, –
И ты стал наследником традиции.
Несравненный учитель, я склоняюсь к твоим стопам!*

I. Необходимость и польза практики гуру-йоги.

Чтобы практиковать истинную Дхарму, очень важно, прежде всего, найти подлинного духовного друга – учителя, располагающего всеми необходимыми качествами. Далее, вы должны видеть в нём истинного Будду, от всего сердца молиться ему и подчиняться всем его указаниям. Как говорится в одной из сутр:

Лишь через веру постигается высшая истина.

Атиша говорит:

Друзья мои, пока не достигнете Просветления, вам необходим учитель,
так что следуйте своему высокому духовному другу
Пока не постигнете естественное состояние, вам необходимо учиться,
так что слушайте его наставления.
Всё счастье проистекает из благословений учителя,
так что всегда помните его доброту.

А геше Кхарак Гомчунг говорит:

Следует считать учителя источником всех свершений в миру и вне мирской жизни.

И также:

Знание всей Трипитаки не принесёт вам никакой пользы, если у вас нет преданности своему учителю.

Роль учителя чрезвычайно важна, в особенности на всех путях Ваджраяны тайных мантр. По этой причине во всех тантрах даются наставления к гуру-йоге и утверждается, что эта садхана превосходит все другие упражнения этапов порождения и завершения. В одной тантре говорится:

Подумать всего одно мгновение о своём учителе
лучше, чем медитировать о ста тысячах божеств
в течение десяти миллионов кальп.

Это особенно применимо к данной колеснице, являющейся ваджрным средоточием истинного Великого Совершенства. Здесь не даются – как в низших колесницах – наставления о том, что глубокая истина должна быть установлена посредством анализа и логики¹⁹⁵. И не сообщается – как в низших тантрах, – что необходимо использовать ординарные достижения, чтобы в конечном итоге обрести высшие. И не подчёркивается – как в других высших тантрах – необходимость использования иллюстративной изначальной мудрости¹⁹⁶ третьего посвящения для открытия подлинной изначальной мудрости. В данной традиции учат с пылкой преданностью и полным доверием молиться учителю, чья линия передачи подобна золотой цепи, не тронутой ржавчиной нарушений заветов; доверяться только ему и считать его подлинным Буддой¹⁹⁷. Тогда ваше сознание полностью сольётся с его сознанием. Сила благословений, которые передаёт вам ваш учитель, пробуждает в вас озарение¹⁹⁸. Как уже цитировалось выше:

Изначальная абсолютная мудрость придёт
лишь с благословения озарённого учителя –
как знак завершения накопления заслуг и очищения от омрачений.
Знайτε, что неразумно пытаться достигнуть этого другими средствами.

А Сараха говорит:

Когда слова учителя проникают в сердце,
Это подобно сокровищу, вдруг обнаруженному на ладони.

Всеведущий повелитель Дхармы Лонгченпа в своём Обретении покоя в иллюзии¹⁹⁹
писал:

В практике этапов порождения и завершения Освобождение не является плодом избранного пути, но зависит от того, как проводится практика и становится ли она опытом жизни, который далее углубляется. В гуру-йоге, однако, сам путь по самой своей природе ведёт к осознанию естественного состояния и приносит Освобождение. Поэтому гуру-йога является самым глубоким из всех возможных путей²⁰⁰.

В Тантре обзора заветов говорится:

Подумать о своём учителе всего лишь одно мгновение
Лучше, чем медитировать в течение ста миллионов кальп
О божестве, отмеченном большими и малыми знаками.
Одна молитва, обращённая к своему учителю,
Ценнее, чем миллион прочитанных строк из
Практики приближения и совершения.

А в Тантре обзора Ати говорится:

Тот, кто медитирует о своём добром учителе
У себя над головой, в сердце своём
Или на своей ладони, –
Обретёт свершения тысячи Будд.

Досточтимый Готсанга говорил:

Практика гуру-йоги
Кладёт конец всем порокам
И совершенствует все достижения.

И также:

Ни одна практика этапа порождения
Не превосходит медитацию об учителе.
Ни одна практика этапа завершения
Не превосходит полное доверие и подчинённость ему.

Дрикунг Кьобпа Ринпоче говорил:

Если снежную вершину четырёх тел учителя
Не озарят лучи солнца вашей преданности,
То никогда не потечёт поток его благословений.
Потому ревностно культивируйте преданность!

А почтенный Рангрик Репа говорит:

Не питая безбрежного доверия к учителю, желать,
Чтоб воссияла внерассудочная изначальная мудрость, –
Всё равно что ожидать солнечный свет в пещере, выходящей на север.
Так сознание и явления никогда не сольются²⁰¹.

Основанная на преданности гуру-йога – единственный путь пробудить в себе осознание естественного состояния. Этого невозможно достичь никаким иным методом.

Наропа был пандитой, высоко образованным во всех трёх колесницах; а после того, как он одолел тиртхик во всех диспутах, ему была пожалована миссия пандиты – хранителя северных врат Викрамашилы. Но однажды дакини мудрости сказала ему: «Ты великий знаток на словах, а не на деле. Тебе ещё необходимо следовать учителю». Послушавшись её, он стал следовать указаниям Тилопы и перенёс множество страданий. И однажды Тилопа сказал ему: «Несмотря на все мои наставления, ты всё ещё ничего не понял». И он ударил его по лбу сандалией. В это мгновение Наропа реализовал естественное состояние, и мудрость его сравнялась с мудростью его учителя.

Также говорят, что Нагабодхи обрёл высшее постижение, подобрав и проглотив сопли, которые обронил святой Нагарджуна.

А Ригдзин Джигме Лингпа говорит так:

Когда я увидел писания второго Будды, Лонгченпы, меня осенило, что он настоящий Будда; и я стал истово ему молиться. Он пришёл ко мне в видении и принял меня. На меня снизошло озарение, и с того дня я смог давать наставления более чем ста ученикам. Наиболее прилежные из них не продвинулись бы дальше мирских сосредоточений. Наиболее умные затерялись бы в умствованиях. Все они смогли осознать абсолютную истину лишь потому, что их направляла и уравнивала сила их преданности.

Находясь в ссылке в Гьялмо Цаваронг, великий переводчик Вайрочана обучал старого Пэма Мипама Гонпо, как следовать путём благословений учителя. Мипаму Гонпо было тогда восемьдесят лет, и от возраста он одеревенел. Поэтому Вайрочана закрепил его тело в вертикальном положении с помощью медитационного пояса и поставил ему медитационную подставку*, чтобы положить на неё голову.

* Медитационный пояс – это длинный ремень, который помогает медитирующему в течение долгого времени сохранять правильную позу. Медитационная подставка – это длинная палка, с одного конца чашевидной формы, которая поддерживает подбородок при сидении в медитации. (Изображение можно посмотреть в Определителе буддийских изображений. Таблица 5. – *Прим. ред.*)

Мипам Гонпо безошибочно постиг первоначальную чистоту трекчо. Его тело рассыпалось на мельчайшие частицы, и он обрёл состояние Будды²⁰².

Ни в одной из девяти колесниц вы не найдёте лучшего или более глубокого пути. Эта практика может именоваться предварительной; но, по сути дела, она является основным ключом ко всем главным упражнениям. Если эта практика будет всегда и при всех обстоятельствах составлять ядро вашей практики, то и этого одного будет достаточно, даже если вы ни в чём другом практиковаться не будете. Поэтому в высшей степени важно отдаваться этой практике всем своим существом, с полной отдачей.

II. Как практиковать гуру-йогу.

Практика глубокого пути гуру-йоги делится на три части: визуализация поля заслуг, семеричный ритуал и безгранично доверительное моление.

1. Визуализация поля заслуг.

Чтобы очистить своё мировосприятие, необходимо иметь сильное и открытое сознание. По этой причине для начала представьте себе всё, что видите, как Дворец лотосового света со всеми его деталями.

Представьте себя в центре этого дворца. Посчитайте, что вы обладаете природой дакини Еше Цогьял. Это даёт вам три преимущества: вы получаете доступ к посвящениям, приобретёте способность воспринимать первозданную мудрость блаженства и пустоты и устанавливаете связь с тем водительством, которое она получала от своего учителя²⁰³. Однако внешне представляйте себя в облике почтенной Ваджрайогини. Она красного цвета; у неё одно лицо, две руки и три глаза. Ваджрайогини жадно глядит в сердце учителя. «Жадно» здесь выражает её нетерпение перед встречей со своим учителем – тем единственным, что приносит ей радость. Поднятой вверх правой рукой она извлекает звуки из небольшого барабана, сделанного из черепа, и эти звуки пробуждают существ от сна растерянности и неведения. В левой руке, которая лежит на бедре, она сжимает кривой резак, обрубающий корень трёх ядов. На её обнажённом теле лишь украшения из костей и гирлянды цветов. Подобно сияющей в небе радуге, она зрима, но не вещественна.

Представьте себе над её головой – на расстоянии длины стрелы – полностью раскрывшийся лотос с тысячью лепестков из разного рода драгоценностей. На лотосе лежит солнечный диск, а на нём – лунный диск. На этом троне восседает ваш многославный коренной учитель в облике Великого учителя из Уддияны, являющий несравненную сокровищницу сострадания и воплощающий природу всех Будд настоящего, прошлого и будущего. Он белого цвета с лёгким розоватым оттенком. У него одно лицо, две руки и две ноги. Он сидит в царской позе. На нём парчовая накидка, монашеские одежды, синяя туника с широкими рукавами и шляпа в форме лотоса.

С Гуру Ринпоче, который известен также как пришедший в Тибет второй Будда, связаны три различные шапки. Первую ему преподнесли дакини при его рождении. Он не был ни зачат отцом, ни рождён матерью. Он родился на северо-западе на Молочном озере, в сердцевине лотоса. Это было спонтанное проявление первозданного сознания вследствие постижения сущности явлений и существ. Шапка, которую преподнесли ему по этому случаю дакини, чтобы увенчать его как главу семейства, называется «Бутон лотоса».

Впоследствии, когда, проводя йогическое трудничество на Восьми великих кладбищах, он вырвался за пределы всех благих и неблагих действий, дакини поднесли

ему в качестве символа его величия головной убор под названием «Шапка из оленьей кожи²⁰⁴».

Третья шапка была преподнесена Гуру Ринпоче Аршадхарой, повелителем Захора, после того, как тот пытался сжечь его заживо, но обнаружил, что его тело-ваджра не поддается огню: он сидел обнажённый в сердцевине чудодейственного лотоса и выглядел бодрым, даже не разгорячённым. Повелитель был потрясён и поверил в Гуру Ринпоче. «Откройте мой новый склад шёлковых изделий и принесите оттуда все шапки и одежды», – приказал он. Шапка, которую он тогда преподнёс вместе со всеми своими владениями, а также и со своей свитой, землями и всеми подданными, называется «Лотос, освобождающий с первого взгляда» или же «Шапка с лепестками пяти семейств». В данном случае для нас представляет интерес именно эта шапка. Она состоит из двух слоёв, внешнего и внутреннего, что символизирует единство этапов порождения и завершения. Её три оконечности представляют три тела. Её пять цветов соответствуют пяти телам, действующим на благо существ. Она украшена солнцем и луной, символизирующими искусные средства и мудрость. Синяя кромка символизирует безграничность заветов. Шапку венчает ваджра, символизирующая нерушимое сосредоточение, и украшает перо коршуна, символизирующее постижение высшего видения и завершение тренировок. В правой руке Гуру Ринпоче держит у сердца золотую ваджру в жесте угрозы. В левой руке, которая лежит у него на коленях, как при медитации, он держит капалу. Капала наполнена нектаром бессмертной мудрости, и в ней стоит ваза долголетия, увенчанная веткой дерева, исполняющего желания. В сгибе левой руки Гуру Ринпоче держит кхатвангу, символизирующую Мандараву, царицу дакини. Три зубца кхатванги символизируют сущностную природу, естественное выражение и сострадание. Ниже насажены три отрубленные головы: сухая, гнилая и свежая, представляющие дхармакаю, самбхогакаю и нирманакаю. Девять металлических колец, свисающих с кхатванги, представляют девять колесниц. Шёлковые флажки пяти различных цветов символизируют пять мудростей. Кхатванга также украшена пучками волос живых и мёртвых дакини и мамо как знак того, что Гуру Ринпоче всех их покорил, когда проводил своё йогическое трудничество на Восьми великих кладбищах²⁰⁵.

Представьте вокруг Гуру Ринпоче радужный световой шар, оравленный в сеть из тысячи пятицветных световых точек, и в нём восемь видхьядхар из Индии, двадцать пять учеников из Тибета и другие, а также бесчисленное множество божеств трёх корней и верных защитников. Присутствие их всех в визуализации столь значительно, что автоматически пресечёт все ваши обыденные мысли.

Вообще говоря, в данной традиции существуют три возможные визуализации. Принимая Прибежище, мы представляем всех лам традиции Великого Совершенства над головой Великого учителя из Уддияны одного над другим. Тот способ визуализации, который мы используем, медитируя о Ваджрасаттве и читая его мантру, известен как драгоценность, включающая в себя все другие: Ваджрасаттва, и только он один, представляет коренного учителя и всех лам традиции. Но, когда мы медитируем в гуру-йоге, мы представляем себе лам как собрание: все ламы традиции Великого Совершенства, а также бесчисленное множество божеств трёх корней и верных защитников стекаются все вместе как собрание вокруг Великого учителя из Уддияны.

Читайте текст визуализации, обращая внимание на значение слов:

Эма хо!²⁰⁶

Всё, что я воспринимаю, предстаёт как чистая и бескрайняя земля...

до:

видимых в великом слиянии светозарности и пустоты.

Затем читайте с глубокой преданностью:

ХУМ! На северо-западе, в Уддияне...

до:

... **ГУРУ ПЕМА СИДДХИ ХУМ.**²⁰⁷

Читая эти стихи, представляйте себе, что все божества и светозарный Лotosовый дворец на славной Медно-красной горе со всеми обитающими там существами действительно появляются и растворяются в тех божествах заветов и в том дворце²⁰⁸, который вы себе представляли ранее, становясь неотделимыми от него, как вода, вливая в воду.



། ལྷོང་ཆེན་མོའི་འཕྲིན་ལུགས་རྒྱ་མཚོ་དེའི་མཛུང་བ་ལས་ལྷུགས་ལོ།

Гуру Ринпоче и линия передачи «Сокровенной сущности Безбрежного Простора»: Джнянасутра, Самантабхадра, Трисонг Децен, Ваджрасаттва, Гараб Дордже, Шри Симха, Манджушримитра, Еше Цогьял, Гуру Ринпоче, Вайрочана, Лонгченпа, Вималамитра, Джигме Лингпа.

2. Семеричный ритуал.

Путь Ваджраяны располагает множеством методов и не таит в себе трудностей. Он для тех, кто наделён незаурядными способностями. Если постоянно и с неизменной целеустремлённостью практиковать накопление заслуг и мудрости, то всякое накопление, которое при использовании практики шести парамит потребовало бы целой большой калпы, может быть завершено в одно мгновение, что позволяет достичь Освобождения в течение одной жизни.

Поскольку самым замечательным, сокровенным и непревзойдённым полем заслуг является, несомненно, учитель Ваджраяны²⁰⁹, накопление заслуг сочетается с гуру-йогой.

Что касается бесчисленных методов накопления заслуг и мудрости, то все они включены в семеричный ритуал.

2.1. Простирание – противоядие от гордости.

Представьте себе, что ваше тело излучает сначала сотни подобных же тел, далее тысячи, а затем бесчисленное их множество, столь же бесчисленное, как число пылинок во вселенной. В то же время представьте себе, что всё безграничное множество существ в безграничном пространстве совершают простирания вместе с вами. Текст гласит:

Хри! Я совершаю простирания, порождая из себя столько тел,
сколько пылинок насчитывается во всей вселенной.

Вообще говоря, когда выполняются все пять предварительных упражнений по сто тысяч раз каждое, простирания могут сочетаться с принятием Прибежища. Хотя существует такая традиция, здесь объяснение к простираниям даётся в этом разделе, поскольку сочетание простираний с гуру-йогой – это прекрасный способ их практиковать.

При выполнении простираний важно соблюдать согласованность между телом, речью и сознанием. В то время как тело совершает простирания, речь вовлечена в чтение текста сопроводительной молитвы, а в сознании вы представляете себе, что выполняете простирания вместе со всеми существами и отдаётесь этому самозабвенно, с полным доверием и преданностью учителю.

Без такой сосредоточенности вы неизбежно начнёте вести разговоры и глядеть по сторонам, а ваше сознание будет отвлекаться на разные посторонние вещи. Кто-то

пройдёт мимо и заговорит справа от вас, чем привлечёт ваше внимание, заставит поглядеть в ту сторону, и вы вдруг обнаружите, что ваши сложенные ладони прижаты к левой щеке. Или кто-либо пройдёт слева от вас, вы обернётесь и начнёте слушать, что там происходит, а ваши сложенные ладони окажутся прижатыми к правой щеке. Вы должны понять, что изображать, будто вы делаете простирания, при том, что ваше тело делает надлежащие движения вверх и вниз, а ваше сознание отвлекается на постороннее, – это попросту не имеющее ни малейшего смысла физическое мучение.

Когда вы простираетесь, сложите ладони в форме готового распуститься бутона лотоса, оставив пустое пространство посередине. Будет неверным плотно прижимать ладони одна к другой, не оставив между ними просвета, или же касаться лишь концами пальцев обеих рук. В Сутре Великого Освобождения говорится:

Я соединяю руки над головою,
Как приоткрытый лотоса бутон,
И вместе с бессчётными, как гряды облаков, телами
Простираюсь пред Буддами десяти направлений.

А в Сокровище драгоценных духовных качеств говорится:

Знак уваженья сделай перед сердцем:
Склоняя тело без какого-либо отвлечения,
Сложи ладони, точно лотоса бутон, –
Подобно гау.

Сложите ладони вместе, коснитесь ими темени, затем горла, затем сердца, чтобы очистить одно за другим омрачения тела, речи и сознания. Затем коснитесь пола пятью точками вашего тела: лбом, двумя ладонями рук и двумя коленями²¹⁰, чтобы очистить омрачения пяти ядов и получить благословения тела, речи, сознания, качеств и деятельности. Поднимитесь, полностью выпрямите тело, вновь сложите ладони и продолжайте делать таким же образом простирания и дальше.

Неправильно – производить движения руками, не сложив предварительно ладони вместе. Или же просто наклоняться, не касаясь пола лбом и коленями. А поднявшись, не следует оставаться согнутым, надо распрямиться полностью. Простираться подобным образом – это проявление неуважения. Говорят, что полностью созревшим следствием таких простираний, когда тело распрямляют не до конца, является перерождение

горбатым. Мы делаем простирания, надеясь извлечь из этого некое благо; так что нет смысла выполнять это упражнение таким образом, чтобы получить в результате лишь деформированное тело.

Если вы не в состоянии делать большое число простираний, старайтесь, по крайней мере, выполнять безупречно те, которые делаете. Пытаться выполнять более лёгкие простирания, сгибаясь, скажем, на склон холма или на наклонную плоскость или же используя какие-либо приспособления, не имеет никакого смысла.

К тому же в наше время, когда наносят, например, визит ламе и выказывают ему знаки почтения, совершают одно почти корректное простирание, а затем вместо двух других просто кланяются. Считается, что это допустимо для важных персон, но большинство невежественных людей следуют их примеру. Это, однако, в высшей степени вульгарный способ выполнять простирания. Когда просишь наставлений, в том числе и о столь простой вещи, как простирание, имеешь в виду – выслушать объяснения учителя о том, чего не знаешь, а затем неукоснительно использовать это наставление на практике, не упуская ни малейшей детали. Если не можешь применить на практике даже то, что выучить и выполнять совсем легко, тогда изучение Дхармы становится совершенно бессмысленным и бесплодным занятием. Те, кто изучал Дхарму, должны отличаться в лучшую сторону и превосходить тех, кто её не изучал, в частности, и тем, как они выполняют простирания.

Мила отправился к ламе Нгогпе просить наставлений. Он пришёл, когда Нгогпа объяснял перед большим собранием монахов Хеваджра-тантру. Мила выразил своё почтение, начав делать простирания издалека. Лама был в восторге.

В ответ на это лама снял свой головной убор и простёрся перед Милой со словами: «Какой счастливый случай, чтобы сделать перерыв. Пришедший делает простирания на манер учеников Марпы из Лходрака. Спросите его, кто он такой».

Те, кто следует учителю и получает его наставления, должны уподобиться куску ткани, намоченному в краске. Когда ученик подражает действиям своего почитаемого учителя, он неизбежно становится другим, чем был прежде. Когда красят ткань, она в той или иной мере принимает новый цвет; ведь не может же быть, чтобы её цвет не менялся.

В наши дни существуют люди, которые сотни раз прослушали учение о Дхарме, но нисколько не изменились к лучшему и ведут себя во всех отношениях, как люди в миру. В таком случае Дхарма порождает лишь неподатливых практикующих – нарушителей завета. Как говорится:

Дхарма может вдохновить преступников измениться к лучшему, но не может вдохновить практикующих, которых она не трогает. Это как масло, которое может смягчить любую неподатливую кожу, но не кожу того бурдюка, в котором его держат²¹¹.

Недостаточно услышать о достоинствах Будды и о том, что всё благо проистекает из положительных действий, а всё зло – из отрицательных, следует пойти дальше интеллектуального знания об этом. Необходимо воспитывать некую уверенность и веру, которые изменили бы ваше сознание. В противном случае, даже предстань перед вами сам Просветлённый Будда, он не мог бы вам ничем помочь. Великий гуру из Уддияны предупреждает:

Не окружайте себя учениками, которые лишь болтают о Дхарме, в то время как сознание их к ней равнодушно; а также не имейте дела с теми, кто урезает свои заветы.

Даже если понимаешь в Учении всего одно слово, следует выяснить для себя, как внедрить его в своё сознание и претворить на практике. Имеет смысл следовать учителю, лишь если наблюдаешь, как он мыслит, говорит и действует, и стремишься поступать таким же образом.

Всякое действие – это подражание.

Кто лучше подражает, тот лучше действует.

Итак, стремитесь, чтобы в вас запечатлелись внутренние, внешние и сокровенные качества вашего учителя, подобно тому, как в форме цаца запечатлеваются черты штампа, которым её отформовали.

«Простирание», вообще говоря, означает акт почитания и уважения. Есть много способов выполнять простирания; и в разных местах на этот счёт существуют различные традиции. Здесь даются объяснения в соответствии с тем, как этому обучал, исходя из наставлений Победителя, мой учитель.

Нарочито небрежно выполнять простирания – будь то из гордости, или по лености – есть недостаток уважения и проявление презрения по отношению к тому, кому эти простирания предназначаются. Знайте также, что делать простирания как бы в уплату долга бессмысленно и это влечёт за собой лишь негативные последствия.

Напротив, если выполняешь простирания правильно, это приносит неизмеримые блага. Однажды, когда некий монах совершал простирания перед ступой, в которой было

несколько волос и ногтей Будды, Ананда спросил Будду, какая может быть от этого польза. Вот что ответил ему Будда:

Сила одного простираяния такова, что, если в результате этого доведётся родиться вселенским монархом столько раз, сколько частиц пыли под нашим телом в земле, до самых её глубин²¹², то и тогда блага от этого акта не будут полностью исчерпаны.

А в одной сутре говорится:

Ушниша на голове Будды возникла от того, что он уважительно простирался перед своими учителями.

Выполнение простираций приведёт в конечном итоге к тому, что у каждого из нас появится ушниша, которая венчает головы совершенных Будд.

2.2. Подношение²¹³.

Подготовьте подношения так, как это было описано в главе, посвящённой мандале. Это означает, что следует использовать только абсолютно, безукоризненно чистые предметы. И при этом не проявлять скупость, не лицемерить и не выставлять напоказ свою щедрость. Эти подношения являются всего лишь опорой для сосредоточения.

Подражая бодхисаттве Самантабхадре, мысленно заполните всю землю и всё пространство всевозможными подношениями из сферы людей и сферы богов: цветами, благовониями, лампами, ароматной водой, едой, дворцами, землями, особняками, волшебными садами, семью атрибутами монаршей власти, восемью символами – предвестниками удачи и шестнадцатью ваджрными богинями, которые поют, танцуют и играют каждая на своём музыкальном инструменте.

Силой своей медитации бодхисаттва Самантабхадра произвёл из своего сердца тысячи миллионов разноцветных лучей света, равных числом количеству пылинок в бесчисленных землях Будд. На конце каждого такого луча света он воспроизвёл идентичную себе форму, которая излучала из своего сердца такие же лучи света. На конце каждого из этих последних появились, в свою очередь, новые Самантабхадры; и так это продолжалось в бесконечной прогрессии, так что число этих порождённых манифестацией форм стало необозримым. Каждая из них преподносила Буддам и бодхисаттвам десяти направлений бесчисленное количество бесконечно разнообразных

подношений. Это то, что называется «облака подношений возвышенного Самантабхадры». Мысленно создавайте как можно больше предметов и делайте подношения, читая следующий текст:

Широким жестом я приношу в дар всю вселенную –
И то, что имеется в наличии,
И также то, что создано мысленно силой сосредоточения.

Будды и бодхисаттвы имеют способность принимать всё, что мы способны преподнести. Поэтому мысленно соберите во всей вселенной, в мире людей и в небесных сферах, богатства, которые никому не принадлежат, и используйте их как подношения. Когда делаете подношения, можете мысленно создавать всё, что вам вздумается. Неразумно полагать, что у вас ничего нет для подношения; ибо при накоплении заслуг не имеет значения, подносите ли вы владения реальные или созданные мысленно. Важно, чтобы всегда вашей первой мыслью было преподнести Трём Драгоценностям, либо своему коренному учителю и учителям традиции всё, что принадлежит вам или другим или просто попало на глаза. Всё, что, проходя мимо, вы находите красивым, – будь то просто чистая вода в роднике или покрытые цветами поля, тут же преподнесите Трём Драгоценностям, чтобы таким образом, между другими делами, продолжать накопление заслуг и мудрости.

2.3. Исповедь во вредоносных действиях²¹⁴.

Начните свою исповедь с мысли: «С глубоким стыдом и сожалением я исповедуюсь во всех своих неопишуемых и постыдных действиях, которые я накопил; во всех проступках и вредоносных действиях, какие помню и какие помнить не могу, которые я совершил в продолжение всех моих жизней в сансаре с безначальных времён: в десяти неблагих действиях телом, речью и сознанием; в пяти преступлениях с немедленным воздаянием и пяти почти столь же тяжких преступлениях; четырёх грубых ошибках, восьми порочных действиях; злоупотреблениях средствами пожертвованными Трём Драгоценностям, и т. п. Впредь я никогда больше не совершу ни одного подобного действия».

Думая таким образом, исповедуйтесь в соответствии с указаниями в главе, посвящённой медитации о Ваджрасаттве и чтению его мантры, неизменно помня при этом

о четырёх силах, действующих как противоядие. Затем представьте себе, что все вредоносные действия и омрачения собираются у вас на языке в виде чёрного бугра. Из тела, речи и сознания* всех богинь в поле заслуг излучаются лучи солнца; коснувшись этого чёрного бугра, они вас очищают, подобно тому, как смывается пятно.

* Белый свет, исходящий из лобного центра, представляет тело; красный свет из горлового центра представляет речь, и синий из сердечного центра представляет сознание.

Скажите:

Все неблагойе действия тела, речи и сознания

Я поверяю лучезарной дхармакае.

2.4. Сорадование – противоядие от зависти.

Испытывайте глубокую и искреннюю радость от того, что ради блага всех существ Победители вращают великое колесо Дхармы. Радуйтесь безбрежной деятельности бодхисаттв, а также благим действиям существ – как тем, что порождают заслуги, так и тем, что ведут к Освобождению²¹⁵. Радуйтесь всему положительному, что вы совершили в прошлом, делаете в настоящее время и будете делать в будущем, читайте:

Я радуюсь всем благим действиям в сферах обеих истин.

Во всех девяти колесницах нет таких наставлений, которые не охватывались бы относительной или абсолютной истинами. Так что радуйтесь всем соотносимым с двумя истинами благим действиям²¹⁶, которые совершили вы сами или другие, – как тем, что окрашены эмоциями, так и тем, что являются абсолютно чистыми.

Блага, проистекающие из такой радости, безграничны. Однажды правитель Прасенаджит пригласил Будду и его свиту в течение четырёх месяцев каждый день обедать у него во дворце и пользоваться в это время всеми его владениями. Старая нищенка, которая была там, испытала невыразимую радость и подумала:

«Правитель Прасенаджит владеет всеми этими богатствами благодаря заслугам, которые он накопил в прошлом. А теперь, когда он встретил замечательного учителя и делает ему подношения, его накопление заслуг будет поистине огромным. Как это замечательно!»

Её искренняя и беззаветная радость принесла ей неисчислимые заслуги, и Будда это знал.

В тот вечер, когда пришло время посвящать заслуги, Будда обратился к правителю с вопросом:

«Ты хочешь, чтобы я воздал тебе те заслуги, которые тебе полагаются, или чтобы я воздал их тому, кто больше их заслужил?»

«Воздай их тому, кто заслужил их больше», – ответил правитель.

Тогда, воздавая заслуги, Будда упомянул старую нищенку. Это повторялось в течение трёх последующих дней. Правитель был раздражён и обратился к своим министрам за советом, как с этим покончить.

«Завтра, – сказали министры, – когда Всемогуший и его свита придут за очередной едой, мы разбросаем много еды вокруг горшков и разольём питьё. Когда сойдутся нищие, чтобы поживиться этим, мы их жестоко изобьём, чтобы неповадно было».

Так они и поступили. Когда пришла та нищенка, которая радовалась, чтобы подобрать разбросанную еду, её не пустили и избili. Она рассердилась и таким образом уничтожила все свои заслуги. В тот день, посвящая заслуги, Будда назвал имя правителя.

Как много раз упоминалось, только лишь намерение, а не его физическая реализация определяет, является ли действие благим или неблагим. Поэтому в Сутре наставлений правителю Будда подробно объясняет, что просто наблюдать с чистым сознанием то благое, что делают другие, искренне радоваться и посвящать положительный результат от этого действия полному Просветлению всех существ принесёт больше заслуг, чем выставляемые напоказ благие действия, окрашенные восемью мирскими дхармами, честолюбивыми устремлениями в этой жизни, гордостью за свои благие поступки, стремлением превзойти добродетельные деяния других и подобным. Чагме Ринпоче говорил:

Если от рассказов о благих действиях других
В сердце рождается искренняя радость
И не шевелится неблагая завистливая мысль,
То, как утверждается, получаешь равные заслуги.

А в Сжатой запредельной мудрости говорится:

Можно исчислить вес всех гор Меру в биллионе миров,
Но неисчислимы заслуги от разделённой радости.

Всегда радуйтесь тому благу, что совершают другие, тем более что это так легко выполнимо и приносит столько пользы.

2.5. Прошение к Буддам повернуть колесо Дхармы²¹⁷.

Представьте себе, что вы находитесь в присутствии Будд, бодхисаттв, учителей и всех тех, кто способен принять на себя огромную ответственность, действуя во благо других существ. Однако из-за неблагодарности этих существ и отсутствия поддержки с их стороны они испытывают чувство усталости и желание жить в покое, не давая больше никаких наставлений.

Представляйте сотни и тысячи миллионов тел, которые подносят всем им колёса, драгоценности и другие ценные предметы и просят их повернуть колесо Дхармы, обращаясь к ним со следующими словами:

Умоляю вас повернуть колесо Дхармы трёх колесниц.

Вообще говоря, Дхарма подразделяется на три колесницы: колесницу шравак, колесницу пратьекабудд и колесницу бодхисаттв. В них включено всё Учение Будды. Но Дхарму можно также подразделять на девять частей: три внешние колесницы – колесница шравак, колесница пратьекабудд и колесница бодхисаттв, которые направляют существ, взяв за исходную точку истоки их страдания*; три внутренние колесницы – крия, упайога и йога, которые ассоциируются с аскетическими упражнениями наподобие ведической традиции**; и три тайные колесницы – махайога, ануйога и атийога, которые обучают мощным методам преобразования.

* Альтернативная интерпретация: которые направляют нас, начиная с источника страдания.

** В которых делается упор на чистоте ритуала во внешнем поведении.

Таким образом, мы просим повернуть колесо Дхармы в трёх колесницах, которые подразделяются на девять и предоставляют всевозможные виды обучения в соответствии с потребностями каждого индивида.

2.6. *Прошение к Буддам не переходить в нирвану*²¹⁸.

Обратитесь с этой просьбой к учителям, Буддам и бодхисаттвам, которые закончили свою работу на благо других в этой и других землях Будд и теперь намерены перейти в нирвану. Умилостивьте их, как поступил в прошлом мирянин Чунда, который мысленно создал бессчётные копии самого себя. Читайте следующее:

Оставайтесь с нами и не переходите в нирвану
До той поры, пока сансара не будет исчерпана.

Затем подумайте о том, что благодаря вашим молитвам все Будды будут, как прежде, работать на благо всех существ, до той поры, пока сансара не будет исчерпана.

2.7. *Посвящение заслуг*²¹⁹.

Следуя примеру Манджушри, посвящайте существам все свои и чужие заслуги, накопленные в прошлом, заслуги в настоящем и те, что будут накоплены в будущем; и начните с тех благих действий, которые вы совершаете сейчас. Скрепите это посвящение печатью недискурсивной мудрости. Читайте следующие строки:

Все заслуги, накопленные в прошлом, а также заслуги в настоящем и будущем я посвящаю великому Просветлению.

Никогда не забывайте после завершения любого похвального действия, большого или малого, посвятить заслуги. Всякая заслуга, не посвящённая таким образом, принесёт плоды лишь однократно и этим будет исчерпана. Но то, что было посвящено полному Просветлению, никогда не будет исчерпано, даже и после того, как оно принесёт свои плоды сотни раз. Напротив, эта заслуга будет каждый раз приносить всё большие плоды, до тех пор, пока не будет достигнуто полное Просветление. В Сутре, испрошенной Сагарамати говорится:

Подобно тому, как капля, попавшая в океан,
Никогда не исчезнет, пока океан не высохнет,
Так и заслуга, полностью посвящённая Просветлению,

Не будет исчерпана, пока Просветление не будет достигнуто.

Вы можете желать достигнуть уровня шравак или уровня пратьекабудд, или же полного Просветления. А может быть, вы просто желаете переродиться в высших сферах в образе бога или в человеческом облике. Или вы можете пожелать только какого-либо временного блага, скажем иметь долгую жизнь и хорошее здоровье. К чему бы вы ни устремлялись, вы должны посвящать всё то позитивное, что совершаете, именно этой цели. Дрикунг Кьобпа говорит:

Если не потерять всеисполняющую драгоценность
Двух накоплений благопожелательными молитвами, –
Желаемый результат никогда не исполнится;
Так что посвящайте заслуги от всего сердца!

Именно сила благопожелания определяет, ведут ли благие действия к полному Просветлению. Обусловленные благие действия, которые вы скопили, сколь бы огромны они ни были, не могут привести вас к Освобождению, если вы не направите их к этой цели с помощью посвящения. Геше Кхампа Лунгпа говорит:

Ни одно обусловленное благое действие
Не имеет собственного направления²²⁰;
Поэтому совершайте множество молитв-пожеланий,
Чтобы направить те действия на благо всех существ.

Это относится также и к позитивным действиям, совершаемым ради блага отца или матери, ради любимого человека или для покойного²²¹: если не совершить посвящения, они не принесут желаемого результата. А если их посвятить, они принесут тот результат, к которому устремляешься.

Однажды жители Вайшали пришли к Будде, чтобы пригласить его на следующий день разделить с ними трапезу. Как только они удалились, появились пятьсот голодных духов, которые стали умолять Будду:

– Пожалуйста, посвяти нам заслугу от того подношения, которое ты и твои приближённые получите завтра от жителей Вайшали!

– Кто вы такие? – спросил их Будда. – Почему я должен посвящать вам заслуга жителей Вайшали?

– Мы их родители. Мы переродились голодными духами из-за своей скаредности.

– В таком случае приходите завтра в час посвящения и я сделаю то, о чём вы меня просите.

– Это невозможно. Нам невыносимо стыдно показаться в этих ужасных телах.

– Надо было стыдиться, когда вы совершали свои постыдные действия. Какой смысл в том, что тогда вы не стыдились, но стыдитесь теперь, когда вы переродились в этих чудовищных телах? Если вы не придёте, я не смогу посвятить вам заслуги.

– Раз так, мы придём, – сказали они и удалились.

На следующий день в надлежащее время появились голодные духи. Жители Вайшали пришли в ужас и пустились бежать.

– Вам нечего бояться, – сказал им Будда. – Это ваши родители, которые переродились голодными духами. Могу ли я посвятить им заслуги?

– Конечно! – был их ответ.

Тогда Будда сказал:

Пусть все заслуги от этого подношения

Будут отданы этим голодным духам!

Пусть они освободятся от своих уродливых тел

И обретут счастье в высших сферах!

Как только прозвучали эти слова, голодные духи умерли. Будда объяснил, что они переродились в сфере Тридцати трёх.

Почтенный Мила говорит так:

Между тем, кто медитирует в горах,

И тем, кто снабжает его всем необходимым,

Существует связь, которая ведёт их совместно к Просветлению.

И движущей силой этой связи является посвящение заслуг.

Для того, чтобы посвящение заслуг вело к обретению совершенного Просветления, оно должно быть основано на мудрости, свободной от трёх представлений. Посвящение заслуг, запятнанное связью с этими тремя представлениями как истинно существующими, называется отравленным посвящением. В Собранной запредельной мудрости говорится:

Победитель сказал, что мириться с [тремя] представлениями – это словно есть пищу, смешанную с ядом.

Упомянутые здесь три представления – это представление о том, что существует посвящаемая заслуга, что существует объект посвящения и что существует цель посвящения. Если заслуга посвящается с позиции мудрости осознания того, что эти представления не являются истинно существующими, тогда посвящение не будет смешано с ядом. Возможно, это непостижимо для обыкновенных людей нашего уровня. Но, если просто думать, что мы посвящаем заслуги так, как это делали Будды и бодхисаттвы прошлого, это полностью очистит наши посвящения заслуг от трёх представлений. В Исповеди проступков говорится:

Я совершаю безупречное посвящение заслуг подобно тому,
Как безупречно посвящали свои заслуги Бхагаваны-Будды прошлого,
Как безупречно будут посвящать заслуги Бхагаваны-Будды будущего,
Как безупречно посвящают заслуги Бхагаваны-Будды настоящего.

А в Молитве о благих деяниях говорится:

Подражая герою Манджушри,
Самантабхадре и всем мудрецам,
Я тоже неукоснительно посвящаю
Все действия, что являются благими.

Всегда укрепляйте ваши благие действия печатью надлежащего посвящения заслуг, ибо это единственный способ обеспечить, чтобы благие заслуги вели к совершенному Прозрению.

3. Молитва с безграничной верой.

Это значит привести своё сознание к постижению природы четырёх ваджр с помощью безгранично доверительного моления учителю. Ваш почитаемый учитель, ваш славный защитник являет собой сущность херуки в мандалах всех божеств. Только лишь видеть его, слышать его, касаться его или думать о нём уже зарождает семя

Освобождения. И поскольку он осуществляет деятельность всех Будд, то он является четвёртой драгоценностью. Для вас доброта вашего учителя превышает доброты всех Будд, ибо посредством глубокого пути, который ведёт к зрелости и Освобождению, и с помощью своих исполненных сострадания благословений он может довести вас в течение одной жизни, т. е. в том же воплощении, до уровня видьядхары. Что касается качеств вашего учителя, то его озарение необъятно, как само пространство, а его знание и любовь неизмеримы, как океан. Его сострадание может сравниться с мощной рекой. Его характер твёрд, как гора Меру. В сердце своём он любит всех существ одинаково, любовью отца или матери.

Каждый аспект его достоинств беспределен. Он подобен драгоценности, исполняющей все желания. Лишь доверяясь ему и молясь ему, можно без труда достичь всех желаемых свершений. Думая со слезами преданности: «Я полностью на тебя полагаюсь, на тебя возлагаю все свои надежды и вверяю себя только тебе» – читайте текст садханы, ведущей к свершению:

Почитаемый и драгоценный учитель,
Ты великолепное воплощение ... –

До:

...великий Лотосорожденный повелитель.

Затем, в качестве молитвы призывания, читайте мантру Ваджра-гуру. После каждых ста мантр снова один раз сосредоточенно читайте молитву «Почитаемый и драгоценный учитель». Когда истечёт половина времени, которое вы намерены отвести для чтения, продолжайте обращаться с призывом о свершениях, произнося после каждого прохождения полного круга чёток мантр молитву, начиная с:

Ты моя единственная надежда...–

и кончая:

О, Могущественный, очисти меня от двух завес!

4. Принятие четырёх посвящений.

Когда придёт время молить о свершениях, примите четыре посвящения следующим образом: вообразите, что сверкающий, как лунный кристалл, слог от между бровями гуру излучает лучи света, которые проникают в верхнюю часть вашей головы и очищают вас от трёх неблагих физических действий: убийства, воровства и сексуальных проступков и также от омрачений каналов, из которых развивается тело²²². Затем читайте строки, начиная с:

На меня нисходят благословения ваджры-тела... –

и считайте, что в вас была заложена потенциальная возможность достигнуть уровня нирманакаи.

Затем из слога **Ах**, сверкающего, словно рубин, в гортани гуру, исходят лучи света, которые проникают в вашу гортань и очищают вас от четырёх неблагих словесных действий: лжи, сеяния вражды, резких слов и пустословия, а также от всех омрачений энергий, порождающих речь. Затем читайте:

На меня нисходят благословения ваджры-речи... –

и считайте, что в вас была заложена потенциальная возможность достигнуть уровня самбхогакаи. Затем из синего слога **ХУМ** в сердце Гуру исходят лучи света, которые проникают в ваше сердце и очищают вас от трёх неблагих действий в плане сознания: алчности, злонамеренности и ложных воззрений; а также от всех омрачений той вашей сущности, где зачинаются мыслительные процессы. Затем читайте:

На меня нисходят благословения ваджры-сознания... –

и считайте, что в вас была заложена потенциальная возможность достигнуть уровня дхармакаи.

Далее из **ХУМ** в сердце гуру выскакивает, словно падающая звезда, второй **ХУМ**. Этот **ХУМ** нерасторжимо сливается с вашим сознанием, очищая все кармические завесы и завесы познанию в базовом его слое (алайе), который лежит в основе тела, речи и сознания. Затем читайте, начиная со строки:

На меня нисходят благословения первозданной ваджры-мудрости, –

и считайте, что в этот момент в вас была заложена потенциальная возможность достигнуть высшего постижения – уровня свабхавикакаи.

А затем соедините своё сознание в нерасторжимом единстве с сознанием учителя и оставайтесь в этом состоянии... В завершение практики с преданностью и сильным чувством читайте молитву, которая начинается словами:

Когда жизнь подойдёт к концу... –

и кончается:

...чтобы свершились все наши устремления.

Исполненный сострадания Гуру Ринпоче улыбается одними глазами. Из его сердца исходят искрящиеся лучи горячего красного света. До этого момента вы представляли себя как Ваджрайогини; но едва лишь этот свет касается вашего сердца, как вы обращаетесь в красный световой шарик размером с горошину. Этот шарик с треском вылетевшей из костра искры устремляется к Гуру Ринпоче и растворяется в его сердце. Оставайтесь в этом состоянии.

Затем, представляя себе всю вселенную и всех существ как воплощение учителя, читайте молитву посвящения заслуг:

В силу заслуг от этой практики да будет мне дано достичь уровня моего учителя и защитника... –

и молитву Медно-красной горы.

Также можете упражняться в гуру-йоге во время ходьбы, представляя учителя над своим правым плечом и мысленно обходя его посолонь. Когда сидите, представляйте его над головой и направляйте ему свои молитвы. Когда едите или пьёте, представляйте его у себя в горле и отдавайте ему первый кусок еды и первый глоток питья. Когда идёте спать, представляйте его в своём сердечном центре; в этом и состоит сущность йоги сновидений: «вводить всё познаваемое в сосуд²²³».

Итак, в каждый момент и при всех обстоятельствах испытывайте чувство преданности. Думайте, что то место, где вы находитесь, действительно прославленная Медно-красная гора, и очищайте свои зрительные восприятия, во всём видя учителя.

Когда вас настигают болезни, препятствуют негативные силы или возникают другие нежелательные обстоятельства, не стремитесь просто от них избавиться. Радуйтесь при мысли, что они были вам даны в силу сострадания вашего учителя как средство исчерпать вашу негативную карму. Когда же преобладают счастье, процветание и благие дела, считайте всё это также проявлением сострадания вашего учителя и не испытывайте по этому поводу ни гордости, ни восторгов. Если во время медитации приходят уныние, упадок сил, апатия, чувство беспокойства, слейте своё сознание с сознанием учителя. Пребывайте в поле естественного состояния, созерцая его первозданное великолепие. В то же время молитесь, читая мантру Ваджра-гуру. В таком случае все видимости предстанут как учитель и божества; и всё, что вы делаете, будет позитивным. Как говорит Почтенный Мила:

Когда хожу, я принимаю восприятия как путь²²⁴;

Такой способ ходьбы позволяет шести сознаниям самоосвободиться.

Когда отдыхаю, я пребываю в неизменной естественности –

Это сущностный и наилучший способ отдыха.

Когда ем, моя еда – пустота;

Такой способ есть свободен от всех дуалистических представлений.

Когда пью, – это вода внимания и осознанности,

Тогда пьёшь непрерывно!

Помимо этого, когда вступаешь на путь Ваджраяны тайных мантр, чрезвычайно важно получить посвящения, которые ведут к зрелости и к Освобождению²²⁵. Они исправляют нарушения и преступления заветов, позволяют практиковаться на всех этапах порождения, завершения и великого совершенства, защищают от препятствий и ошибок и содействуют непрерывному росту достижений. Как говорится:

В колеснице Тайных мантр свершение невозможно без посвящения;

Это как плыть с лодочником без вёсел.

И также:

Без посвящения нельзя обрести свершение,
Как из песка нельзя выдавить масло.

Посвящение, которое получаем, когда в самом начале истинный учитель Ваджраяны вводит нас в мандалу, это введение в основу. Четверичное посвящение, которое мы, практикуя гуру-йогу, делаем сами, это введение в путь. Посвящение, которое получаем в момент высшего плода, именуемое «посвящение великого луча света» или «посвящение нерасторжимой глубины и ясности», это посвящение в плод, полную буддовость.

Эти посвящения имеют три непостижимо глубокие характеристики: они очищают, совершенствуют и доводят до созревания²²⁶. Однако будет ошибкой, если, проводя основную практику, перестаёшь выполнять какой-либо аспект предварительной практики. Особенно важно, когда медитируешь на этапах порождения, завершения и т. п., всегда приступать к любой практике с посвящения в путь согласно гуру-йоге.

Тот, кто отличается преданностью и незапятнанностью заветов и кто безукоризненно выполняет каждую, вплоть до гуру-йоги, практику на пути, даже если он не проходил основную практику, переродится на Славной горе Юго-Западного континента. В этой чистой земле он пройдёт четыре уровня видьядхар со скоростью, превышающей скорость движения солнца и луны, и достигнет уровня Самантабхадры.

III. История появления Учения ранних переводов.

В этом разделе, к удовольствию слушающих и по другим соображениям, принято рассказывать, не слишком коротко, но и без излишних подробностей, о том, как возникло Учение в целом, и о трёх внутренних йогах, в частности. Итак, я сейчас коротко опишу, как до нас дошли три внутренние йоги Старой школы переводов, то есть тантры этапов порождения, завершения и Великого Совершенства, известные как махайога, ануйога и атийога. Существуют три линии передачи знания: передача знания Победителей через сознание, символическая передача знания видьядхар и устная передача знания обыкновенных существ.



Самье.

Первый монастырь в Тибете, построенный в начале девятого века. Его планиметрия представляет собой вселенную в соответствии с древнеиндийской космологией. Во время «культурной революции» комплекс подвергся ряду разрушений; однако центральный храм был затем в 1990 году тщательно восстановлен и вновь освящён Дилго Кхенце Ринпоче.

1. Линия передачи знания Победителей через сознание.

Будда Самантабхадра просветлён испокон века. Благодаря его бесконечному состраданию и явились чистые земли всех Будд, места, [где преподносится Учение], и учителя, являющиеся в облике четырёх групп. Круг его учеников составляют спонтанно просветлённые видьядхары пяти групп и сонмы Победителей, все они неотличны от него самого. Он обучает, не обучая; передаёт знания без слов и символов, исходя из естественной, не требующей усилий ясности великого сострадания, которая спонтанно излучается из мудрости изначального сознания*.

* rang rig.

Его ученики полностью и без каких-либо отклонений улавливают это Учение на абсолютном уровне и, таким образом, уподобляются своему учителю по способности устранять и постигать²²⁷.

Для тех, кому не посчастливилось обладать способностью постигать эту первую передачу Учения, есть другие колесницы, которые предполагают путь постепенного продвижения вперёд. Ради блага существ Самантабхадра являлся в необозримые миры вселенной в неисчислимом множестве форм и направлял каждого, используя наиболее подходящие для него средства. Те специфические формы, которые он принимал, чтобы учить шесть классов существ, – это шесть мудрецов (Муни). В Джамбудвипе, в частности, Будда Шакьямуни повернул колесо Дхармы для богов и людей на трёх различных уровнях. Он дал наставления к колеснице Причинных характеристик, в состав которой входят Виная, Сутры и Абхидхарма; а также наставления по Внешней мантраяне: крия-тантре, упайога-тантре, йога-тантре и т. д.

В качестве противоядия от омрачения привязанности

Будда оставил двадцать одну тысячу разделов наставлений в Виная питаке.

В качестве противоядия от омрачения гнева

Будда оставил двадцать одну тысячу разделов наставлений в Сутра питаке.

В качестве противоядия от омрачения неведения

Будда оставил двадцать тысяч разделов наставлений в Абхидхарма питаке.

В качестве противоядия от всех трёх ядов вместе взятых

Будда оставил двадцать одну тысячу разделов наставлений в Четвёртой питаке.

2. Линия символической передачи знания видьядхар.

Перед тем как перейти в нирвану, Будда Шакьямуни так предсказал появление непревзойдённого учения Тайной мантраяны:

Спустя двадцать восемь лет
После того, как я уйду из этого мира,
Глубокая сущность Учения,
Превозносимая в трёх сферах богов,
Будет открыта в этой Джамбудвипе
Одному благородному и избранному человеку,
Известному как правитель Джа,
И будут перед тем благие знаки.
А на Устрашающей горе
Будет Ваджрапани ему обучать
Правителя Ланки и его спутников
Низшего ранга, а также и других.

Сделав это предсказание, Будда продемонстрировал свой переход в нирвану²²⁸. Как он и предсказал, впоследствии появились три йоги непревзойдённого внутреннего учения: этап порождения, этап завершения и Великое Совершенство.

2.1. Тантры махайоги.

Через двадцать восемь лет после того, как Будда покинул землю, правитель Джа увидел во сне семь предзнаменований. Некоторое время спустя он нашёл на крыше своего дворца множество томов с тантрами Тайной мантраяны, написанными порошком ляпис-лазури на листах золота, и статую Ваджрапани в локоть высотой. С помощью молитв он смог понять главу, известную как Видение Ваджрасаттвы. Далее, используя эту главу и статую в качестве опоры для своих медитаций, он практиковался в течение шести месяцев. И тогда ему явился Ваджрасаттва, который его благословил, после чего он смог полностью понять содержание всех этих томов. Начиная с того времени это Учение стало постепенно распространяться.

2.2. Передача ануйоги.

В ту же самую пору на вершине горы Малайя Пять несравненных и высоко благородных, сконцентрировав своё сознание на всех Буддах десяти направлений, изливали свои стенания в двадцати трёх стихах, которые начинались такими словами:

Ай, ай, ай!
Закатилось солнце Будды,
Кто же теперь рассеет мрак этого мира?

И все Татхагаты вместе воззвали к Ваджрапани, Повелителю тайн:

О, внемли нам, Повелитель тайн!
Или ты снял броню своего бывшего решения?
Разве ты не видишь страдания мира?
Смилуйся, сойди на землю,
Освободи мир от мучений!

Повелитель тайн согласился и ответил:

Во все времена без начала и конца
Я никогда не забывал и не забуду свой обет:
Если меня зовут, я всегда отзываюсь
И разворачиваю свои чудодейственные умения.

Вслед за этими словами он передал этим Пяти благородным, собравшимся на вершине горы Малайя, Сутру сжатого содержания²²⁹ и другие учения. В Дханакоше – в западном краю Уддияне – Ваджрапани изложил нирманакае Гарабу Дордже²³⁰ Тантру тайной сущности²³¹ вместе с другими существенными указаниями, а также тантры Кила, Мамо и ряд других. Все эти передачи получил Падма Тётренсал из Уддияны, а затем это знание постепенно распространилось дальше.

2.3. Сущностные указания к атийоге.

Атийога была сначала открыта богам. В небесной сфере Тридцати трёх был бог по имени Девабхадрапала, у которого было пятьсот сыновей, и все они были порождены из его сознания*. Старший из них по имени Анандагарбха был умнее и физически более развит, чем его братья. Ему нравилось в одиночестве своей хижины, предназначенной для медитации, практиковать ваджрное чтение. Он стал известен как Девапутра Адхичитта, то есть «божественный отпрыск, отмеченный высоким умом».

В год водяной коровы ему приснились четыре символических сна. В первом сне все Будды излучали лучи света в десяти направлениях, и шесть сотканных из их света Муни окружали существ, а затем растворялись в нём через темя его головы. Во втором он проглатывал Брахму, Вишну и Пашупати**.

* Это было чудодейственное рождение, просто лишь во исполнение его желания.

** Три главных божества в индуизме. Пашупати – другое имя Шивы.

В третьем у него в руках появлялись солнце и луна, освещавшие всю вселенную. В четвёртом из облака жемчужного цвета излился дождь амброзии, и тотчас же зазеленели леса, распустились редкостные растения и цветы, созрели фрукты и ягоды.

На следующий день он пошёл к повелителю богов Каушике, чтобы рассказать ему свои сны, и тот его похвалил в таких словах:

Эмахо!

Пришло время появиться коренному Учению «безусильности»!

Ты эманация Будд, бодхисаттва трёх времён,

Повелитель десятого уровня, ты озаришь весь мир!

Как замечательно!

Первый сон означал, что он обретёт мудрое сознание всех Будд и станет их глашатаем. Второй указывал на то, что он подчинит всех демонов и искоренит три яда. Третий показывал, что он рассеет мрак в сознаниях существ и озарит их наставлениями. Четвёртый был знаком того, что нектар спонтанно возникшего учения ати положит конец лихорадящему терзанию омрачениями и также что в спонтанно возникшей колеснице ати постижение будет достигаться без усилий. Вновь собрались все Будды прошлого, настоящего и будущего и воззвали [к Ваджрасаттве]:

О ты, владеющий сокровищем чудесных средств,
Сделай доступным всё, к чему стремятся существа;
Пожалуй им эту драгоценность, сделав её достижимой без труда.

Из сердца Ваджрасаттвы выкатилось драгоценное искрящееся колесо, которое Ваджрасаттва вверил Саттваваджре (т. е. Ваджрапани) со словами:

Мудрость за пределами дуализма, сокровенная сущность,
Первозданный Будда, которому неведомы действия и усилия;
Этот путь известен как великий Срединный путь,
Открой эту истину собравшимся ученикам.

Саттваваджра обещал, что будет учить:

О Ваджрасаттва, безграничный, как пространство²³²,
Трудно мне будет выразить
То, что лежит за пределами слов;
Но, чтобы поняли те, кому это не открылось,
Я буду пользоваться словами.
И употреблю любые средства, чтобы освободить практикующих.

В Ваджралоке, чистой земле на востоке, Ваджрапани держал совет с Татхагатой Ваджрагухья и с Татхагатами из семейства ваджры. В Ратналоке, чистой земле на юге, он держал совет с татхагатой Ратнападой и с Татхагатами из семейства драгоценности. В Падмакуте, чистой земле на западе, он держал совет с Татхагатой Падмапрабхой и с многочисленными Татхагатами из семейства лотоса. В Вишуддхасиддхе, чистой земле на севере, он держал совет с Татхагатой Сиддхьялокой и с бесчисленными Татхагатами из семейства действия. Во Вьоганте, чистой земле в центре, он держал совет с Татхагатой Шри Вайрочаной и с многочисленными Татхагатами из семейства Татхагаты.

Таким образом Ваджрапани извлёк из всех Будд сущность мудрости и прояснил все аспекты атийоги – замечательной сущности всех наставлений; спонтанного постижения, не требующего усилий; Учения, лежащего за пределами принципа причины и следствия. Узнав, что Адхичитта, сын бога, обладает надлежащей кармой и счастливым предрасположением, он пошёл его навестить. Адхичитта жил в небесной сфере Тридцати трёх, в центральном помещении дворца Полной победы, на самой вершине которого

находилось древо жизни, увенчанное девятиконечной ваджрой. Ваджрапани отправился туда и воссел на ослепительном, инкрустированном драгоценностями троне на самом кончике этой ваджры.

Адхичитта развернул балдахин, сделанный из всевозможных драгоценностей, и преподнёс Ваджрапани множество божественных предметов. Затем Ваджрапани с помощью символов дал ему прямое и полное посвящение «излиянием средств Победителей»²³³. Он также даровал ему, моментально и в полном виде, десять передач несравненных сущностных указаний, семь посвящений, пять сущностных указаний и многие другие тантры и сущностные наставления. Ваджрапани пожаловал ему полномочия представителя всех Будд и произнёс следующие слова:

Пусть эта несравненная сущность Учения
Станет достоянием трёх божественных сфер
И будет принесена в центр Джамбудвипы
Сердечным сыном – эманацией эманации²³⁴.

Вот каким образом Учение дошло до трёх божественных сфер.

2.4. Приход атийоги в сферу людей.

На западе Индии находится Уддияна, край дакини. Здесь в области Дханакоша было озеро под названием Кутра. На берегу озера, в приятном, поросшем красивыми цветами уголке, была пещера под названием Убежище ваджры, и там жила молодая принцесса по имени Яркий Цветок, дочь правителя Упараджи и его супруги Алокабхасвати. Она обладала всеми знаками совершенства, отличалась добродетельным сердцем и была наделена безграничной бодхичиттой. Отрешившись от лицемерия и небрежения, она стала монахиней и безукоризненно соблюдала все свои обеты. Её окружение составляли ещё пятьсот монахинь.

В год деревянной коровы, на заре восьмого дня второго месяца лета ей приснился сон, в котором она увидела, что лучи света, которые излучали все Татхагаты, обратились в солнце и луну. Солнце вошло в неё через верхнюю часть головы и спустилось вниз. Луна вошла в неё через ступни ног и поднялась наверх. К утру уровень её осознания возрос, и она пошла мыться на берег озера Кутра. В то время Ваджрапани принял образ лебедя, повелителя птиц, а Адхичитту обратил в слог **Хум**; после чего он сам обратился в четырёх

лебедей, которые спустились с неба поплавать в озере. Через некоторое время три лебедя улетели; а тот из четырёх манифестаций Властелина тайн, который оставался, вначале три раза клюнул принцессу в сердце, и светящийся **Хум** растворился в её сердце. После этого лебедь тоже улетел.

Принцесса была в смущении и рассказала всё это отцу и его сопровождающим. Правитель изумился и обрадовался.

«Может ли это быть знаком, – спросил он, – что явится эманация Будды?» Повелитель распорядился отметить это событие празднествами и церемониями. Внешне принцесса не выказывала никаких признаков беременности, но, когда подошло время, из её сердца выскочила светящаяся девятиконечная ваджра. Затем она исчезла, и на её месте остался младенец со всеми главными и вторичными приметамы состояния Будды. Новорождённый держал в правой руке ваджру, а в левой – скипетр из драгоценных материалов и читал вслух «Ваджрасаттва необъятен, как пространство..». Все возрадовались и отнесли его к брахману, опытному в искусстве толкования примет. Брахман был поражён и объявил, что ребёнок является нирманакаей и будет держателем учения Высшей колесницы. Так как все были крайне счастливы, а младенец держал ваджру, его нарекли Гараб Дордже, что означает Ваджра Высшего Счастья. Так как все были исполнены радости, его также назвали Ваджра Радости. А поскольку у всех на устах были улыбки, ему дали ещё имя Ваджра Смеха.

Когда Гараб Дордже стал править, пред ним предстал Ваджрапани и дал ему прямое и полное посвящение через «излияние средств Победителей», а также ряд других посвящений. Он также мгновенно передал ему все без исключения тантры и существенные наставления, такие как двадцать тысяч томов Девяти просторов и др., а также даровал ему власть хранителя Учения. Он назначил ему в сопровождение и для защиты Учения верных защитников. Гараб Дордже в одно мгновение и без всякого усилия достиг состояния Будды на уровне Великого Совершенства.

В это время в благородной индийской земле у брахмана Сукхапалы и его жены Куханы родился сын, который был эманацией великого Манджушри. Сына брахмана назвали Сарасиддхи, и ещё было у него имя Самварасара. Впоследствии он принял монашество, возглавил пятьсот пандит и получил имя наставника Манджушримитры.

Великий Манджушри сказал ему в видении: «Иди на запад в край Уддияну. На берегу озера Кутра находится большое кладбище под названием Золотое поле Махахе. В центре его есть пещера под названием Обитель ваджры, в которой живёт нирманакая Гараб Дордже, эманация Ваджрасаттвы. Он носитель того учения всех Будд, которое не требует усилий. Все Будды посвятили его в это учение. Пойди к нему и попроси, чтобы он

передал тебе чудесную сущность Учения, именуемого атийога, носителем которого он является и при помощи которого состояние Будды достигается без всякого усилия. Ты должен будешь записать это Учение»

Манджушримитра сказал пандитам из своего окружения: «На западе, в стране Уддияне есть учитель, который учит доктрине, лежащей за пределами закона причины и следствия. Мы должны пойти туда и побить его логикой».

Они это обсудили, и семь из них, в том числе уважаемый Раджахастхи, проделали нелёгкий путь в Уддияну. Однако, сколько они ни дебатировали с Гарабом Дордже о наставлениях, которые берут за основу причину, или о тех, что основаны на следствии, или о внешних и внутренних наставлениях Тайной мантраяны, – победить его так и не смогли.

Тогда Манджушримитра обратился к своим спутникам с таким вопросом:

«Будем ли мы просить этого нирманакаю передать нам его Учение за пределами принципа причины и следствия?»

Уважаемый Раджахастхи сказал, что он хотел бы просить его об этом, но не осмеливается, потому что они были к нему непочтительны. Другие говорили, что теперь, когда он их полностью убедил, они могут его просить. Решили, что они все пойдут к учителю и всё это ему поведают. Некоторые из них стали простираться перед ним или обходить его посолонь. Другие залились слезами. Манджушримитра простёрся перед ним и проговорил:

«Нирманакая, мы проявили к тебе непочтение, когда столь яростно с тобой спорили?»

И он стал искать нож, чтобы в знак покаяния отрезать себе язык. Гараб Дордже, который знал о его намерении, остановил его следующими словами:

«Отрезать язык – это не способ очиститься от негативных действий! Создай Учение, существенно превосходящее те, которые зависят от принципа причины и следствия. Это тебя очистит»

Все, у кого не было счастливого предрасположения и надлежащей кармы, вернулись домой. А Манджушримитре одного жеста учителя было достаточно, чтобы постичь всю Дхарму и обрести Прозрение. Чтобы сделать для него Учение вполне завершённым, Гараб Дордже дал ему полное и прямое посвящение через «излияние средств Победителей», а также посвятил его во все тантры и во все без исключения сущностные наставления, включая двадцать тысяч томов Девяти просторов. Именно тогда он дал ему имя Манджушримитра. Нирманакая Гараб Дордже изложил смысл всех этих наставлений на письме и дал Манджушримитре следующее наставление:

Природа сознания всегда была Буддой.

Она, как пространство, не имеет ни начала, ни конца.

Если поистине осознаешь равновесную природу всех явлений

И пребываешь в этом состоянии, ничего не ища²³⁵, – это медитация.

Манджушримитра безупречно осознал значение этого и выразил своё постижение следующим образом:

Я, Манджушримитра, обрёл сиддхи Ямантаки

И осознал великое равенство сансары и нирваны;

Так проявилась всеведущая первоизданная мудрость.

Он написал в форме исповеди Соображения о бодхичитте, писанные на камне золотом²³⁶ и собрал воедино все наставления Гараба Дордже.

От Манджушримитры Учение перешло к Шри Симхе, который родился в Китае, в посёлке Шоша от отца, прозванного Добродетельный, и от матери, прозванной Ясновидящая. Он отличался осведомлённостью в пяти науках – языковедении, логике, астрологии и пр., которые он изучал с наставником Хастибалой. Когда ему было двадцать пять лет, он встретил наставника Манджушримитру, от которого получил все тантры, сущностные наставления и посвящения в глубокую атийогу. Он достиг высшего прозрения, очищенного от всяких умственных хитросплетений.

После Шри Симхи эти наставления были переданы второму Будде родом из Уддияны, учёному Джнянасутре, великому пандите Вималамитре и великому переводчику Вайрочане. На этом завершается традиция символической передачи знания видьядхар.

3. [Линия устной передачи знания простыми людьми:] распространение сущностного Учения в Тибете – Стране снегов.

Во времена Будды люди в Тибете не обитали. Впоследствии Тибет был заселён племенем, ведущим своё начало от обезьяны, которая была эманацией великого Авалокитешвары, и Великанши с горы*.

* Говорят, что Великанша была эманацией Тары.

В ранний период в Тибете царил хаос – не было ни религии, ни законов, ни правителей.

Между тем в Индии, у правителя по имени Шатаника, родился сын. Ступни и ладони у него были, как у лебедя, и веки закрывались наверх, как у птицы. Отец подумал, что ребёнок был не человеческого племени и что его следует изгнать. Когда мальчик немного подрос, его прогнали. Он бродил, ведомый своей кармой, и, наконец, добрался до Тибета. Там он встретил пастухов, которые спросили его, кто он и откуда. Он показал на небо, и пастухи решили, что он бог, спустившийся с небес. Они сделали его своим правителем и соорудили ему трон из земли и камней, которые принесли на плечах, отчего его прозвали Ньятри Ценпо Древний – «Ньятри Ценпо» значит «царь на троне, [принесённом] на плечах». Он был первым правителем²³⁷ и воплощением бодхисаттвы Сарваниваранавишкамбхина.

Много поколений спустя, во времена правления Лхатотори Ньенцена, который был воплощением бодхисаттвы Самантабхадры, на крыше дворца Юмбу Лакхар появилось несколько священных предметов²³⁸: изображение, именуемое Чинтамани, представляющее тело Будд; Сутра в форме драгоценного ларя²³⁹ и Сутра ста воззваний и постираний²⁴⁰, представляющие их речь; а также хрустальная ступа, высотой в локоть, представляющая их сознание. Так в Тибете появилась Дхарма. Через пять поколений после этого правил Сонгцен Гампо, воплощение Авалокитешвары. Он построил храмы Тхадул и Янгдул, и также центральный храм²⁴¹ в Лхасе. Он взял себе в жёны Конжо, дочь китайского правителя, которая была воплощением Тары, и Трицун, дочь правителя Непала, которая была воплощением богини Бхрикути. Каждая из них привезла с собой в качестве части своего приданого изображение Будды²⁴². Эти две скульптуры известны как Джово.

Тонми Самбхота, который изучал санскрит с индийским пандитой Девавитом Симхой, создал систему письменного тибетского языка и стал переводить Облако драгоценностей и другие сутры. Монах Акарамати, которого Сонгцен Гампо породил из своего межбровья, отправился в Индию, чтобы обратиться к тамошним правителям не-буддистов. В селении Пески, на границе между Индией и Тамрадвипой, он обнаружил в стволе сандалового дерева – той разновидности, которая называется «змеиная порода», самовозникшие пять скульптур Авалокитешвары, названные пятью возвышенными братьями. Он также создал в высшей степени священную одиннадцатиглавую скульптуру Авалокитешвары, которая находится в Лхасе²⁴³. Во время этого правления в Тибете поистине утвердилась Дхарма.

Ещё через пять поколений родился правитель Трисонг Децен, эманация возвышенного Манджушри. Его отец умер, когда ему было тринадцать лет. До семнадцати лет он действовал, следуя советам своих министров, таких как Нгам Тара Лугог, Лхазанг Лупел и другие, и тогда подчинил силой оружия многие страны.

Затем, ознакомившись с архивами своих предшественников, он узнал, что во время правления Лхатотори Ньенцена в Тибет была принесена Дхарма и что она прочно утвердилась при Сонгцене Гампо. Поняв, что его предшественники руководствовались исключительно Дхармой, он почувствовал, что и он должен действовать с единственной целью – распространять и пропагандировать это священное учение.

Посоветовавшись с министром по вопросам религии Го Пемой Гунценом, он испросил мнение других министров и получил их поддержку на постройку храма.

Чтобы освятить место²⁴⁴ для постройки храма, требовался лама. Обратились за советом к самому почитаемому правителем учителю Ньянгу Тиндзину Зангпо, который жил в Самье Чимпу. Благодаря Прозрению, обретённому в медитации, Тиндзин Зангпо знал, что на востоке Индии, в Захоре, жил великий настоятель по имени Шантаракшита, сын обратившегося к вере правителя Гомадевиджи. Об этом сообщили Трисонгу Децену, и настоятель был приглашён в Тибет. Шантаракшита освятил место, но некий нага, живший в местечке под названием Арьяпало, проведал, что заросли, в которых он обитал, будут вырублены, и призвал на помощь всех духов. Собралась армия из двадцати одного ге-ньена и сопровождавших их людей и нелюдей; ночью они уничтожали всё, что было сделано днём, и возвращали на место все те камни и землю, которые приносили строители. Правитель пошёл к настоятелю и спросил его:

«Это произошло потому, что мои омрачения слишком велики? Или же ты не освятил место? Неужели моим планам не суждено сбыться?»

«Я умею действовать с помощью бодхичитты, – отвечал настоятель.

«Но подчинить духов мирным путём невозможно. На них можно воздействовать только грозными методами. Сейчас в Индии, в Бодх-Гае, находится Великий учитель из Уддияны, который известен как Лотосорожденный. Он явился на свет чудодейственно, превзошёл пять наук и действует силой абсолютного [воззрения]²⁴⁵. Он овладел общими и высшими свершениями. Он подавляет демонов и держит духов всех восьми категорий в своём повиновении. Он заставляет трепетать богов и демонов и покоряет ге-ньенов. Если пригласить его сюда, ни один дух не сможет ему воспротивиться, и все твои желания будут исполнены».

«Неужели можно пригласить такого, как он?»

«Да, это возможно благодаря молитвам, которые воздавались в прошлом. В давние времена в Непале жила дочь птичника Сале по имени Самвари. У неё было четыре сына от её связей с коневодом, свинопасом, птичником и собаководом...». И Шантаракшита рассказал историю о том, как была построена ступа Джарунг Кхашор, и о молитвах, которые тогда воздавались.

Правитель послал в Индию Ба Тришера, Дордже Дюджома, Чима Шакьяпрабху и Шубу Пелги Сенге. У каждого была мера золотого песка и сделанный из золота узел вечности. Они объяснили Великому учителю из Уддияны, что его присутствие необходимо в Тибете, чтобы благословить место для постройки храма.

Великий учитель из Уддияны обещал прибыть в Тибет. Он отправился в путь и по дороге связал обетом двенадцать тенма, двенадцать защитниц, двадцать одного ге-ньена и всех в Тибете богов и демонов.

Он прибыл, наконец, в Тракмар, освятил землю, и Самовозникший храм в Самье был построен²⁴⁶. В нём было центральное здание в три этажа, окружённое строениями, представлявшими четыре континента и субконтиненты, и два храма якшей, верхний и нижний, представлявшие солнце и луну; весь комплекс был окружён стеной. Чтобы освятить храм, настоятель Шантаракшита, наставник Падма и Вималамитра три раза разбрасывали цветы; также они явили множество поразительных знаков и чудес.

Затем настоятель Шантаракшита стал обучать Винае и сутрам, в то время как наставник Падма и Вималамитра давали наставления к мантрам. Как раз в ту пору второй Будда из Уддияны и великий пандита Вималамитра давали наставления «трём сердечным детям» – правителю, сподвижнице и подданному*, а вместе с ними также Ньянгвену Тиндзину Зангпо и другим ученикам, которые были достойными сосудами учения. Ради них они повернули колесо Учения трёх внутренних йог, куда входит Великое Совершенство атийоги, чем и раскрыли однозначно три ключевых пункта: различение, чистое решение и самоосвобождение²⁴⁷. С этого начинается так называемая «устная передача знания обычным людям».

Второй Будда из Уддияны также передал многочисленные наставления Будды двадцати пяти ученикам**, имевшим необходимое благое расположение, – каждому в соответствии с его кармой. Тантрические тексты также были записаны на «жёлтых свитках»²⁴⁸ и спрятаны как духовные клады. Великий учитель из Уддияны прочитал молитвы и спрятал это наследие – ради блага будущих учеников. Впоследствии, в заранее предсказанное время, появились воплощения тех совершенных учеников, к кому были обращены первоначальные молитвы, и раскрыли эти глубокие сокровища. Их многочисленные ученики, обладавшие соответствующей кармой, работали ради блага

всех существ; и таким образом сложилось то, что известно как традиция шести передач Учения и традиция девяти передач Учения.

Из бесчисленных тулку и открывателей сокровищ нас интересует в данном случае Ригдзин Джигме Лингпа. Он был, поистине, «пребывающий в природе сознания» Авалокитешвара***, который явился в форме духовного друга.

* Трисонг Децен, Еше Цогъял и Вайрочана.

** rje 'bangs, букв, «повелитель и подданные»: повелитель – это Трисонг Децен, а подданные – двадцать четыре ученика.

*** sems nyid ngal gso: форма Авалокитешвары.

Он получил одновременно от второго Будды из Уддияны, великого пандиты Вималамитры и всеведущего Лонгчена Рабджампы²⁴⁹ полную передачу Учения в соответствии со всеми тремя традициями – через сознание, символической и устной передачей знания. Он был, поистине, совершенный Будда, повернувший колесо всей доктрины ради существ со счастливым предрасположением и благоприятной кармой. Как говорится:

У него обычное тело, как у бога или человека,
но его священное сознание – это сознание подлинного Будды.

Поэтому мой почитаемый учитель имел обыкновение говорить: «Для тех, кто умеет практиковаться и молиться, мой учитель – Ваджрадхара, возвышенный защитник существ, действительно настоящий Будда. Не думайте, что я говорю это из почитания или из желания восхвалять его. Он, поистине, совершенный Ваджрадхара, который явился в обычном человеческом облике, чтобы принести существам благо. В нашей традиции между ним и вами стою лишь я один. Что же касается меня, то с той самой минуты, как я его встретил, я всегда делал всё, что он мне говорил. Я выполнял для него тройственное служение* и никогда не делал ничего, что могло бы доставить ему неудовольствие или заставить его нахмуриться.

* См. с. 219.

Вы можете не сомневаться, что никакая порча заветов не замутила блеск золотой цепи этой традиции. Богатство его благословений ни с чем не сравнимо.

В Тантре единения солнца и луны говорится:

Если не объяснить, как зародилась Дхарма,
Могут по заблуждению не поверить
В это истинное и глубоко тайное Учение.

Именно для того, чтобы внушить ученикам доверие, показав им, что данная традиция восходит к подлинному истоку и может быть к нему вновь возведена, я и ввёл этот рассказ в контекст гуру-йоги.

В гуру-йоге очень важно прочитать мантру десять миллионов раз. Некоторые не делают этого, считая, что, поскольку это предварительные упражнения, они не слишком важны. Или, быть может, они преисполнены высоких ожиданий, поскольку слышали, сколь глубокими являются наставления к основным упражнениям. Им не терпится перейти к практике этапа порождения и этапа завершения, и оттого они не отводят достаточно времени на выполнение предварительных упражнений. Но, как говорится в пословице:

Они высовывают язык раньше, чем голова сварилась!²⁵⁰

Они вытягивают ноги раньше, чем кровать согрелась!

Выполнять предварительные упражнения, не доводя их полностью до конца, не имеет никакого смысла. Даже если иной раз и вспыхивают на мгновение сигналы «горячо», они столь же зыбки, как здание, возведённое без фундамента.

Также является заблуждением полагать, что, завершив предварительную практику и перейдя к основной, вы можете оставить предварительные упражнения, ибо они являются всего лишь подготовительным этапом. Если перестать тренироваться в предварительных упражнениях, составляющих основу пути, то подрываются корни Дхармы. Это подобно тому, как расписывать фреску, не имея даже стены. Продолжайте непрерывно тренироваться, пока у вас не появится глубокая уверенность, что вы воистину усовершенствовали предварительные упражнения. Уделите особое внимание гуру-йоге, открывающей доступ к благословениям, и сделайте её основой своей практики. Это весьма существенно.

*Я вижу, что мой добрый учитель воистину Будда,
Но по собственному неразумению не следую его советам,
Я знаю, что все существа в трёх мирах были моими родителями,
Но по скверности характера оскорбляю своих духовных братьев.*

*Благослови меня и других с такой же дурной кармой,
Чтобы в этой жизни и во всех остальных
Мы следовали своему духовному учителю
И были смиренными, нравственными
И гибкими в делах и мыслях.*



Гуру Ринпоче и его двенадцать воплощений.

Эти двенадцать воплощений Гуру Ринпоче изображены здесь в соответствии с циклом «Устраняя все препятствия» (Parche Kunsel) – духовным кладом, найденным современниками Патрула Ринпоче Чогуром Деченом Лингпой и Джамьяном Кхенце Вангпо.

Часть третья.

БЫСТРЫЙ ПУТЬ ПЕРЕНОСА.

ПЕРЕНОС СОЗНАНИЯ – НАСТАВЛЕНИЯ О ТОМ, КАК СЛЕДУЕТ УМИРАТЬ: ОБРЕТЕНИЕ СОСТОЯНИЯ БУДДЫ БЕЗ МЕДИТАЦИИ.

Превыше похвал твои сострадательные деяния во благо омрачённых существ.

Превыше похвал то, что ты приемлешь в ученики вершителей неблагого.

Превыше похвал твои искусные средства в обращении с неукротимыми.

Несравненный учитель, я склоняюсь к твоим стопам!

І. Пять типов переноса.

Всего есть пять типов переноса сознания:

1. Высший тип переноса в дхармакаю с использованием печати воззрения.
2. Средний тип переноса в самбхогакаю через соединение этапов порождения и завершения,
3. Низший тип переноса в нирманакаю с помощью безграничного сострадания.
4. Ординарный перенос с использованием трёх сравнений.
5. Переносу производимый для умершего с помощью «крюка» сострадания.

1. Высший тип переноса в дхармакаю с использованием печати воззрения.

Те, кто в течение жизни освоил безошибочное воззрение неподдельного естественного состояния, могут в момент смерти применить основную технику пространства и первозданного сознания на тайном пути исконной чистоты трекчо и перенести своё сознание на простор дхармакаи²⁵¹.

2. Средний тип переноса в самбхогакаю через соединение этапов порождения и завершения.

Те, кто имеет опыт проводить нераздельно, как единую йогу, практику на этапах порождения и завершения и полностью способен воспринимать форму божества как иллюзорную видимость, имеют возможность в момент смерти при появлении видений промежуточного состояния перенести своё сознание в тело мудрости-единения²⁵².

3. Низший тип переноса в нирманакаю с помощью безграничного сострадания.

Те, кто получил способствующие созреванию посвящения Тайной мантраяны, отличается незапятнанностью заветов, имеет склонность к осуществлению этапов порождения и завершения и получил наставления о промежуточном состоянии, могут, как говорится:

Вспомнить и отвернуться*, чтобы не войти в лоно.

Это тот момент, когда требуются решимость и чистое видение.

Практикующие этот тип переноса сознания²⁵³ должны блокировать нежелательное внедрение в нечистое лоно. Будучи подвижны большим состраданием и практикуя принятие перерождения как нирманакаю, они могут затем перенести своё сознание и переродиться в одной из чистых земель.

4. Ординарный перенос с использованием трёх сравнений.

Те, кто практикует этот тип переноса²⁵⁴, представляют себе центральный канал как путь, бинду («каплю») сознания как путника и чистую землю великого блаженства как место назначения.

* То есть не забыть увернуться, прежде чем сознание внедрилось в матку.

5. Перенос сознания умершего с помощью «крюка» сострадания.

Этот тип переноса осуществляется для того, кто либо при смерти, либо уже находится в промежуточном состоянии. Его может осуществлять в высшей степени развитый йог, контролирующий своё сознание и свои восприятия и имеющий способность распознавать сознание существа в промежуточном состоянии. Вообще говоря, непременным условием для переноса сознания умершего является вступление на путь видения. Как говорит Почтенный Мила:

Пока не постиг истину на пути видения,
Не практикуй переноса сознания умершего.

Однако любой, кто умеет точно определять тот момент, когда следует производить перенос – то есть момент, когда останавливается «внешнее» дыхание, но ещё продолжается «внутреннее»²⁵⁵, – может в этот определённый момент осуществить перенос сознания, если он немного знаком с наставлениями о такого рода переносе. Это было бы большой помощью умершему, ибо он мог бы, помимо всего прочего, избежать перерождения в низших сферах. Его можно тогда сравнить с путником, которого друг направляет по правильному пути.

Как только тело отделяется от сознания, перенос становится более трудным. Тогда для этой задачи требуется йог, контролирующий своё собственное сознание и имеющий способность определять, где именно в промежуточном состоянии находится этот умерший. В промежуточном состоянии легко оказывать воздействие на существо, ещё не имеющее материального тела. Тогда йог может произвести перенос из промежуточного состояния и направить сознание этого существа в чистую землю. Совершенно бессмысленно, однако, утверждение, что возможно осуществить перенос посредством возвращения сознания после смерти обратно в тело²⁵⁶.

В наши дни перенос сознания зачастую осуществляют те, кто только называется «лама» или «тулку». Если они осуществляют перенос без всяких эгоистических устремлений, движимые лишь любовью и состраданием бодхичитты, то вполне вероятно, что они смогут помочь умершему, не омрачая при этом собственного сознания. Это становится возможным благодаря мотивации бодхичиттой. Но, если кто-либо делает это ради наживы и знает лишь, как прочесть слова садханы, чтобы затем получить за это лошадь или другое вознаграждение, то это поистине достойно порицания.

Быть поводырём или учителем для других,
Когда сам ещё не добрался до берега Освобождения,
Так же нелепо, как протягивать руку утопающему,
Когда тебя самого уносит течением.

Однажды, когда искусный лама Тензин Чопел был в Цари, у него было видение человека, для которого он однажды осуществил перенос сознания и получил за это в качестве вознаграждения лошадь. Он видел лишь голову этого человека на поверхности кровавого озера. Видение назвало Тензина Чопела по имени и спрашивало, что делать.

«Я отдаю тебе моё паломничество в Цари»*, – в испуге ответил Тензин Чопел, и видение исчезло.

* Имеется в виду заслуга от паломничества.

Если кто-либо, будь он даже великий учитель, достигший высокого уровня, принимает подношения, сделанные во имя умершего, но не совершает ни ритуала, ни службы для блага этого умершего, то это создаёт препятствия на его пути. Когда умер Гьюрме Тхекчок Тензин, бывший перевоплощённым наставником монастыря Дзогчен, для совершения похоронных церемоний был приглашён Трима Шинкьонг. В течение целого дня он совершал лишь ритуалы очищения, призывал к возврату его сознания и бессчётное количество раз повторял ритуал переноса сознания, как он делал бы это для обычного человека. Монахи спросили его, какая была в том причина, и он объяснил это следующим образом:

«В давние времена Дзогчен Ринпоче не совершил ритуалы и не прочитал молитвы ради того, от чьего имени он принял чёрную лошадь в качестве подношения. Тот человек совершил много неблагое, и вследствие этого уровни и пути, через которые проходил Ринпоче, были несколько омрачены. Теперь он и я соединёнными усилиями это исправили».

Говорят, что тот, кто творил неблагое в той истории, прозывался голок Тензин.

Когда ламы и тулку принимают подношения от имени умершего, они не должны думать, что, раз они «важные особы» они могут не действовать с позиции бодхичитты и не совершать ритуалы, молитвы и посвящения. Даже выдающиеся тулку, признанные перевоплощениями истинно великих лам прошлого, должны снова научиться читать и начинать, как все обычные люди, с изучения алфавита. Если они не сохранили из прошлых жизней своего умения читать, то едва ли можно сомневаться, что они также

забыли всё, что знали о йоге этапов порождения и завершения. Я спрашиваю себя, не лучше ли было бы, если бы они посвящали некоторое время практике бодхичитты и затворничеству, а не метались, едва научившись сидеть в седле, из одного места в другое, собирая подношения.

II. Ординарный перенос с использованием трёх сравнений.

Перенос, о котором сейчас пойдёт речь, называется «ординарный перенос с использованием трёх сравнений или «перенос сознания в учителя». Это то, что в Тантре безупречной исповеди называется «перенесение в момент смерти шара света посредством звука». Практика переноса этого типа не нужна тем, кто обрёл высокое постижение. Для них, как говорится в тантрах:

То, что называется «смерть», всего лишь понятие,
Нечто, ведущее на небесные просторы²⁵⁷.

И также:

Смерть или то, что мы называем смертью,
Для йога – лишь малое просветление.

Для тех, кто в этой жизни одолел крепость абсолютного и управляет жизнью и смертью, хотя внешне и умирает, на самом деле смерть – не более как перемещение из одного места в другое. Те, кто овладел сущностной практикой этапов порождения и завершения, могут, как упоминалось выше, применить один из трёх приёмов, для того чтобы при смерти, в промежуточном состоянии или при рождении осуществить перенос сознания в одно из трёх тел.

С другой стороны, как говорится:

У кого недостаточно практики, могут быть приняты посредством переноса.

Эта техника существенна для тех, кто не достиг стабильности на пути, кто совершил множество неблагих действий и т.п. Для всякого, кто располагает этими важными указаниями, сколь бы серьёзными ни были его вредоносные действия, двери в

низшие сферы закрыты. Даже те, кто совершил преступление с немедленным возмездием и, в противном случае, прямо бы отправился в низшие сферы, будут защищены от этих сфер, если будут действовать в соответствии с этим учением. Как говорится в тантрах:

Хотя бы каждый день по брахману убивали
Или пять действий с немедленным возмездием совершали,
Этот путь принесёт вам Освобождение,
А те действия запятнать вас не смогут.

И также:

Кто практикуется в переносе сознания,
Держа в фокусе внимания то отверстие,
Что лежит выше девяти других*,
Того неблагие действия не загрязнят,
И переродится он в чистой земле.

* Отверстие Брахмы (см. Глоссарий).

И ещё:

Если следуешь по беложелтовому пути
Вдоль центрального канала своего,
Поклоняясь отцу своему, опытному учителю,
Восседающему на солнце и луне на твоем, -
Будешь освобождён, хотя бы совершил
Пять действий с немедленным возмездием.

Стало быть, эти глубокие наставления о переносе сознания являются методом, позволяющим достигнуть состояния Будды без медитации; тайным, могучим приёмом, приводящим к Освобождению даже самых великих грешников. Будда Ваджрадхара говорил:

Даже если б каждый день по брахману убивали
И пять действий с немедленным возмездием совершали,
Но лишь откроются вам эти указания,

И, несомненно, вы Освобождение найдёте.

И сам Великий гуру из Уддияны говорил:

Всем знаком путь к состоянию Будды через медитацию,
А мне известен путь без медитации.

Или, по словам великого пандиты Наропы:

Девять отверстий открыты в сансару
И лишь одно открывается в Махамудру.
Закрой те девять и открой одно,
И, без сомнения, придёшь к Освобождению.

А вот что говорил Марпа, переводчик из Лходрака:

Я практиковался снова и снова, и снова,
И теперь я искущён в переносе сознания.
Я, надо думать, умру как обыкновенный человек,
Но меня это не тревожит,
Ибо постижение этой практики придало мне уверенность.

Или вот ещё слова почтенного Шепы Дордже:

Эти наставления, которые объединяют, переносят и устанавливают связь*, –
Сущностное руководство для преодоления промежуточного состояния.
Есть ли такие, кому известен этот путь?
Как счастлив тот, чья жизненная энергия вводится в центральный канал,
Как замечательно! Он достигает абсолютного пространства.

* Связывают нас с чистыми землями благодаря тому, что мы «объединяемся» с учителем.

Нижеследующие указания содержат две части: практику и собственно перенос сознания.

1. Тренировка переноса.

Тренируйтесь в соответствии с полученными вами указаниями о переносе сознания и усердно повторяйте эти упражнения снова и снова, пока не появятся признаки успеха.

Если в настоящее время ваши телесные каналы, энергии и сущности в целостности и сохранности, вам будет достаточно трудно осуществить перенос сознания. Но, когда подойдёт момент смерти, а также в очень пожилом возрасте это будет намного легче. Можно сравнить это с фруктами на дереве: летом они ещё зелёные и сорвать их трудно; но осенью, когда созреют и вот-вот упадут, стоит лишь коснуться их краем одежды, и они срываются с ветки.

2. Собственно перенос сознания.

После того, как появились признаки приближения смерти, то есть когда появилась уверенность, что выздоровление невозможно и уже начинается процесс распада, вот тогда и наступит момент для действительного переноса сознания. Как объясняется в тантрах:

Осуществляйте перенос в подобающий момент,

А иначе вы умертвите божеств*.

* В Ваджраяне тело считается священной мандалой божеств. В этом смысле укорачивать жизнь, производя перенос сознания, было бы разрушением мандалы.

В процессе разложения существует множество стадий; но для простоты понимания можно сказать, что он состоит из последовательного разложения пяти органов чувств, распада четырёх элементов и переживаний «ясности», «роста» и «обретения»?

Разложение пяти органов чувств началось, если, к примеру, молитвы, которые читают монахи, собравшиеся вокруг вашего смертного ложа, воспринимаются как неясное, нечленораздельное бормотание; или если человеческие голоса доносятся до вас будто издали и вы не можете разобрать ни слова. Это знак того, что ваше слуховое сознание затухает. Если привычные формы видятся как расплывчатые пятна, это знак того, что ваше зрительное сознание затухает. Если подобным же образом затухает ваша способность воспринимать запах и исчезают вкусовые ощущения и осязание, это знак того, что вы находитесь в процессе окончательного распада. Именно тогда вам

необходимо руководство. Если около вас есть кто-либо, кто способен осуществить перенос сознания, это, безусловно, самый подходящий момент.

Далее, когда внутренний элемент²⁵⁸ тела растворяется в элементе земли, это ощущается как падение в пропасть. Чувствуешь себя тяжёлым, словно придавленным грузом горы. Иногда в это время умирающий просит посадить его или поднять ему подушку. Когда элемент крови растворяется во внешнем элементе воды, текут слюна и выделения из носа. Когда элемент теплоты тела растворяется во внешнем элементе огня, рот и ноздри пересыхают, и тело, начиная с конечностей, постепенно холодеет. В некоторых случаях на этой стадии из верхней части головы вырывается пар. Когда элемент внутреннего дыхания, или энергия, растворяется во внешнем элементе воздуха, все другие ваши энергии – восходящая энергия, энергия опорожнения, огненная энергия, всепроникающая энергия – растворяются в энергии поддержания жизни. Вдох становится затруднённым. Выдох превращается в ряд сотрясений, с помощью которых воздух проталкивается из лёгких через гортань. Затем вся кровь тела собирается в канале жизни, и три капли её, одна за другой, капают в сердечный центр. И тогда, завершившись тремя долгими вдохами, внешнее дыхание внезапно останавливается.

В этот момент белый элемент («семя»), полученный от отца, быстро перемещается из верхней части головы вниз. Внешним признаком этого является восприятие белизны, наподобие цвета безоблачного неба, освещённого луной. В качестве внутреннего признака сознание воспринимает ясность, и исчезают враждебные мысли всех тридцати трёх разрядов. Это состояние именуется «ясность».

Красный элемент («кровь»), полученный от матери, быстро двигается из области пупа вверх. Внешним признаком этого является восприятие красноты, наподобие цвета безоблачного неба, освещённого сиянием солнца. В качестве внутреннего признака сознание испытывает прилив счастья, и исчезают вожеления всех сорока разрядов. Это состояние именуется «рост».

Когда белый и красный элементы встречаются в сердце, между ними внедряется ваше сознание. Внешним признаком этого является восприятие черноты, наподобие цвета безоблачного совершенно тёмного неба. В качестве внутреннего признака сознание испытывает состояние абсолютного безмыслия, и ты проваливаешься в полную темноту. Это состояние именуется «обретение».

Через несколько мгновений выныриваешь из этой бессознательности, и наступает «ясный свет периода основания»²⁵⁹, что воспринимается наподобие неба, не подверженного ни одному из трёх вышеописанных состояний. Признать в этом состоянии свою собственную природу и остаться в ней – это и есть то, что называется «высший

перенос сознания в дхармакаю». Так обретается состояние Будды без прохождения через промежуточное состояние.

Затем одно за другим разворачиваются промежуточное состояние абсолютной реальности и промежуточное состояние становления. Однако эти состояния здесь не описываются, поскольку они входят в состав наставлений к главной практике.

Для тех, кто не имеет достаточного опыта на пути²⁶⁰, надлежащим моментом для применения техники переноса сознания будет начало процесса разложения. При этом необходимо полностью освободиться от всех привязанностей в этой жизни и, вооружившись отвагой, думать следующим образом: «Какое счастье, что я умираю и, воспользовавшись наставлениями моего учителя, смогу, словно стрела, выпущенная неким гигантом, перелететь в чистые земли».

Будет трудно запомнить все детали визуализации и другие важные аспекты переноса сознания. Поэтому, если у вас есть друг, знающий эту визуализацию, попросите его, чтобы он напомнил вам её. Но, во всяком случае, именно в этот момент вам следует, применив полученные вами наставления об этом глубоком пути и опыт предыдущей практики, действительно осуществить перенос сознания.

Ниже излагается техника переноса сознания, которая используется и во время практики и в процессе самого переноса.

3. Указания к переносу сознания: процесс медитации.

Сядьте на подушке для медитации в удобной позе – спина прямая, ноги скрещены в ваджра-асане.

3.1. Предварительные упражнения.

Следует выполнять все предварительные упражнения отчётливо, со всеми подробностями и полностью, начиная с «Призывания учителя издалека»⁹ и до момента растворения в гуру-йоге.

3.2. Основная визуализация.

Представьте себе, что ваше обычное тело²⁶¹ мгновенно становится телом Ваджрайогини. Она красного цвета. У неё одно лицо и две руки. Она стоит со сдвинутыми ногами, приподняв правую ногу, как при ходьбе. Взгляд её трёх глаз устремлён в небо. В этой тренировке переноса сознания следует представлять себе, что у Ваджрайогини привлекательное лицо, спокойное, но, одновременно, слегка грозное. Поднятой вверх правой рукой она трясёт барабанчик из черепа, звуки которого пробуждают существ от сна заблуждения и неведения. В левой руке, на уровне бедра, она держит резак, обрубающий под корень три яда. Тело её обнажено и обряжено лишь в гирлянду цветов и костяные украшения. Она подобна палатке из красного шёлка – является нам, но невещественна. Это пустая внешняя оболочка тела.

Представьте центральный канал посередине своего выпрямленного тела, как некий столб в центре пустого помещения. Мы называем этот канал «центральным», потому что он идёт в центре тела прямо вверх, не отклоняясь ни вправо, ни влево. Ему приписываются четыре характеристики. Он синий, словно плёнка цвета индиго, что символизирует непреходящность дхармакаи. Его фактура подобна по своей утончённости лепестку лотоса, что символизирует эфемерность омрачений, порождаемых привычными моделями поведения. Он светозарен, как пламя лампы, заправленной кунжутным маслом, что символизирует светозарность, рассеивающую мрак неведения. И он прям, как ствол бамбука, что символизирует тот факт, что он никогда не ведёт низшими или ложными путями. Его верхний конец, словно открытая отдушина, выходит прямо в отверстие Брахмы на макушке головы, что символизирует тот факт, что это путь к Освобождению и перерождению в высших сферах. Его нижний конец на четыре пальца ниже пупка закрыт, что символизирует тот факт, что доступ к сансаре и к перерождению в низших сферах преграждён. Это пустая внутренняя оболочка центрального канала.

Теперь представьте себе расширение канала на уровне сердца, напоминающее утолщение на стволе бамбука. Представьте себе на этом утолщении зелёную, подвижную и вибрирующую каплю (бинду) энергии. Точно над ней помещается представляющий сущность вашего сознания красный слог **ХРИх** с длинной гласной и двумя точками знака висарги*.

* Этот знак на санскрите произносится как придыхательное «х» сходное с английским h. В тибетском языке этот знак, который лишь удлиняет слог, изображается в виде двух маленьких кружочков, одного над другим, символизирующих мудрость и искусные средства.



Он колышется и вибрирует, словно флаг на ветру. Это опора вашего сознания. Представьте себе над головой, на расстоянии локтя, сооружённый из драгоценностей трон, который поддерживают восемь огромных павлинов. На этом троне лежат один на другом, наподобие трёхслойной подстилки, многоцветный лотос, диск солнца и диск луны. На троне сидит ваш достославный коренной учитель – несравненная сокровищница сострадания, – являющийся по сути своей воплощением всех Будд прошлого, настоящего и будущего, но предстающий в форме благословенного Будды и защитника Амитабхи. Он красного цвета, словно гора из рубинов, освещённая тысячью солнц. У него одно лицо. В его двух руках, соединённых в жесте медитации, чаша для подаяний, наполненная нектаром мудрости и бессмертия. Его одежду составляют три монашеских облачения, которые присущи высшему нирманакае, соблюдающему чистоту поведения. Его тело отмечено тридцатью двумя основными и восемьюдесятью вторичными знаками, такими как, например, ушниша на темени, отметины колёс на ступнях и тому подобное. Он озарён ослепительной светозарностью и излучает бесчисленные лучи света.

Справа от Амитабхи – великий Авалокитешвара – воплощение сострадания всех Будд. Он белого цвета; у него одно лицо и четыре руки. Его две верхние руки сложены ладонями вместе перед сердцем. Нижней правой рукой он перебирает белые хрустальные чётки, а в нижней левой руке держит длинный стебель белого лотоса, раскрытые цветы которого видны около его уха.

Слева от Амитабхи находится Владыка тайн Ваджрапани, воплощение силы, власти и умений всех Будд. Он синего цвета. В руках, скрещенных перед сердцем, он держит ваджру и колокольчик.

Как Авалокитешвара, так и Ваджрапани отмечены тринадцатью украшениями самбхогакаи (см. стр. 368). Амитабха сидит, скрестив ноги в важра-асане. Это знак того, что он не пребывает ни в одной из крайностей, то есть ни в сансаре, ни в нирване. Оба бодхисаттвы стоят в знак того, что они без усталости работают на благо существ. Вокруг этих трёх основных божеств собрались, являя словно массу облаков на ясном небе, все учителя линии передачи этого глубокого переноса сознания. Их исполненные любви лица обращены к вам и всем другим существам. Они смотрят на вас с улыбкой и думают о вас с радостью. Думайте о них как о великих руководителях, которые освободят вас и всех других существ от страданий сансары и перерождений в низших сферах и поведут вас в

чистую землю Великой радости. Представляйте себе воочию то, что описывается в следующем тексте, начиная с:

Моё обычное тело обращается в тело Ваджрайогини...,

– до:

Её три глаза обращены в небо.

Затем, начиная с:

В центре её тела проходит центральный канал..., –

до:

Её совершенное тело со всеми основными и вторичными знаками.

Затем с абсолютной верой и полным доверием, чувствуя, как напрягаются мускулы и слёзы текут из глаз, повторяйте как можно большее число раз молитву:

Бхагаван, Татхагата, архат, безупречно совершенный Будда, защитник Амитабха,
Простираюсь пред тобой, приношу дары и принимаю в тебе Прибежище.

Затем прочитайте три раза всю следующую молитву, начиная со слов:

О чудеса! Здесь, в спонтанно возникшей абсолютной Акаништхе..., –

до:

Пусть я достигну твердыни простора дхармакаи!

Затем читайте три раза последнюю часть, начиная с:

С чувством преданности в своём сознании...

И, наконец, читайте три раза последнюю строку:

Да будет мне дано достичь твердыни простора дхармакаи!

Читая молитвы, сосредоточьтесь полностью на опоре своего сознания – слог **ХРИх**, чувствуя при этом такую силу преданности своему учителю и защитнику Амитабхе, что у вас глаза наполняются слезами.

Далее идёт ритуал отсылания сознания. Пока вы пять раз произносите, артикулируя в середине неба: «**ХРИх, ХРИх**», – светло-зелёная вибрирующая капля энергии²⁶² поднимает опору вашего сознания, красный **ХРИх**, вверх. Эта светло-зелёная капля продолжает, непрерывно вибрируя, двигаться всё выше и выше. В тот момент, когда капля появляется в отверстии Брахмы на макушке головы, произнесите: «**ХИК!**» – и представьте себе, что ваше сознание, будто стрела, выпущенная из лука неким гигантом, выстреливается вверх и растворяется в сердце Амитабхи.

Повторяйте весь этот процесс семь, двадцать один или большее число раз, вновь представляя себе **ХРИх** в своём сердце и, как прежде, произнося: «**ХИК!**»

В других традициях произносят: «**ХИК!**», – когда сознание выстреливается вверх, и «Ка!», – когда оно вновь спускается.

Но в нашей традиции мы не произносим: «Ка!», – когда сознание возвращается назад.

Снова начинайте с:

Бхагаван ... защитник Амитабха ... –

и читайте молитвы, выполняйте ритуал отсылания сознания и т. д., как описано выше, и стремитесь повторять весь процесс как можно большее число раз.

Далее читайте три, семь или большее число раз, начиная с:

Бхагаван... защитник Амитабха... , –

до:

... приношу дары и принимаю в тебе Прибежище.

А затем читайте сокращённую молитву о переносе сознания под названием Внедрение стебля травы, написанную открывателем сокровищ Ньи Да Сангье и дошедшую до нас по преемственной традиции монастыря Дзогчен:

Будда Амитабха, я простираюсь пред тобой;
Падмасамбхава из Уддияны, я молю тебя;
Милостивый коренной учитель, поддержи меня своим состраданием!
Коренные учителя и учителя традиции, направляйте меня на пути.
Благословите меня, чтобы я смог постичь этот глубокий путь переноса.
Благословите меня, чтобы с помощью этого краткого пути переноса
Я мог попасть в обитель Небесной радости²⁶³.
Благословите меня и других, чтобы, как только эта жизнь завершится,
Мы могли бы переродиться в земле Великого блаженства.

Повторите эту молитву три раза, затем повторите последнюю строку ещё три раза и повторяйте весь описанный выше ритуал, отсылая сознание приемлемое для вас число раз. Затем начните снова с:

Бхагаван, Татхагата ...—

и читайте молитву переноса из Небесных учений²⁶⁴, дошедшую до нас по преемственной традиции монастыря Пал-Юл:

О чудеса!
Достойный несказанного восхищения защитник Амитабха,
Великосострадательный, могущественный Ваджрапани,
С этой лишь мыслью на уме я вас молю за себя и других:
Благословите нас, чтобы мы постигли глубокий путь переноса сознания;
Благословите нас, чтобы, когда придёт момент смерти,
Наше сознание было перенесено в землю Великого блаженства.

Прочитайте эту молитву три раза и повторите последние две строки ещё три или большее число раз. Затем практикуйте, как было указано выше, эту технику, отсылая сознание.

Эти две последние молитвы не входят в состав текста, содержащего указания к Сокровенной сущности Безбрежного простора, и не были переданы видьядхарой Джигме Лингпой. Они идут по линии передачи Дзогчена Ринпоче, через монастырь Гочен и так далее. Они являются частью посвящений, полученных Кьябдже Додруп Ченом Ринпоче, который объединил их все в одно единое целое. Он использовал их сам, равно как и мой почитаемый учитель. Додруп Чен Ринпоче также наследовал по линии Кагью указания о переносе сознания, восходящие к Гампопе. Поэтому в книгу указаний к переносу сознания, которую составил Додруп Чен Ринпоче, входят и молитвы Гампопы, хотя мой учитель обычно сам эти молитвы не читал.

Во всяком случае, процесс описанной визуализации во всех названных традициях совершенно идентичен; так что нет сомнения, что эти различные источники указаний слились воедино, как сливаются воедино несколько потоков воды. Мой почитаемый учитель неоднократно получал эти указания от Кьябдже Додруп Чена Ринпоче. Я полагаю, что те, кто получил эти указания от моего почитаемого учителя, должны были получить одновременно также и указания к переносу сознания в соответствии с традицией Кагью и, стало быть, им в той же мере, в какой и другим, позволено читать молитвы этой традиции. Если приводимые здесь две сокращённые молитвы и не полностью совпадают с молитвами, включёнными в собрание Кьябдже Додруп Чена Ринпоче, их отличие от других версий весьма незначительно. Поэтому я привожу их в том виде, в каком обычно учил их читать мой почитаемый учитель. Однажды мой учитель учил о переносе сознания в соответствии с традицией «Небесных учений», и, так как там было большое стечение людей, некоторые не расслышали добавленную им фразу: «всё это (di gnams), когда наступит момент смерти», и теперь иные говорят: «Восприятия этой жизни (dir snang)...». а другие: «Поэтому (di nas)...». По моему мнению, оба эти варианта являются не вполне правильными.

После того, как вы повторите эту практику множество раз и придёт время заканчивать сессию, произнесите пять раз «**ПХЭТ**», тем завершив её в просторе пяти тел. Затем пребывайте некоторое время в равности неизменного первородного состояния, воздерживаясь от какой-либо умственной деятельности.

Все учителя традиции над вашей головой растворяются в трёх главных божествах. Оба бодхисаттвы растворяются в Амиабхе. Амиабха растворяется в свете, и свет растворяется в вас. Тут же представьте себя Буддой и защитником Амиаюсом. Он красного цвета, у него одно лицо, две руки и две ноги. Он сидит в ваджра-асане. В руках, сложенных в жесте медитации, он держит сосуд жизни, наполненный нектаром мудрости

бессмертия и украшенный в верхней части деревом исполнения желаний. Амитаюс отмечен тринадцатью украшениями самбхогакаи.

Читайте сто раз «**ОМ АМАРАНИ ДЖИВАНТИЕ СВАХА**», а затем дхарани долгой жизни и другие мантры. Это поможет избежать воздействия этой практики на продолжительность вашей жизни и устранил, в силу истины о взаимозависимости, препятствия, которые могут ей угрожать²⁶⁵. Эту часть практики не следует выполнять, если перенос сознания осуществляется для умирающего или уже умершего, а также если вы её осуществляете для себя, но поистине в момент смерти.

Знаки успеха в данной практике описаны в коренном тексте к этой предварительной её части.

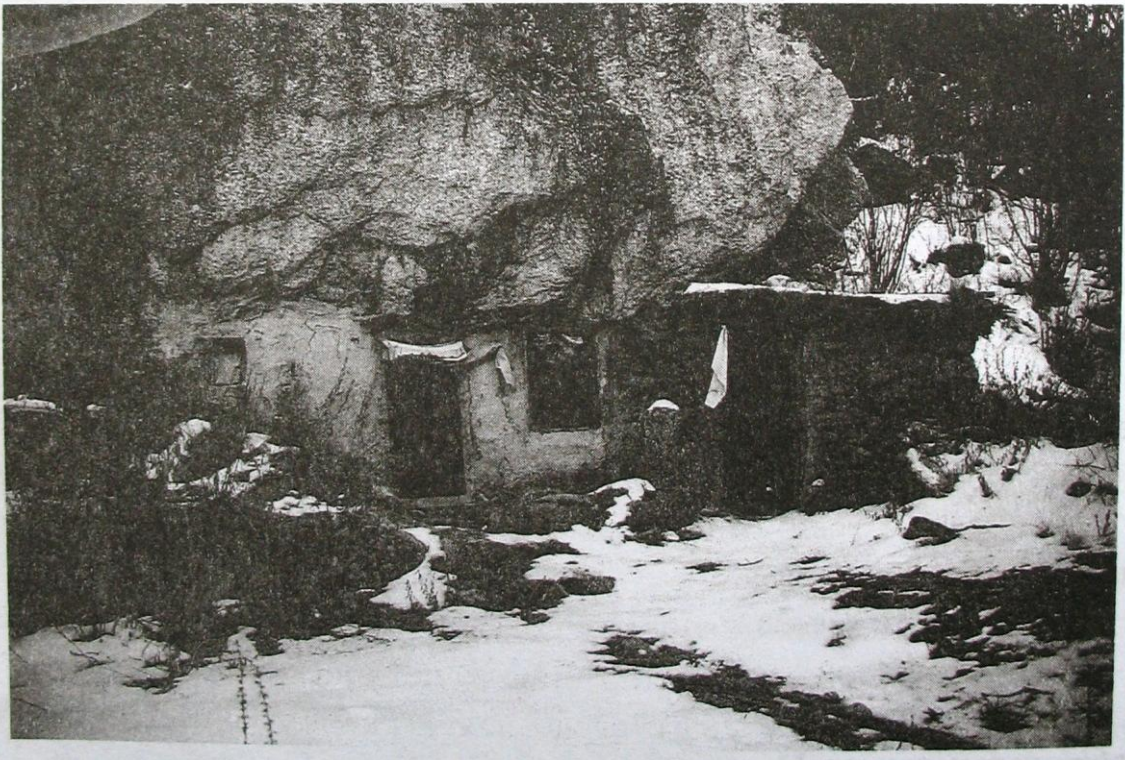
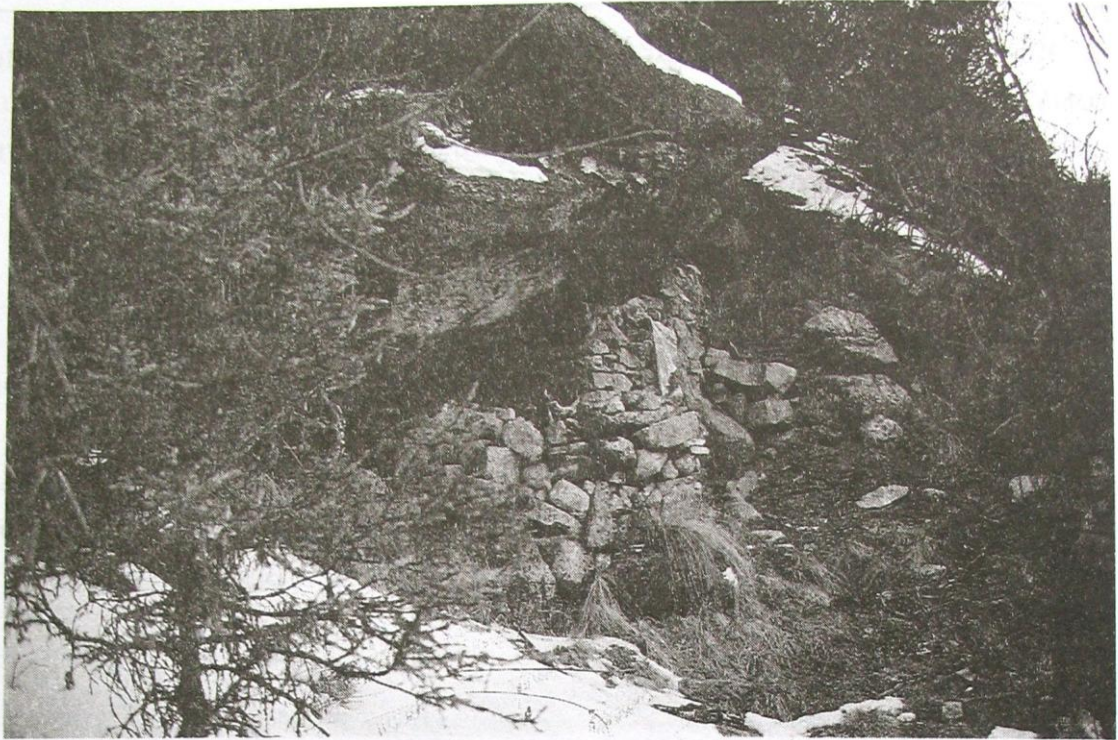
Болят голова, и исторгается блестящая, словно роса, капля сукровицы,
И можно медленно вставить в отверстие стебелёк травы.

Упорно практикуйтесь, пока не появятся такие знаки успеха.

В заключение посвятите заслуги и читайте Молитву перерождения в чистой земле Блаженства и другие молитвы.

Эти указания о глубоком пути переноса сознания не требуют столь многочисленных повторений, как это необходимо на этапах порождения и завершения. Через неделю, безусловно, появятся знаки успеха. Поэтому этот метод называется «наставления, ведущие к состоянию Будды»; и оттого этот быстрый и непревзойдённый путь должен стать для всех содержанием ежедневной практики.

*Я не способен быть водителем себе самому,
Но бормочу невразумительно над умершим;
Я не практикуюсь, но постоянно раздаю бисер своих наставлений;
Благослови меня и подобных мне шарлатанов,
Чтобы мы обрели способность практиковаться с должным упорством.*



Пещеры близ монастыря Дзогчен.

Патрул Ринпоче провёл целый ряд лет, медитируя в этих пещерах. Нижняя из них – «Устрашающий дворец Ямантаки» (см. с. 493-494), где он находился, когда писал «Слова моего несравненного учителя».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ.

Эти наставления к предварительной практике содержат двенадцать основных пунктов. Шесть из них относятся к общим, внешним, предварительным упражнениям:

1. Размышлять о том, сколь трудно получить человеческое воплощение, наделённое всеми свободами и преимуществами, чтобы иметь возможность воспользоваться тем, что составляет сущность этого свободного существования.

2. Размышлять о преходящности жизни, чтобы стимулировать свою устремлённость.

3. Признать, что сансара во всех её проявлениях – это страдание, чтобы по этой причине обрести решимость освободиться от сансары и породить в себе чувство сострадания.

4. Осознать все особенности следствий, вытекающих из действий, чтобы вследствие этого отказаться от неблагих действий и всегда совершать лишь благое.

5. Помнить о благах Освобождения, чтобы вследствие этого с радостью устремляться к достижению конечной цели.

6. Осознать, как надлежит следовать истинному духовному другу и учиться на его духовных постижениях и деяниях.

Пять следующих положений относятся к особым или внутренним предварительным упражнениям:

1. Заложить фундамент пути Освобождения, приняв прибежище в Трёх Драгоценностях.

2. Установить основание для многообразной деятельности бодхисаттвы, породив возвышенную бодхичитту.

3. Исповедоваться во всех пагубных действиях и срывах, которые суть корень всякого зла, используя четыре силы, медитацию о Ваджрасаттве и чтение его мантры.

4. Накапливать заслуги и мудрость, корень всякого духовного прогресса, поднося чистые земли трёх тел в форме мандалы.

5. Порождать в себе мудрость постижения, молясь своему учителю, источнику всех благословений.

И последнее, установить с помощью переноса сознания связь с чистыми землями, породив тем самым состояние Будды без медитации, на тот случай, если внезапно, до завершения пути, застигнет смерть.

Эта предварительная практика может быть представлена также следующим образом:

С помощью четырёх размышлений, отвращающих сознание от сансары, и путём осознания преимуществ Освобождения, мы порождаем искреннюю решимость достигнуть Освобождения и тем самым открываем доступ к пути в целом. Следуя своему духовному другу, источнику всех добрых качеств, мы создаём условия, благоприятные для продвижения на пути. Приняв Прибежище в качестве фундамента, породив бодхичитту и практикуя шесть трансцендентных совершенств, мы продвигается по истинному пути совершенных и всеведущих Будд.

Существуют другие наставления, которые славятся своими объяснениями трёх видов восприятия, трёх уровней способностей существ, Махамудры в соответствии с традицией сутр²⁶⁶ и т. п.; тем не менее, все существенные аспекты пути, в них затронутые, полностью включены в это сочинение.

Вместе с тем, очищение и накопление с использованием двух высших методов, а именно: практика Ваджрасаттвы и поднесение мандалы; гуру-йога – тайный путь глубоких благословений; учение о переносе сознания, порождающем состояние Будды без медитации, – все эти несравненные наставления присущи данному способу изложения этой практики.

После прохождения упомянутых аспектов практики и прежде чем перейти к исключительной основной практике, составляющей ядро учения Ваджраяны о Драгоценной сущности, практикующие проходят специальные предварительные аспекты практики, которые вводят их в три тела, в природу сознания и сознание.

Далее, после введения в абсолютное через посвящение в творческое начало сознания* даются прямые наставления на основе эволюции собственного опыта**.

* Тиб.: rig pa rtsal gyi dbang bskur.

** Этот параграф относится к практике, характерной для Великого Совершенства.

Я писал эти наставления не под воздействием каких-либо эстетических или литературных соображений. Моя главная цель состояла в том, чтобы точно передать устные указания моего почитаемого учителя, сделав их при этом лёгкими для понимания

и полезными для ума. Я всеми силами стремился не исказить эти наставления, привнося в них мои собственные слова и идеи.

В ряде случаев мой учитель любил добавлять особые указания, имеющие целью вскрывать неочевидные недостатки. Я включил в соответствующие разделы те из них, которые я смог вспомнить. Пользуйтесь ими не для того, чтобы отмечать ошибки других, но как зеркалом, чтобы вскрывать свои собственные. Внимательно присмотритесь к себе, чтобы понять, имеются ли эти недостатки у вас; и если они у вас есть, признайте их наличие и стремитесь их искоренить. Выправьте своё сознание, с тем чтобы без препон продвигаться по истинному пути. Как сказал Атиша:

Наилучший духовный учитель – тот, кто борется с вашими скрытыми недостатками.

Наилучшее наставление – то, что направлено прямо на эти недостатки.

Наилучшие друзья – внимательность и бдительность.

Наилучший стимул – враги, препятствия и страдания, вызванные болезнью.

Наилучший метод – отсутствие каких-либо умствований.

Исключительно важно, чтобы наставления воздействовали на ваши скрытые недостатки. Важно использовать Дхарму, чтобы исправлять своё сознание; чтобы постоянно быть внимательным и хранить бдительность; чтобы всегда принимать на себя ответственность за всё происходящее; чтобы благодаря Дхарме в сознание не могла прорваться ни одна негативная мысль. Если вы сможете этого добиться, вы окажете себе большое благодеяние. Вследствие благотворного воздействия Дхармы на ваше сознание, следование своему учителю приобретёт реальный смысл. Атиша также говорил:

Самый лучший способ помочь другим – это открыть им Дхарму.

Самый лучший способ получить такую помощь – это обратить своё сознание к Дхарме.

Одним словом, сейчас вы располагаете всеми свободами и преимуществами человеческого существования. Вы встретили истинного учителя и получили глубокие наставления. Именно теперь у вас есть условия, чтобы обрести состояние Будды, практикуя в соответствии с наставлениями в рамках девяти колесниц. Именно теперь вы можете либо начертать схему своих будущих жизней, либо предоставить их воле судьбы.

Именно теперь вы можете либо посвятить себя благому, либо предаваться неблагому. Вы находитесь на перекрёстке дорог, когда вы должны выбрать либо правильное, либо ошибочное направление для всех последующих своих существований. Это такая же редкая удача, как если бы вам досталась еда, которая обычно в этой жизни перепадает лишь в одном из ста возможных случаев.

Так что используйте Дхарму для собственного Освобождения, пока у вас ещё есть такая счастливая возможность, и пусть смерть будет для вас постоянным стимулом. В этой жизни стройте планы только на короткое время и стремитесь, даже ценой жизни, совершать благое и избегать неблагого. Следуйте истинному учителю и, не колеблясь, принимайте всё, что бы он ни говорил. Вручите себя, своё тело и сознание Трём Драгоценностям. Признайте, что всё ваше счастье проистекает из их сострадания, а страдание является следствием ваших прошлых действий. Усердно практикуйте очищение и накопление, исходя исключительно из безупречно чистых побуждений бодхичитты. И, наконец, храня безупречную преданность и незапятнанность завета, нерасторжимо слейте своё сознание с сознанием своего высокого учителя, являющего подлинную линию передачи, и ещё в этой жизни одолейте твердыню абсолютного. Отважно примите на себя обязательство освободить всех существ, своих бывших матерей, из застенков сансары. Таково в общих чертах всё самое существенное, что заключают в себе эти наставления.

Река нектара существенных наставлений тройной традиции,
сладкая амброзия, текущая из уст учителя,
стоящего в истинной линии передачи,
существенные аспекты практики в девяти колесницах
здесь гармонично и безошибочно сливаются воедино.

Эти замечательные слова, как хорошо приготовленная еда,
полностью очищены от шелухи пустых фраз,
приправлены сущностными аспектами глубокой практики
и сдобрены соусом устных наставлений, основанных на опыте.

Эти замечательные слова, как умелый землепашец,
взрыхляют пустошь неблагого деятеля, удобренную тремя ядами,
алмазным плугом наставлений, искоряющих скрытые недостатки,
и умело орошают её водой подлинной Дхармы.

Эти замечательные слова порождают обильный урожай:
семя бодхичитты, заботливо внесённое в плодородную почву
решимости вырваться из сансары и удобренное накоплением
и очищением, принесёт плод благих качеств.

Эти замечательные слова, как заботливая няня,
что находит у своих подопечных скрытые недостатки и их искореняет:
сотни раз даёт искусные советы, как обрести благие качества,
и выражает заботу лишь о том, как помочь им стать лучше.

Это не пустые слова, они исполнены глубочайшего смысла
и ещё хранят в себе тепло дыхания моего Несравненного учителя.
Те, кто их принимает как близкую сердцу Драгоценность,
несомненно уже вступили на истинный путь.

Эти замечательные наставления являют особое умение бодхисаттв.
Перед нами священный текст без искусственности и красивых фраз,
написанный простым языком, чтобы показать истинный путь
и чтобы возникло рвение практиковаться и извлечь для себя благо.

Пространные комментарии с обилием деталей
плохо укладываются в узкие рамки неразвитого сознания;
высокие философские рассуждения и глубокие учения
трудно практиковать по причине тупости интеллекта в наш век упадка.

Потому этот сжатый и понятный текст – словно жидкое золото,
проникающее сквозь малейшие отверстия ограниченных умов;
словно свет лампы, освещающий потёмки хилого разума,
подобен терпеливому учителю, самолично разъясняющему истинный смысл.

Когда эрудит, упивающийся пышным красноречием,
и известный учитель, не ведающий, что поучения устной традиции
и текстов должны прилагаться к себе самому, отведают нектар
этих высоких и существенных указаний, они, несомненно,
вдохнут в свою практику новую жизнь.

Для отшельника, кто медитирует без руководства, словно швыряя камни в пустоту; для адепта, кто гордится своей практикой, и для мнимого сиддхи, кто не умеет определить пределов своих возможностей, этот путь будет бальзамом, который исцелит их сердца.

Этот текст – не собрание надуманных фраз, обработанных эрудитом, поднатюрившим на сложных текстах; не умело расцвеченный фейерверк напыщенных слов, не имеющий никакого касательства к словам моего добросердечного учителя.

Мои ваджрные братья тому свидетели, ибо прошло ещё не слишком много времени с той благословенной для Тибета и для мира поры, когда жил мой бесподобный учитель, сам Будда во плоти.

Деяния этого возвышенного существа вдохновили меня составить это собрание его доподлинных слов. Пусть же этот плод моего почитания и добрых намерений усладит моих братьев и даже самих богов.

Пусть в будущие времена удачливые существа, читая этот текст, испытают то же почитание, как если бы лично встретили моего озарённого учителя; ибо, полагаю, я точно выразил сущность его слов.

Все заслуги, проистекающие из моего труда, я посвящаю тому, чтобы все существа, мои матери в прошлом, встретили возвышенного духовного друга и, претворив его слова в практику, обрели совершенный Плод.

И чтобы, в особенности, все те, кто питался нектаром, стекавшим с уст моего несравненного учителя, совершенного Будды, обрели совершенное состояние Будды; а мне бы довелось их увидеть в качестве поводырей других существ.

Чтобы выдающиеся последователи моего добросердечного учителя,
впитывавшие нектар его несравненных слов
и покоряющие удачливых пьянящим гимном его наставлений,
ещё долго держали свои лotosовые стопы на ваджрном троне*.

Чтобы отныне и впредь, во всех моих будущих жизнях,
я служил моему совершенному учителю и его последователям;
ублажал их, делая всё, о чём они меня попросят,
и был бы в силу этого принят ими в ученики.

Чтобы, пока для всех существ не будет исчерпана сансара,
я отдавал своё тело, собственность и заслуги
своим бывшим матерям, ввергнутым в несчастье,
и чтобы все они также приняли Дхарму совершенного Будды.

А до той поры чтобы в их сердцах возшло солнце
благословений этой драгоценной традиции и чтобы,
посвятив свою жизнь практике в уединённой пустыни, они могли
бы всегда пребывать в присутствии своего несравненного учителя.

* Поэтическое выражение, часто используемое для пожелания духовным учителям долгой жизни и доброго здоровья. Причудливый стиль этого пассажа, заимствованный из индийской поэзии, является традиционным для колофона.

Этот общий, внешний и внутренний, комментарий к Сокровенной сущности Безбрежного простора точно соответствует словам моего несравненного учителя. Он возник вследствие настоятельных просьб Дронмы Церинга, моего замечательного, пунктуального и усердного соученика. Дронма Церинг дал мне свои заметки, где он записал всё, что мог вспомнить, и настаивал, чтобы я с помощью этих заметок написал объяснительный текст, верно воспроизводящий наставления нашего учителя. Кроме того, некоторое время спустя драгоценный Кунзанг Тхекчок Дордже, драгоценный тулку, – представитель бесценного и почитаемого учителя и держатель этого учения, ведущего к зрелости и Освобождению, два или три раза обращался ко мне с этой просьбой и даже снабдил меня для этой цели бумагой.

Позднее меня поощрял к этому также постигший все учения Дхармы Кушаб Ринпоче Шенпен Тхайе Озёр, – самый выдающийся из духовных сыновей, бывших держателями устной традиции моего возвышенного учителя и защитника. Он утверждал, что я, безусловно, должен записать наставления моего учителя в том виде, в каком он обыкновенно их излагал, ибо это оживит наши о нём воспоминания и вдохнёт новую жизнь в наше почитание.

Поддерживали меня и помогали осуществить это начинание также многие из моих любимых ваджрных братьев и сестёр, которые мне дороги, как зеница ока моего, и будут, несомненно, нераздельны со мной, как фитиль и пламя лампы, до той поры, пока мы не постигнем сущность Прозрения.

Так возникло спервоначала это сочинение, которое было написано тем, кому видхьядхара Джанчуб Дордже – бесподобный венец достоинств ста несравненных сиддх – дал имя Оргьен Джигме Чокьи Ванпо, но кто, невзирая на это звонкое имя, поистине всего лишь неотёсанный оборванец Абу²⁶⁷, сжигаемый пламенем пяти ядов.

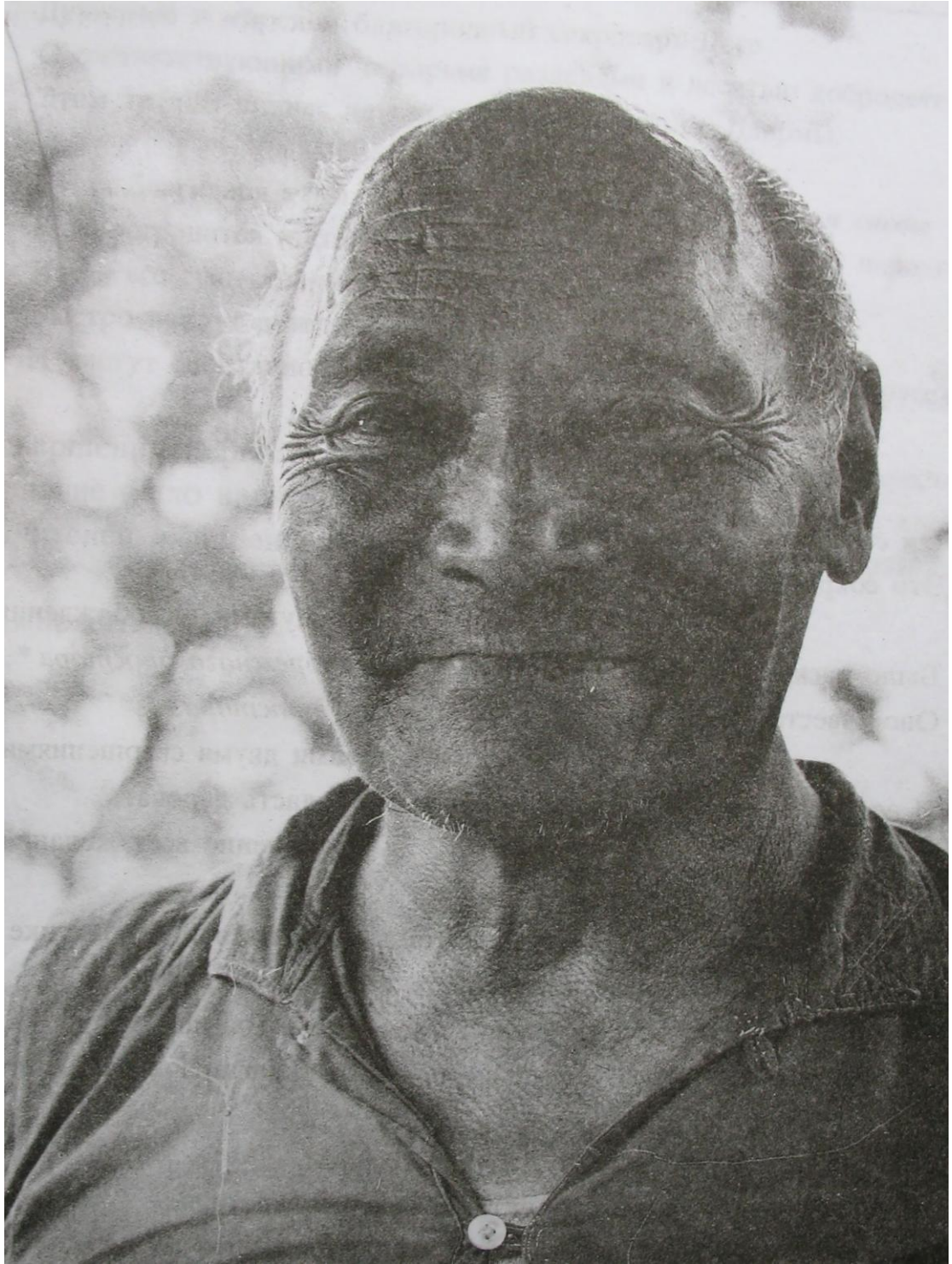
Этот текст был должным образом завершён в уединённой пустыни, – ещё более удалённой, чем Рудам Оргьен Самтен Чолинг*, частью которого она является, и известной как Устрашающий дворец Ямантаки.

* Монастырь Дзогчен.

Это восхитительно живописное место несёт на себе черты уединённого покоя, где листья деревьев купаются в тёплом растворе солнечных лучей, а корни поглощают свежие капли этого эликсира; где всевозможные вьющиеся растения, кусты, травы, ветви и листья, цветы и фрукты буйно разрастаются, сплетаясь в венки и гирлянды, сквозь которые просачивается амброзия сияющей улыбки Дочери лазоревых небес*, наполняющая сердце чувством безграничного удовлетворения.

* То есть солнца.

*Пусть в силу полного и успешного завершения этого труда
Все несметные существа изберут этот Возвышенный путь
И обретут Освобождение на обетованных просторах изначального Будды!*



Кангьюр Ринпоче (1898-1975).

Выдающийся знаток и практик. Он мог бы оставаться на своём высоком посту в великом монастыре Ривоче в Восточном Тибете, но предпочёл не быть связанным с каким-либо учреждением, а провести остаток жизни, кочуя с места на место и посвящая себя практике и преподаванию Дхармы. С самого детства и в течение всей жизни у него были видения Падмасамбхавы. Он открыл ряд духовных сокровищ в Тибете, Бутане и Индии.

ПОСЛЕСЛОВИЕ.

Джамгон Конгтрул Лодро Тхайе.

Ом Свасти Сиддхам

Это сокровище мудрости Самантабхадры с его шестью путями Освобождения
Было раскрыто мудрой Небесной йоги Безбрежного простора*.

Оно известно как Сущность Безбрежного простора, славная своими двумя
свершениями,

И её безграничные благословения имеют власть даровать исполнение всех
желаний.

Просто слушание наставлений к этой предварительной практике

Имеет силу в одночасье преобразить сознание существ.

Это сущность всего, чему учил Оргъен Чокьи Вангпо

И что получено через устную передачу от Джигме Гьялве Ньюгу.

Чтобы сделать доступным этот дар Дхармы,

Свободной от понятий субъекта, объекта и действия,

Пема Лекдруп, обладающий столь же безграничной верой, сколь и богатством,

Духовный и мирской благородный секретарь Деге

С соответствующими четырьмя разделами и десятью добродетелями**,

Этим трудом принёс нам неиссякаемые потоки Дхармы.

Пусть благодаря этим заслугам высшее Учение о ясном свете

Распространится и станет доступным во всех трёх мирах надолго.

Пусть все существа, имеющие с ним связь,

Быстро придут в великое царство первозданности

И смогут спонтанно достигнуть благоденствия для себя и других!

* klong chen nam mkha'i rnal 'byog, то есть сам Джигме Лингпа и назван в этом поэтическом тексте мудрой. –
Прим. ред.

** Четыре раздела и десять добродетелей – это перифраз этимологии топонима Dege (sde bzhi dge bcu),
одного из важных центров риме. Что здесь имелось в виду под «четырьмя разделами», неясно. – *Прим. ред.*

По завершении первого исправленного варианта данного текста, это послесловие было написано Лодро Тхайе, владевшим чистым видением всех учителей и лишённым всякого сектантского предубеждения.

Да множится благо!



Долина, из которой открывается вид на монастырь Дзогчен.

Когда Патрул Ринпоче писал «Слова моего несравненного учителя», он обыкновенно сидел на плоской скале неподалёку от этого места.

Примечания.

Сокращения:

АП – альтернативный перевод. ДКР – Дилго Кхенце Ринпоче.

ЗР – Зенкар Ринпоче.

ПВР – Пема Вангьял Ринпоче.

Прим. – Примечания к «Словам моего несравненного учителя» (см.: Библиография).

Слов. – Большой тибето-китайский словарь The Great Tibetan-Chinese Dictionary (bod rgya tshig mdzod chen mo). Beijing, 1985.

Ист. (Hist.) – Дюджом Ринпоче. Традиция Ньингма в тибетском буддизме: Основы истории (см.: Библиография).

Санскр. – на санскрите.

Тиб. – на тибетском.

Букв. – буквально.

См. – смотрите.

Прим. ред. – примечание редакторов русского перевода.

1 Для начинающих это означает избегать амбициозного и материалистического подходов к практике. В сущности, только достигшие реализаций практикующие в состоянии в своей практике действительно освободиться от привязанности к концептуализации. Однако по мере совершенствования практики привязанность к концепциям постепенно ослабевает.

2 Положительная энергия практики может быть направлена не на достижение Прозрения, а на другие цели. В Прим. упоминаются четыре обстоятельства, которые зачёркивают заслуги (dge rtsa): 1 – не посвятить действие достижению полной буддовости ради блага всех существ; 2 – гнев: как говорят, одно мгновение гнева может разрушить целые кальпы позитивных действий; 3 – сожаление, даже и частичное, о совершённых благих действиях; 4 – хвастовство своими подвигами перед другими.

3 Если капля воды попадает в океан, она продолжает существовать, пока существует океан; если вы полностью посвящаете заслугу от действия «конечной цели – слиянию с океаном Всеведения», она сохранится до тех пор, пока вы не достигнете полной буддовости. (Прим.)

4 «Объект видения (lta yul) в сутрах и тантрах один и тот же – абсолютное

пространство (chos kyī dbyings; санскр.: dharmadhatu). Однако, говоря о видении как таковом, можно делать различие между «ясным» и «неотчётливым» видением. Колесница Причинных характеристик (Сутра) помещает сущность, абсолютную истину, великую пустоту за пределами восьми концептуальных крайностей, но не ведёт к осознанию того, что её природа – это неразделимое единство этого пространства и изначальной мудрости (dbyings ye zung 'jug).

Что касается явлений относительной реальности, колесница Причинных характеристик устанавливает их взаимозависимость и их подобие магической иллюзии. Но она не идёт дальше показа этой нечистой магической игры и не устанавливает тел и мудростей. В колеснице Тайных мантр, с другой стороны, совокупность тел и мудростей, являющих изначальное единство, определяется как великая высшая дхармакая, нераздельность двух истин» (Прим.)

5 «В колеснице Причинных характеристик не говорится, что можно достичь Прозрения, не отказавшись от пяти объектов желания ('dod pa'i yon tan lnga). Но здесь, в колеснице Тайных мантр, мы быстро и без помех работаем с сознанием, помещая его на путь, где не отбрасываются эти пять объектов и где можно достичь уровня единства рупакаи и дхармакаи, уровня видьядхары в течение одной жизни, в одном воплощении». (Прим.)

6 «Существами, одарёнными острым восприятием, являются те, кто «достаточно разумен, чтобы быть в состоянии осознать глубину воззрения в Алмазной колеснице тайных мантр, и кто обладает достаточной уверенностью в себе, чтобы не бояться широких и мощных действий». (Прим.)

7 В соответствии с Тайной мантраяной, следуя по пути, ничего не создаёшь и ничего не развиваешь. Попросту выявляешь, делаешь видимым то, что уже имеется в наличии, – свою природу Будды.

8 Их не следует воспринимать как обыкновенных (rags pa) существ, но – как неуловимых («тонкие» – phra ba) или «тончайших» (shin tu phra ba) существ. (ДКР)

«Все собравшиеся – осознают они это или нет – пропитаны природой Будды, как зёрна кунжута пропитаны кунжутным маслом... Так что все существа являются Буддами; обладают чистой природой буддовости; их перводанная сущность – это сущность буддовости, и их естественные качества – это качества буддовости... Они, поистине, Будды, которых мы представляем себе как дак и дакини из соответствующего семейства. Если как учитель, так и его окружение являются Буддами, тогда и местопребывание их число и должно визуализироваться как Акаништха или иная чистая земля». (Прим.)

9 gsal btab pa означает не только «визуализировать», но также вызывать в памяти, восстановить в памяти. «Представлять таким образом не означает убеждать себя, что осёл – это лошадь или что этот кусок угля – золото; это означает иметь в своём сознании ясное представление о том, что видимости и существа возникают из первоосновы, то есть из природы Будды, и что так было всегда, с самого начала». (Прим.)

10 «В течение этой калпы на землю придёт тысяча Будд. Мы, однако, не видели тех Будд, которые уже приходили; или, если и видели их, они не смогли привести нас к Освобождению. Что касается Будд будущего, нам ещё не пришло время встретить их. Так что, если бы не наши духовные учителя, у нас не было бы никакой помощи». (ДКР)

11 Первые три описываются на стр. 249-250. Иногда добавляют четвёртый тип веры, необратимую веру, чтобы обозначить высшую её степень, когда вера становится неотъемлемой частью существа.

12 В Прим. говорится: «Получили ли мы посвящение в Дхарму или нет, но, если у нас нет к ней никакого интереса, мы уподобимся лошади, которой дают кость, или собаке, которую потчуют травой». Don gnyer, «интерес» также означает «усилие», то есть не только интеллектуальный интерес, но и активную вовлечённость.

13 Эти примеры из рассказов о предыдущей жизни Будды иллюстрируют степень его верности своим обязательствам; их не следует воспринимать как рекомендацию придерживаться крайних форм аскетизма.

14 Шестым чувством является ум, поскольку одни и те же психологические реакции имеют место как под влиянием объектов, лишь возникающих в сознании, так и при воздействии объектов, воспринимаемых пятью органами чувств.

15 Это относится к простым тибетцам, которые, как правило, верят в Дхарму и читают хорошо известную мантру **Ом Мани Падме Хум**, но по большей части не отличаются сколько-нибудь глубоким знанием Учения Будды. Здесь, чтобы расшевелить своих слушателей, Гьялсе Ринпоче говорит в несколько уничижительном тоне.

16 grims byis sgrim la lhad kyis glod. «Это значит не отвлекаться, но в то же время не быть в напряжении». (ДКР) Кроме того, сначала необходимо усмирить необузданные мысли, чтобы достичь состояния ровного спокойствия (zhi gnas), а затем следует привести сознание в расслабленное состояние, чтобы сделать его открытым для глубоких прозрений (lhag mthong).

17 «То, как формулируются наставления, – это всего лишь слова, а поэтому ими можно пренебречь», – вот что говорят те, кто мнят себя великими мастерами медитации школы Ньингма. Они полагают, что могут уловить значение в чистом виде, не

заботясь о словах. Указывая на своё сердце, они говорят, что эти объяснения всего лишь несущественные слова и что необходимо понимать лишь сущность сознания». (Прим.)

18 Это равносильно тому, как не понимать значение, воображая, например, что с той минуты, как получил наставления в Тайной мантраяне, можешь предаваться радостям секса, наслаждаться алкоголем и проводить практики соединения и освобождения. Чтобы избежать этой ошибки, мы должны соразмерять своё поведение с данным временем, то есть с тем уровнем духовной эволюции, которого мы реально достигли в данный момент.

19 Это относится к практике очищения, проводимой для умерших, в которой покойный представляется карточкой с его именем.

20 Выражение *thod pa bog chog ma* буквально означает «избавиться от черепа», то есть избавиться от тела в смысле «избежать будущих перерождений». (ДКР)

21 'du shes med pa. АП: «без восприятия». В соответствии с объяснением ДКР, «боги без восприятия создали в своём сознании некий пробел и ничего не воспринимают, словно в состоянии глубокого сна без сновидений».

22 См. прим. 242.

23 Такие храмы строились в определённых точках с целью подавить в Тибете негативные силы. В центре этой группы был Раса Трулнанг (первоначальное название Джокханга). Также см. прим. 241.

24 В соответствии с Прим., Падмасамбхава имеет в виду, что только в эти три периода Тайная мантраяна раскрывается в полном объёме.

25 Букв, «лет», но это относится не к определённому отрезку времени, а к периодам подъёма и спада, вызванным различными причинами – такими как появление святых существ или, напротив, вредоносное влияние злонамеренных существ.

26 В этот период, следующий непосредственно за распространением Учения, плоды Учения приходят к практикующимся почти немедленно.

27 В период практического освоения Учения есть люди, которые практикуют, но их меньше, и результаты приходят медленнее.

28 Как объясняется в Прим., эти привнесённые обстоятельства могут возникнуть неожиданно, между периодами медитации или во время неё, и поглотить одну или несколько из восемнадцати свобод и преимуществ, – словно волк, вторгающийся в овечий загон и уносящий оттуда одну или двух из восемнадцати овец. (Прим.)

29 «Они являются препятствием на пути нашего сознания к Освобождению и Всеведению. Проявление одной из этих склонностей засушивает ростки Прозрения и

разрывает связи практикующего с сообществом тех, кто устремлён к Освобождению».
(Прим.)

30 Церемониальный зонтик, который во время торжественных церемоний несут над высокопоставленным ламой как символ почтения.

31 «Океан символизирует глубины и просторы трёх низших сфер перерождения и нескончаемые страдания в них. Слепая черепаха символизирует существ в этих трёх мирах, лишённых глаз, вследствие чего они не могут принимать то, что для них благотворно, и отвергать то, что для них вредно. Тот факт, что черепаха всплывает на поверхность только раз в сто лет, символизирует трудность вырваться из этих состояний. Одно отверстие в ярме символизирует редкость существования в облике человека или бога. Ветер, который относит ярмо то в одну, то в другую сторону, символизирует зависимость от благоприятных обстоятельств». (Прим.)

32 Мы выбрали имя Сурабхибхадра как одну из возможных реконструкций тибетского bde spyod bzang po – имени правителя, которому Нагарджуна по святил своей текст. Большинство свидетельств сходятся на том, что это был близкий друг и покровитель Нагарджуны, однако этот правитель всё ещё не идентифицирован исторически. Он, вероятно, был из рода Шатавахана, правившего в Андхре; одни учёные идентифицируют его с Гаутамипутрой Шатакарни, который правил в начале второго века до н. э.; другие называют его Удаяной или Удаи или же идентифицируют его как одного из двух правителей – Яджнашри или Викрамадитья.

33 Речь идёт о тибетской браге (чанг), для приготовления которой перебродившие зёрна заливают горячей водой. Бочка в этом случае будет полностью забита зерном.

34 «Половина» относится к правлению Муне Ценпо, который умер через год и девять месяцев после начала своего правления.

35 Он мог контролировать своё сознание – умел концентрироваться; но он не преодолел омрачения и не постиг природу сознания. С точки зрения Дхармы, медитация без надлежащей направленности бессмысленна.

36 lam du 'khyer ba: букв. поместить на путь. Это значит – использовать все ситуации повседневной жизни как часть своей практики. Если бы гелонг Тхангпа «поместил» свои негативные мысли на путь, используя, к примеру, любовь как противоядие от агрессии, или же подумал о пустой природе мысли, как только она зародилась, то мысль эта не причинила бы ему никакого вреда.

37 gyur dug – в тибетской медицине это выражение используется для обозначения пищи, которая сама по себе является здоровой, но становится токсичной или неусвояемой в сочетании с некоторыми другими продуктами питания.

38 sha sgron обозначает очень старое, но не обязательно испорченное мясо. В Тибете, вследствие особых климатических условий, продукты питания могут храниться очень долго.

39 Если суметь во сне сконцентрироваться на ярком свете, который является естественным проявлением первичного сознания (rig pa), тогда всё, с чем имеет дело сознание, смешавшись с этой осознанностью, не будет воспринято в искажённом виде.

40 За смертью не последует автоматически обыкновенное перерождение, вызванное прошлыми действиями.

41 Существуют три типа усердия, которые подробно описаны на стр. 339-343. Пема Вангьял Ринпоче добавляет: «Если у вас усердие, подобное броне, ничто не может остановить вас начать практиковаться. Если у вас усердие в действии, ничто не может заставить вас прекратить то, что вы делаете. Если у вас неукротимое усердие, ничто не может помешать вам достигнуть своей цели».

42 Тибетский термин chos dred букв. значит «медведь Дхармы». В «Большом тибетско-китайском словаре» читаем: «...тот, кто не укрощён Дхармой. Он знает Дхарму; но, поскольку он не практиковался в ней, его сознание окостенело...». Если подойти к Дхарме с ошибочным отношением, то может возникнуть ложная самоуверенность, которая сделает вас невосприимчивыми к учителю и его наставлениям.

43 Традиционно принято считать, что эти небесные тела являются местом пребывания небесных существ, невидимых для обыкновенных людей.

44 dkor za ba обычно означает использовать не по назначению фонды, составленные из пожертвований верующих. Иногда имеется в виду злоупотребление коллективной собственностью, такой как национальное богатство, со стороны тех, кто стоит у власти.

45 Здесь речь (тиб.: ngag, говорить) относится к проникновенной силе речи. Она имеет силу исцелять, умиротворять, покорять и т.п., если ею пользуется тот, кто либо прошёл определённую духовную тренировку, либо имеет особого рода карму.

46 Заклинатели швыряют в голодных духов различные символические снаряды, такие как торма, горчичное семя, разные порошки, которые преты воспринимают как оружие, разрушающее их тела.

47 Главные из других видов рождения, имеющих место в шести сферах существования, – это рождение из яйца, зарождение жизни в тепле и влаге и чудесное рождение.

48 Это приблизительный перевод технических терминов, используемых в тибетской медицине для обозначения этапов эмбрионального развития в первые пять недель.

49 las kyī glung – сила предыдущих действий (кармы), которая движет весь процесс сансары.

50 Плита для изготовления проволоки, в которой пробита дыра, чтобы протаскивать через неё металл.

51 В Тибете втирают масло в родничок новорождённого младенца, чтобы ускорить застывание отверстия. Хотя, как считают, это благотворно влияет на здоровье младенца, но новорождённый столь чувствителен, что это возбуждает тонкие энергии его тела.

52 Для тибетцев, как во многих восточных культурах, переступить через чью-нибудь голову (а также тело) считается в высшей степени оскорбительным и порождающим омрачение. Для практикующего Тантру – это отсутствие уважения к мандале тела, которое является священным. Однако для йога, постигшего конечную чистоту всех явлений на абсолютном уровне, все аспекты опыта имеют одинаковый вкус чистоты.

53 las kyī sa ra – место, где карма имеет большую власть и её следствия ощущаются сильнее, а в некоторых случаях раньше. Из четырёх континентов вселенной в традиционной космологии в Джамбудвипе действия оказывают наиболее сильный эффект, и индивидуальные переживания, с этим связанные, наиболее разнообразны. Жители других континентов, по большей части, ощущают лишь следствия прошлых действий, но не порождают новые для них причины; переживания и продолжительность жизни их более однородны.

54 Если нас не вводят в заблуждение благоприятные обстоятельства и мы понимаем, что их подлинность не идёт дальше того, что мы им приписываем, тогда эти обстоятельства могут способствовать нашим успехам в медитации, а не создавать привязанности.

55 Наблюдая плохих и хороших учителей, учишься ценить хороших. Наблюдая хороших и плохих практикующих, понимаешь, как действовать самому.

56 Точно так же, как внешние явления появляются из пространства и исчезают в нём, так и ментальные явления возникают из природы сознания (*sems nyid*) и растворяются в ней. Они не имеют самосущего бытия.

57 Сфера богов характеризуется, в частности, отсутствием гнева и ненависти. Поэтому, чтобы быть в состоянии сражаться, боги небесной сферы Тридцати трёх отправляются в магический лес, который делает их агрессивными.

58 Мир формы и мир бесформности.

59 Букв, «в пяти сферах» – альтернативная классификация: вместо шести сфер, при которой сферы богов и асур рассматриваются как одна.

60 *las su 'char ba*. Существуют различные объяснения этого выражения. Оно переводится здесь, в соответствии с интерпретацией ДКР, как эквивалентное выражению *las su rung ba*: сознание изменяемо, может развиваться к лучшему.

61 Как во время войны сторожевая башня жизненно важна, чтобы наблюдать за врагом и одержать победу, так и в Тайной мантраяне завет жизненно необходим, чтобы избегать препятствий и достичь состояния Будды.

62 «Твои действия соответствуют порядку колесниц (санскр. *уана*)» – означает, что внешне соблюдаешь дисциплину Шравакаяны, внутренне практикуешь Махаяну и тайно практикуешь Мантраяну, чтобы устранить препятствия и достичь состояния Будды.

63 Два других действия неотложного возмездия – вызвать раскол в Сангхе и пролить кровь Будды.

64 В то время в большей части тибетского общества ежедневно есть мясо считалось признаком богатства и, следовательно, высокого положения. Гостья ведёт себя вызывающе, стремится создать впечатление, что у себя дома она привыкла всегда есть мясо.

65 Здесь Патрул Ринпоче делает различие между ясновидением как психическим явлением, которое не является следствием мудрости, и реальной способностью просветлённых существ, достигших трёх высших уровней бодхисаттвы, преодолевать время и пространство. Первое характеризуется как *zag bcas*, то есть «загрязнённое», а второе – как *zag med* «незагрязнённое».

66 *thar pa dang grol ba*: мы здесь перевели эти два термина как Освобождение и Свобода. ПВР отмечает различие между этими двумя терминами в данном контексте: освобождение (*thar pa*) – от сансары и, в особенности, от низших её сфер; в то время как свобода (*grol ba*) – это отсутствие каких-либо препятствий на пути к Всеведению и Просветлению. В других контекстах (ср. в главе 6) *thar pa* может иметь оба значения.

67 Это воззрение считается ошибочным не потому, что отрицается существование творца, а потому, что отрицается процесс причинности.

68 Это не означает, что вы не должны подвергать сомнению или анализировать наставления. На самом деле, Будда сам поощрял такого рода любознательность. Однако, если чьи-то суждения закроют доступ в ваше сознание этому Учению, которое подчас бросает вызов привычным представлениям, тогда вы не сможете вступить на путь, ведущий к Освобождению.

69 Наличие духовного руководства стоит в зависимости от прошлых действий существ, и, таким образом, учителя и его учеников связывают нерасторжимые узы. Поэтому, если ученики ведут себя неподобающе, следствие от этих действий переносится, в плане относительной действительности, на учителя, отчего сокращается длительность данного его воплощения и возникают препятствия для его деятельности на благо других.

70 Ложные воззрения сужают взгляд на вещи. Даже эффект от позитивных действий будет ограничен, ибо они совершаются без ориентации на полное Просветление на благо всех существ. Более того, если не верить в тех, кто передаёт Дхарму, невозможно получить поддержку для исповеди, которая описана в Третьей главе Второй части.

71 Тиб. *gnam smin*, букв, полное созревание. Это относится к тому моменту, когда кармическая энергия, порождённая действием, вызывает максимальное следствие, которое может быть замедлено или ускорено следствиями других действий.

72 Несколько иная версия цитаты приводится в издании этого тибетского текста Зенкаром Ринпоче: «Чтобы узнать, где ты был рождён прежде, надо поглядеть, какой ты сейчас. Чтобы узнать, где ты родишься в следующий раз, надо поглядеть, как ты действуешь сейчас».

73 Нечистая щедрость – это подаяния, сделанные из эгоистических побуждений или скупы, неохотно, а также, если об этом потом сожалеешь. Вследствие такого подаяния будешь богатым, но не сможешь пользоваться этим богатством.

74 Достоинства Будды – тридцать две большие и меньшие приметы, десять сил и т.п.

75 Это происшествие описано на стр. 196.

76 Нам не удалось прояснить смысл этой фразы, *згог* значит – жизненная сила, которая поддерживает тепло и сознание, или же дыхание. По-видимому, Сурабхибхадра (см. прим. 32) был покровителем Нагарджуны, который обеспечивал его эликсиром жизни. Если это действительно так, тогда сын, чтобы убить отца, решил сначала убить Нагарджуну, чтобы тот не мог дать отцу свой эликсир.

77 Согласно легенде, голова Нагарджуны и его тело приняли форму двух лежащих поодаль один от другого (в Нагарджунаконда, в Южной Индии) огромных камней, которые постепенно, в течение веков сближаются. Когда они соединятся, Нагарджуна вернётся к жизни.

78 В дополнение к негативным действиям общего порядка, существуют действия, на которые Будда наложил запрет для тех, кто принял особые обеты. Здесь монах нарушает обет, по которому полностью посвящённым монахам запрещается срезать растительность.

79 Круглое основание, на которое складываются кучки риса и пр., включается в подношение мандалы. Совершение подношения – это часть процесса очищения. Подношение мандалы подробно описано в четвёртой главе второй части этой книги.

80 Пользоваться языком высшего воззрения для ниспровержения принципа причины и следствия означает – использовать учение об абсолютной истине как повод, чтобы действовать по собственному желанию, заявляя при этом, что не существует различия между добром и злом, между сансарой и нирваной, между Буддой и обыкновенными существами и т.п.

81 Имеется в виду всякий, кого соединяет с вами какая-либо связь – позитивная или негативная, либо совершенно эпизодическая. Даже минимальная связь с бодхисаттвой – увидеть его, услышать, коснуться и т.п. – может принести огромное благо и привести к Освобождению.

82 См. Введение, где даётся краткое описание основной практики: «Хотя тренировки основной части пути в этой книге формально не описываются, они, по существу, в неё включены. Книга является полной, ибо в ней даётся объяснение всех существенных сторон пути». (ДКР)

83 В этой главе Патрул Ринпоче резюмирует в стихах все основные положения, не давая ссылок на источники. Назначение этих стихов – помочь читателю или слушателю запомнить эти положения. Прямая устная передача знания всегда занимала в буддизме важное место, и тибетцы постоянно заучивают на память целые тома писаний. Эта практика помогает им запоминать устные наставления в деталях. Систематическая структура этого текста, к примеру, предназначена, в частности, для того, чтобы помочь практикующим держать в памяти подробности устных наставлений.

84 Они ведут себя неординарно, нарушая все принятые правила поведения, как если бы их действия исходили из истинной мудрости, очищенной от концептуального восприятия. Однако же они обманывают только себя самих.

85 В Прим. приводится нижеследующее уточнение. Для того, чтобы воспринимать учителя как Будду, необходимо чувствовать:

- 1) что он воплощённый Будда как в абсолютном, так и в относительном планах;
- 2) что все его действия, как в духовном, так и в житейском планах, являются действиями Будды;
- 3) что его доброта к нам превосходит доброту Будд;
- 4) что он воплощает в себе величайшее из всех прибежищ;
- 5) что, если, зная это, молишься ему, не возлагая надежд ни на что иное, то это приведёт к мудрости постижения.

86 Тиб. *sgid pa* (первоначальное значение «возможность»): любая вещь, которая может быть трансформирована в другую. Таким образом, это представляет все концепции, которые мы проецируем на действительность и которые становятся воспринимаемым нами иллюзорным миром. Так что это может быть переведено как становление, существование, сансара, мир.

87 «Драгоценная лошадь» – одна из принадлежностей вселенского монарха. Она угадывает его желания прежде, чем он их выражает. Здесь – идеальный ученик знает намерения своего учителя и потому действует, как подобает.

88 «Постигнуть мысли и действия учителя – значит приобрести его качества в плане тела, речи и сознания». (ДКР) «Если вы сначала не обрели его уровня постижения, то подражать его действиям будет лицемерием». (Прим.)

89 *por rdzas* – букв, «материальное богатство». Мы часто переводим этот термин и отдельно пот как деньги, хотя он может обозначать всё ценное и всё драгоценное, но не непременно какие-либо денежные знаки.

90 Один из трёх великих монастырских университетов в буддийской Индии. Другие два были Наланда и Одантапури. Пост «пандиты – хранителя ворот» (иначе говоря, факультетов) на одной из четырёх сторон света предоставлялся учёным, которые были более других способны защищать философскую позицию буддизма в дебатах против мыслителей не-буддистов, вызвавшихся участвовать в такого рода состязании. Организованные по строгой форме горячие дебаты между сторонниками различных философских систем были характерным явлением в Северной Индии того времени с её высоко развитой цивилизацией.

91 *gyang gim gsum* «три уровня глинобитной стены» высотой около трёх метров. Во многих частях Тибета стены домов возводились из глины (*gyang*): мокрая глина набивалась между параллельными деревянными щитами, установленными вдоль

линии стены. Затем глине давали высохнуть, после чего формы поднимали наверх в качестве опоры для глины на следующем уровне (gim) стены. Деревянные щиты, которые использовались в качестве форм, были обычно шириной около метра. Термин *gyang* или *gyang gim* часто использовался как приблизительная мера глубины снега.

92 Возможное объяснение этих трёх предложений следующее: «Её корень – победное начало» означает, что природа Будды, которая является нашей изначальной природой, не может быть изменена никакими факторами или обстоятельствами. «Её вершина – победное завершение» означает, что высшее свершение достижимо. «Её плод – победная йога» означает, что никакая йога не может привести к большим достижениям.

93 См. Новая традиция в Глоссарии.

94 Почтенный Мила хотел преподнести котёл, наполненный ячменем. Поднести пустой сосуд считается недостойным.

95 Испытания, через которые Миларепа должен был пройти, прежде чем получил от Марпы Учение, было не только очищением от прошлой кармы, накоплением заслуг и психологической подготовкой для него самого, но имело - значение также и для будущего его школы (традиции), ибо каждая деталь имела символическое значение, а это в силу принципа взаимозависимости явлений (*rten 'bral*) не могло не оказать воздействие на будущее не только Миларепы, но и его учеников.

96 «Принять Прибежище» или «искать Прибежища» – это стандартный перевод выражения *skyabs su 'gro ba*. Основное значение здесь – искать защиты от опасности, в данном случае от опасностей существования в сансаре.

97 «Почему всех путей? Потому что принятие Прибежища является неотъемлемой частью каждого из путей в сутрах и тантрах». (Прим.)

98 Здесь вера – просто спонтанная реакция. «В этом случае не обязательно отдавать себе отчёт в том, почему пришёл к этой вере». (Прим.)

99 «Данная разновидность веры предполагает понимание, почему пришёл к этой вере. Она вытекает из знания, что Три Драгоценности и, в частности, духовный учитель являются надёжным Прибежищем». (Прим.)

100 Здесь под словом «двери» (*sgo*) подразумевается вера, которая открывает доступ к благословениям Будды, Падмасамбхавы или своего учителя. (ПВР)

101 Это Прибежище на уровне Великого Совершенства.

102 Лотос символизирует чистоту просветлённого сознания. Хотя он растёт в грязи, но цветы его не запачканы грязью.

103 число конечностей уточняется потому, что формы божеств, которых мы себе представляем, подчас имеют больше, чем одну голову, и больше, чем две руки и две ноги, и каждая деталь имеет особое символическое значение.

104 Монашеский посох, называемый 'khar gsil , букв, «звнящий посох», – это шест из дерева и железа, с навершием из ступы. Ниже подвешены четыре колеса и двенадцать металлических колёс, позвякивание которых выдаёт присутствие монаха. Чаша для подаяния обычно металлическая и называется lhung bzed, букв, «принимает то, что падает». (Изображения можно посмотреть в кн. Определитель буддийских изображений. Таблица 5. – *Прим. ред.*)

105 «В тот момент, когда обретаешь Пробуждение, обладаешь десятью силами и одарён десятью способностями и совершенно избавлен от страха. Когда обретаешь способность защищать других, больше нет нужды принимать Прибежище». (Прим.)

106 «Единственным конечным Прибежищем является высшее состояние Будды. Дхарма и Сангха являются временными прибежищами. Дхарма переходного периода – это то, что необходимо постигнуть. Когда обретаешь истинное постижение, эта Дхарма больше не нужна, – как не нужна лодка, после того, как переплываешь реку. Что касается Дхармы свершения, то по мере продвижения по пути отбрасываешь прошлые свершения, которые являются, по существу, обманчивыми и временными. Что касается Сангхи, то шраваки и пратьекабудды не имеют качеств бодхисаттв, достигших высших уровней. А высочайшие бодхисаттвы не имеют качеств Будд. Бодхисаттвы, которые являются обычными существами, всё ещё испытывают страх перед низшими сферами существования. Стало быть, такие существа не являются конечным Прибежищем». (Прим.) (Интересно, что эта трактовка отличается от принятой в школе Гелуг, где подлинным Прибежищем считается как раз Дхарма, а не Будда. – *Прим. ред.*)

107 Здесь понятие Прибежища формулируется в соответствии с тремя различными фазами основной практики. См. Введение.

108 Для того чтобы практика была систематической, рекомендуется отводить для этого определённое время и практиковаться сосредоточенно и без перерывов. Это может быть одна практика в день или, к примеру, во время длительной практики в уединении – до четырёх периодов в день: рано утром, до полудня, после полудня и вечером.

109 rus pa can, букв, «костяной» в связи с выражением snying rus, букв, «кость в сердце», что означает: иметь решимость и отвагу, чтобы никогда не сдаваться.

110 Основным требованием, чтобы проводить самому церемонии с целью помочь другим, является завершение практики основной части названной садханы, включающее начитывание тысяч мантр, для того чтобы очистить собственное сознание.

111 «Мандала» в этом контексте означает круг божеств, которых мы себе представляем и которых призываем для проведения практики. В истинной буддийской традиции это метод, содействующий возвращению мудрости. Но здесь это ложно используется как некий магический обряд.

112 В бон есть мудрые учения, очень близкие буддизму; однако то, что упоминается здесь, – это примитивный бон деревенских колдунов.

113 Обычный гнев (*zhe sdang rang mtshan pa*) – это омрачение, основанное на дуалистическом представлении: «я» и «другой». Его следует отличать от гнева, который демонстрируют божества, лишённые подобного рода представлений. Их действия диктуются исключительно состраданием ко всем существам.

114 Упоминание о строительстве Великой ступы в Бодхнатхе, неподалёку от Катманду, птичницей и её сыновьями. Трое из её сыновей, в результате тех желаний, которые они высказали в то время, переродились как Падмасамбхава, Трисонг Децен и Шантаракшита. Они вместе содействовали утверждению Дхармы в Тибете. Эта великолепная ступа является центром притяжения для верующих тибетцев, именующих её Джарунг Кхашор. (Вы найдёте всю историю в Легенде Великой ступы, переведённую на англ. яз. Китом Дауманом (*Legend of the Great Stupa. Transl. Keith Dowman. Berkeley: Dharma Publishing, 1973*))

115 По предсказанию брахмана-астролога после рождения Сиддхартхи, ребёнок должен был стать либо вселенским монархом, либо Буддой.

116 Иные тантры включают львов или павлинов вместо собак или коров. Эти типы мяса обычно не употреблялись в пищу, потому что, в соответствии с брахманической системой взглядов в Древней Индии, они были табу либо как священные, либо как нечистые. Поэтому они считались приемлемыми дляупражнений, направленных на разрушение стереотипов.

117 Некоторые явления в нашей жизни, такие как видения, мечты и т. п., могут быть – но отнюдь не обязательно – знаками прогресса в практике. Учители из традиции Патрула Ринпоче настаивают на том, что не следует приходить от них в восторг. Лучше было бы принять за измерение прогресса рост в сознании почитания, сострадания или свободы от омрачений.

118 Десять уровней и пять путей бодхисаттвы. По-видимому, здесь речь идёт о прогрессе на пути в целом.

119 От более ранних времён осталась традиция, в соответствии с которой буддийские монахи подносили первую часть того, что они получали в свой ежедневный обход за подаванием, Трёх Драгоценностям; среднюю часть они ели сами и отдавали последнюю часть бедным.

120 «Порождение бодхичитты» – это только один возможный перевод *sems bskyed*. Слово *bskyed* означает породить, производить, но также возвращать, развивать. Слово *sems*, которое является сокращением от *byang chub kyī sems* (санскр.: бодхичитта) «сознание пробуждения», имеет несколько уровней значения. Для начинающих это просто устремление освободить всех существ. Однако в более глубоком смысле бодхичитта – это синоним природы Будды (санскр. *Tathagata-garbha*) и первозданной осознанности (*rig pa*). На этом уровне нет ничего, что можно было бы породить, чего там не было раньше, потому что это фундаментальная природа нашего сознания, которая всегда у нас была и которую следует лишь открыть и раскрыть. Мы выбрали «порождение», пытаюсь передать нечто от обоих смыслов.

121 Это определено в Прим. как «обещание обрести Плод».

122 Для ясности мы добавили здесь заглавие, которого нет в оригинале.

123 Отражение луны в воде ясно видно, но оно не имеет истинного, самосущего бытия. То же самое справедливо по отношению ко всему, что мы воспринимаем органами чувств, ибо явления лишены объективной сущности. Нас сбивает, однако, с толку убеждение, что эти видимости объективно существуют как таковые. Именно это фундаментальное заблуждение является источником омрачений, которые вынуждают нас блуждать в сансаре.

124 Причина, по которой бодхичитта является основой пути к Просветлению, в том, что на абсолютном уровне это и есть заложенная во всех существах природа Будды, которая, естественно, характеризуется безграничной любовью и состраданием. Развитие относительной бодхичитты служит тому, чтобы выявить эту природу. Вот что говорится в Прим. об этих двух аспектах: «Первый является глубинным основанием для достижения состояния Будды; второй является преходящим основанием для этого».

125 В Прим. объясняется, что следует сначала породить бодхичитту на одно лишь мгновение, затем на два, на три и т. д.

126 Обучение в соответствии с опытом (*nyams khrid*) – это метод обучения, при котором учитель вначале даёт совсем немного указаний. Практикующий следует этим указаниям, а затем рассказывает учителю, что он при этом испытывал, а на основании этого учитель даёт ему либо совет, либо новые указания. И такое взаимодействие между учителем и учеником продолжается непрерывно.

127 Санскр. usnisa: выпуклость на голове – один из знаков, отмечающих Будду. У Золотого Гребня был такой знак, хотя он и не был полностью просветлённым Буддой.

128 Первые пять совершенств связаны с накоплением заслуг, однако в основе их лежит мудрость. Именно по этой причине щедрость и т. п. являются запредельными совершенствами.

129 gang don, «собственное благо» (АП «цель») – имеется в виду полное осознание пустоты (дхармакаи), откуда затем вследствие сострадания появляются самбхогакая и нирманакая, чтобы свершить gzhan don «благо других».

130 Целебное дерево символизирует бодхичитту, которая излечивает нас самих и других от всех страданий.

131 Объяснения к символическому подношению тела даны в Части 2, Глава 4.

132 См. пояснения в Части 1, Глава 4, Раздел III.

133 В Прим. поясняется, что таким образом могут быть разрушены только такие действия, которые порождают заслуги (bsod nams), иначе говоря, такие действия, которые были совершены без применения трёх высших методов.

134 «Ценнее соблюдать нравственность один день, чем сто лет проявлять щедрость. Ценнее один день проявлять терпение, чем соблюдать нравственность сто лет». (Прим.)

135 Возможно, это были ученики одной из школ Шравакаяны, в которой признавалось отсутствие истинного существования/самосущего бытия эго (gang zag gi bgad med), но не признавалось полное отсутствие истинно существующих явлений (chos kyī bdag med).

136 Только безграничная любовь и сострадание к существам дают возможность сознанию открыться и осознать необъятность воззрения Махаяны [о пустоте].

137 «Избегай впадать в крайности, которые являются источником чрезвычайного истощения; или практиковать неумеренный аскетизм, который подвергает жизнь опасности». (Прим.)

138 «Со временем испытываешь всё большую и большую привязанность к медитативному опыту. Это ощущение блаженства, когда чувствуешь себя без всякой причины счастливым; ощущение ясности, когда оседает тина мыслей и чувствуешь себя словно в доме, пустом снаружи и внутри; ощущение безмыслия, когда проверяешь, появились ли какие-либо мысли, и выносишь впечатление, что появляться нечему. Но ещё цепляешься за реальность «я» (gang zag gi bdag), думая: «Моё ощущение»; и также цепляешься за реальность вещей (chos kyī bdag), полагая эти ощущения реальными. Это противоположно осознанию пустоты истинного существования, что открывает путь к

Освобождению». (Прим.) В этом состоянии сосредоточения обретается лишь внутренний покой (тиб.: zhi gnas; санскр.: samatha), но не глубокое воззрение (lhag mthong; санскр.: vipasyana).

139 Когда держишь спину прямой, это позволяет тончайшей энергии (rlung) свободно течь по тончайшим каналам (rtsa). Существует тесная связь между тончайшей физической энергией и движениями сознания. Говорят, что сознание едет на этой энергии, как всадник на лошади.

140 Это означает – не подавлять мысли и не следовать за ними; не стремиться ни намеренно изменить состояние сознания, ни достичь определённого медитативного состояния. Все мысли – следствие заблуждений – являются, в известном смысле, деформациями в естественном потоке осознания.

141 То есть не иметь ничего постыдного, что надо было бы скрывать от Трёх Драгоценностей.

142 nges shes букв. «определённости»: используется здесь для обозначения крайних взглядов, таких как этернализм и нигилизм, где утверждается, что явления безусловно существуют (этернализм) / безусловно не существуют (нигилизм).

143 «Здесь srid pa (сансара) относится ко всему, что мы считаем истинно существующим и к чему привязаны». (ДКР)

144 Поскольку воззрение – это осознание пустоты, осознающий это, осознаваемое и само осознание признаются лишёнными самосущего бытия. Они лишь являются как некая иллюзорная магическая демонстрация осознанности, пустой и лучезарной по природе своей.

145 Это значит – действовать без мысленного конструирования, осознавая, что деятель, действие и объект, на который направлено действие, лишены самосущего бытия.

146 Прежде чем приступить к этой тренировке, следует получить посвящение в Ваджрасаттву от квалифицированного хранителя традиции. Вообще говоря, начиная с этой практики, все последующие, описанные в этом тексте, должны проводиться только под руководством квалифицированного учителя.

147 В практике Ваджраяны мы считаем воображаемое божество своим коренным учителем, который представляет всех Будд прошлого, настоящего и будущего. Ваджрасаттва (тиб.: rdo rje sems dra) – это особенный Будда, который, будучи бодхисаттвой, пообещал, что всякий читающий его мантру будет очищен от всех своих негативных действий и омрачений. Его имя – отсылка к нерушимой чистоте природы сознания.

148 Нанда – пример того, кто был крайне привязан к идее Освобождения; Ангулимала – пример исключительного неведения; Даршака (другое имя Аджаташатру) – пример исключительной агрессии; Шанкара – пример того, кто отличался крайней привязанностью и неудержимым гневом. Нанда и Ангулимала стали архатами; Даршака стал бодхисаттвой, а Шанкара переродился в сфере богов и впоследствии достиг пути Видения.

149 В Прим. это описывается как «внешняя опора».

150 В Прим. в качестве «внутренней опоры» упоминается принятие Прибежища, порождение бодхичитты и, в особенности, сострадание.

151 В Прим. говорится о шести вещах, о которых следует размышлять, когда практикуешься в раскаянии:

1) время – раскаиваться во всех неблагих действиях, совершённых с безначальных времён и до сего времени; а в течение этой жизни – в определённый месяц, день, момент и т. п.;

2) мотивация – сожалеть о действиях, совершенных под воздействием желания, отвращения и заблуждения;

3) накопление – раскаиваться во всей накопленной негативности в плане тела, речи и сознания;

4) характер действия – раскаиваться как в действиях, которые сами по себе являются неблагими (такие как десять неблагих действий, пять действий с немедленным возмездием и т. д.), так и в особых проступках, таких как нарушение своих обетов и т. п.;

5) объект действия – раскаиваться во всех ложных действиях, направленных как на сансару, так и на нирвану;

6) карма – раскаиваться во всех вредоносных действиях и срывах, которые привели к короткой жизни, множеству болезней, бедности, страху перед врагами и бесконечному блужданию в низших сферах.

152 Печатание и распространение священных книг считается мощной практикой для накопления заслуг и очищения омрачений, при условии, что она проводится как чистое подношение, без какой-либо заинтересованности или выгоды.

153 dag pa dran pa. Это тибетское выражение буквально означает «памятование чистоты». Оно является напоминанием о том, что каждый элемент визуализации не просто образ; он имеет своё особое значение, и важно осознавать это значение, когда выполняешь практику Точное соотношение между элементами этой практики и четырьмя силами объясняется ниже. Хотя здесь мы имеем дело лишь с предварительной практикой,

многие положения, указанные в этой главе, полезны и для основной практики на стадиях порождения и завершения.

154 В основной практике (см. Введение) мы часто представляем себя в форме божества. Здесь мы сначала считаем себя ординарными и нечистыми существами, но благодаря практике мы становимся чистыми. Стало быть, вначале мы представляем своё тело в обычной форме.

155 *ston pa* – это обычный эпитет для Будды, букв. «показыватель», который указывает на то, что Будда был первым в этой кальпе и в этом мире, кто учил Дхарме. Ваджрасаттва – первый учитель многих традиций Ваджраяны в той же мере, в какой Будда Шакьямуни был зачинателем колесницы Причинных характеристик.

156 Здесь ваджра и колокольчик символизируют искусные средства и мудрость.

157 Более короткое из двух ожерелий доходит до груди, более длинное – до середины живота.

158 Женская фигура символизирует мудрость, а мужская фигура – искусные средства; на другом уровне женская фигура символизирует пустоту, а мужская – видимости; или также они могут символизировать абсолютное пространство и изначальную мудрость. Их слияние символизирует тот факт, что в состоянии Прозрения все эти противоположности воспринимаются как нераздельные.

159 Это не видимые каналы, а тончайшие протоки, по которым двигаются тончайшие энергетические токи тела. Значение этих каналов становится ясным, когда делаешь в основной практике йогические упражнения на этапе завершения.

160 Тиб. *mi slob zung 'jug*, букв. состояние «единения за пределами ученичества»; «единение» относится к единению рупакаи и дхармакаи. Из пяти путей бодхисаттвы путь за пределами ученичества является пятым и обозначает состояние полной буддовости.

161 Эти пять цветов представляют пять семейств Будды, каждый из них представляет определённый аспект мудрости.

162 Здесь слова *dag* и *ma dag* могут также интерпретироваться в связи с правильным или неправильным чтением слогов мантры. Но, в связи с тем объяснением, которое приводится в следующем абзаце, они были переведены как «чистота» и «нечистота».

163 Табак загрязняет тончайшие каналы и энергию, которая в них циркулирует, и, следовательно, наносит сознанию глубокие раны.

164 Слова из раздела подношений в составе садханы, которые повторяются после чтения мантры и перед заключительной частью практики.

165 Это сравнение является указанием на то, что использование таких подношений кармически очень опасно и может привести к перерождению в аду.

166 Когда получаешь посвящение, сила практики должна поддерживаться ежедневными, хотя бы короткими, тренировками. Здесь ламы практикуются во время церемонии, а не в свободное время.

167 «Выпить из твоего сердца кровь» означает разрушить твою жизненную силу. Тайная мантраяна приводит нас к непосредственному контакту с нашей истинной природой и нашими основными энергиями. Если мы выполняем обязательства завета, это позволяет нам быстро продвигаться вперёд. Но, если мы не храним свои обеты, мы порождаем мощную саморазрушительную силу, именуемую «ваджрное чудовище». являющееся противоположностью божеств мудрости.

168 Совершить «полное коренное нарушение» значит сознательно нарушить свои основные обеты монашеской дисциплины в ситуации, когда была возможность поступить иначе.

169 То есть такой, когда одна-единственная фигура воплощает все божества. Это полнее объясняется в главе, посвящённой гуру-йоге.

170 bsags sbyang gang sar dag kyang, букв, «даже когда накопление и очищение сами по себе чисты».

171 Нижеследующие указания порой носят весьма технический характер; их назначение – дополнить устные объяснения, которые обычно сопровождаются демонстрациями. Мы делаем подношения перед мандолой свершения, которая имеет то же назначение, что и статуя Будды. Она символизирует совершенную буддовость пяти Будд, представляющих пять мудростей. Поскольку мы стремимся осуществить эти пять мудростей, эта мандала называется мандалой осуществления, или свершения.

172 Обычно передняя сторона мандалы считается востоком, задняя сторона – западом и так далее. Если вы помещаете мандалу так, чтобы восток был с вашей стороны, тогда вы должны после завершения практики повернуть мандалу на сто восемьдесят градусов, чтобы оказаться в конце, когда вы читаете «я подношу эту мандалу», лицом к мандале свершения.

173 Сокровенная сущность Безбрежного простора (klong chen snying thig) одно из учений о Сокровенной сущности. Наиболее важными из них являются Сокровенная сущность дакини (mkha' 'gro snying thig) и Сокровенная сущность Вималамитры (bi ma snying thig), которые были переданы нам соответственно Еше Цогьял и Вималамитрой. Оба эти наставления и дальше передавались в рамках линии передачи.

174 «Железная ограда» – это кольцо, как правило металлическое, в которое

обычно помещают первый уровень подношений. Оно имитирует, в соответствии с представлением о космосе в Древней Индии, кольцо гор, окружающих мир. Затем второе кольцо используется для подношений восьми богиням, третье – для солнца и луны и т. д. Украшение для вершины мандалы, упомянутое ниже, – это просто украшение в форме драгоценности, которое помещается поверх всего. Эти аксессуары являются дополнительным украшением к подношению, которое, однако же, вполне полноценно и без них.

175 Основной пояснительный текст к этим предварительным упражнениям – это объяснение к предварительной практике Сокровенной сущности Безбрежного пространства, написанное Джигме Лингпой. Каждый элемент мандалы имеет несколько значений на разных уровнях – в зависимости от уровня практики.

176 Хотя это подношение является более простым, чем то, которое за ним следует, оно, тем не менее, представляет собой подношение идеальной вселенной, как её воспринимали в чистом видении высоко развитые существа, а не полный страданий мир – плод каждодневного восприятия ординарных, блуждающих в неведении существ.

177 mi mjed 'jig rten. В соответствии с объяснением ДКР, которое предполагает другое возможное написание (mi 'byed, неделимый), в этом мире эмоции столь сильны, что существа никогда от них не отстраняются.

178 bkod pa chen ro lnga. Имеются в виду пять земель Будд пяти семейств.

179 Как Миларепа, который жил в отдалённых местах в горах, где никто не мог принести ему еду, так что он питался одной крапивой.

180 В этом упрощённом подношении мандалы используются только семь кучек зерна, которые представляют гору Меру, четыре континента, солнце и луну.

181 Представлениям о субъекте, объекте, действии.

182 «Восходящий» и «нисходящий» можно употреблять, характеризуя различные периоды кальпы или меньшие отрезки времени. Например, нынешние времена являются периодом упадка по сравнению с временами Будды Шакьямуни.

183 Термин, используемый здесь для «тела», rlung ro, относится также к совокупностям, то есть взаимосвязанным психо-физическим компонентам, которые, как мы по неведению полагаем, являются нашим «я»?

184 Мать (женственность, мудрость, пустота) описывается как мать всех Будд, потому что тот, кто постигает пустоту, становится Буддой.

185 Резко произнесённый слог **Пхет** (обычно звучит как «пэй» или «пэт»), хотя существует много других вариантов) используется, чтобы вырваться из процесса концептуализации восприятия.

186 Название 'a thung', используемое в данном контексте вместо обычного 'a shad' (палочка А), – это просто вертикальная линия, утолщённая кверху, которая является частью тибетской буквы А. В этой практике она перевернута утолщением книзу, что напоминает форму огня. Во многих практиках «Хам» тоже переворачивается, хотя в данном тексте об этом не упоминается. (Подробнее об этом см.: Чже Цонкапа. Последовательное руководство к глубокому пути шести учений Наропы «Обладающее тройной надёжностью». СПб.: Нартанг, 2007. – *Прим. ред.*)

187 Безупречный (zag med) означает «не заражённый омрачениями».

188 В этой практике языки Будд и бодхисаттв принимают символическую форму полуваджры, что представляет неразрушимое тело мудрости (джнянадхармакаю). Они могут вытянуться в наполненные светом трубки, показывающие их готовность принимать подношения.

189 Букв. «долги за дворцы наверху и поля внизу», то есть наши долги хозяину за его защиту, когда мы были его арендаторами, и наши долги фермерам за урожай, когда они были нашими арендаторами.

190 Последние четыре относятся к духовным свершениям.

191 snyems, т. е. самообман или «надменность», используется в этой главе в специфическом значении веры в существование «я».

192 В соответствии с колесницей Причинных характеристик, четыре демона это: 1) демон совокупностей, phung ro'i bdud – относится к тому, что умирает (без этих пяти совокупностей не было бы основания или опоры для страданий в сансаре); 2) демон омрачений, nyon mongs pa'i bdud – относится к тому, что приводит смерть (эти омрачения, возникающие вследствие веры в «я», порождают негативные действия, негативные действия порождают карму, и именно вследствие кармы мы безнадежно обречены родиться и умирать); 3) демон – Повелитель смерти, 'chi bdag gi bdud, то есть сама смерть (это означает смерть как таковую, которая является неизбежным следствием рождения; в более глубоком плане – это естественная преходящность каждого момента, что по природе своей мучительно); 4) демон – сын богов, lha'i bu yi bdud – тот, что стоит на пути нашего продвижения к состоянию покоя за пределы смерти (практически, это относится к отвлечениям, мыслям, связанным с привязанностью к внешним предметам). В соответствии с колесницей Мантраяны, четыре демона это: 1) осязаемый демон – это внешние вещи и существа, которые наносят вред телу и сознанию; 2) неосязаемый демон – это привязанность, отвращение и заблуждение и 84000 видов омрачений, которые ведут к страданиям в сансаре; 3) демон эйфории – это та эйфория, которую испытываешь, когда думаешь, что твой учитель и то Учение, которое получил, и та практика, в которую

вовлечён, являются чем-то исключительным, а твои ваджра-братья и ваджра-сёстры превосходят других людей; в частности, это тот восторг, который тебя охватывает, когда в результате практики добиваешься малейшего знака «тепла» или успеха в практике; 4) демон самообмана, который лежит в основе трёх упомянутых, – вера в «я» и «моё»; вследствие этого самообмана мы воспринимаем пять совокупностей как «я», «моё»; если уничтожить этого демона, все другие внешние демоны сами по себе, без всякого на них воздействия, перестают существовать.

193 «Почитаемая Мать» – Мачик Лабдрон, чьи слова приводятся в этом высказывании.

194 Обычно это делается символически, одним четверостишием.

195 В буддийской философии пустота устанавливается на основе логического рассуждения. Это не просто интеллектуальное конструирование, но духовная практика, в которой понятия используются, чтобы вырваться за пределы понятий.

196 *dre'i ye shes*. В ануйоге, например, работая с тонкими каналами и энергиями, переживаешь блаженство-пустоту, что даёт почувствовать вкус подлинной перводанной мудрости, которая всегда пребывает в нас, но мы не в состоянии её распознать. Это походит на изображение слона, которое даёт нам возможность узнать настоящего слона. В Великом Совершенстве природа ума, истинная перводанная мудрость вводится непосредственно.

197 «В каком плане следует считать его Буддой? Согласно Малой колеснице, нет необходимости считать своего учителя особым существом или пратьекабуддой. Достаточно считать его ординарным существом, с некоторыми высокими качествами. На пути бодхисаттвы достаточно считать его существом, достигшим одного из высших уровней, как то: быть воплощением Будды в нирманакае или бодхисаттвой, вступившим, по крайней мере, на путь накопления (*tshogs lam chen po*). В традиции Великого Совершенства не подобает считать своего учителя лишь ординарным, хотя и знающим человеком, таким как архат или бодхисаттва одного из высших уровней, или же воплощением Будды в нирманакае или даже в самбхогакае. Его следует считать дхармакаей. Тот, кто способен молиться ему постоянно и с беспримерной верой, может пробудить в себе мудрость внутреннего постижения, не обращаясь к другим путям». (Прим.)

198 Это подробно объясняется в Прим. следующим образом: «У того, кто питает к своему учителю такую преданность, что видит в нём Будду, пробудится мудрость постижения, даже если он не будет практиковаться на стадиях порождения и завершения». Это мнение разделяет также Новая школа, несмотря на то, что в махайоге и ануйоге этапы

порождения и завершения являются аспектами основной практики. Если нет конфликтов со своим учителем и духовными братьями и ты практикуешься, считая, что учитель являет сущность всех божеств, тогда свершения недалеки, и благословения приходят быстро.

199 sgyu ma ngal gso – третье сочинение в Трилогии покоя Лонгченпы (тиб.: ngal gso skor gsum). Лонгченпа сам объясняет, что заглавие следует понимать не только – как «обрести покой от иллюзии», но также – как «обрести покой в иллюзии», причём иллюзия в последнем случае понимается как отсылка к тому воззрению, что всё сущее – это иллюзорная игра явлений, не имеющих самобытийного существования.

200 Полное приятие природы мудрости, воплощением которой является учитель, открывает возможность установить прямую связь с этой мудростью. Не пройдя через процесс приятия, не ощутив полного доверия, невозможно отринуть цепляние за эго. Этот принцип применим ко всем этапам пути, он становится значительно более императивным и отчётливо выраженным в гуру-йоге. Эффективность любого пути зависит от того, в какой степени мы следуем этим указаниям.

201 Под слиянием явлений и сознания (snang sems 'dres pa) подразумевается постижение того, что все явления порождаются творчеством сознания, но подлинная природа сознания – пустота. Это приводит к восприятию всего как лежащего за пределами дуализма субъект-объект и характеризуется как полностью «обнажённое» и беспрепятственно «проникающее». (ДКР)

202 Это явление известно как радужное тело ('ja lus) и является результатом практики первозданной чистоты (ka dag), что объясняется в разделе Сознание (sems sde) учения о Великом Совершенстве.

203 То, что представляешь себя в облике богини, помогает выйти за ограниченные пределы привычных представлений об учителе и также о себе самом. В Прим. говорится: «Если представляешь себя в обычной форме, то это препятствует получению благословений». Кроме того, когда представляешь себя в женской форме в сочетании с мужской формой Гуру Ринпоче, то сочетаются два аспекта мудрости и искусных средств; а думая, что обладаешь природой Еше Цогьял, ближайшей ученицы Гуру Ринпоче, создаёшь rten 'brel (взаимозависимую связь или благоприятное связующее звено) с уникальным характером их связи «учитель-ученик».

204 Олень – символ миролюбия, отсутствия агрессивности. Обычно Авалокитешвару изображают с накинутой на плечи оленьей шкурой. Поля этой шапки отделаны по краю кожей молодого оленя. См. Глоссарий.

205 Мощная и интенсивная энергия этих мест провоцирует сильные реакции, и это позволяет практикующему встретиться лицом к лицу со своими страхами.

206 Эмахо! – восклицание, выражающее удивление и восхищение. «Что же кажется поразительным? Чистота и бесконечность явлений». (Прим.)

207 Полная Семистрочная молитва:

ХУМ! На северо-западе, в Уддияне,
Ты в сердце лотоса рождён,
Волшебными сиддхи наделён,
Лотосорождённым наречён;
Окружённый множеством дакини,
Иду я вслед твоим путём.
Молю, приди, благослови,
ГУРУ НЕМА СИДДХИ ХУМ.

Это завет, знаменитая молитва, какой призывают Падмасамбхаву. Говорят, что в первый раз её пропели дакини в ту минуту, когда он появился на этом свете. Молитва эта имеет различные уровни и заключает в себе весь путь.

208 Для того, чтобы не оставалось чувства, что мы просто искусственно создаём визуализацию, мы приглашаем из чистой земли Будды, с Медной горы «реального» Падмасамбхаву и его свиту. Эти божества мудрости (ye shes sems dra'; санскр.: jnanasattva) растворяются в божествах завета (dam tshig sems dra, samayasattva), которых мы представили себе раньше, и их благословляют.

То же самое происходит с дворцом и всем остальным в чистой земле (в этом случае как божества, так и их окружение включены в термин dam tshig pa). Как мы видели, Падмасамбхава присутствует всё время. Эта техника позволяет развить доверие к тому, что вы переживаете.

209 «Сокровенным» это является потому, что Ваджра-мастер обладает потаённой способностью увеличивать заслуги от действий. См. поле заслуг в Глоссарии.

210 Обычно, когда идёт счёт простираний, принято полностью вытягиваться на полу.

211 Бурдюк, который используют для транспортировки масла, уже пропитан этим маслом; так что, когда он затвердевает, добавление масла не помогает. Точно то же происходит и с теми практикующими, которые интеллектуально знают наставления, но стали нечувствительны к ним и думают, что уже слыша ли все наставления раньше; новые наставления их не затронут, но лишь сделают ещё более заносчивыми и нечувствительными.

212 Букв, «золотое основание вселенной» – соответствует основанию вселенной в традиционной индийской космологии. ДКР предполагает, что в терминах современной космологии это, возможно, соответствует недрам земли.

213 «Подношение должно служить противоводием от привязанности и жадности». (Прим.)

214 «Признание негативных действий – противоводие против отвращения». (Прим.)

215 «Те, которые ведут к Освобождению», относятся к благим действиям, которые совершаются с применением трёх высших методов. Другие позитивные действия ведут лишь к лучшим перерождениям.

216 Некоторые уточнения из Прим.: «Все заслуги, исходящие из абсолютной истины, не загрязнены (zag med); все, исходящие из относительной истины, загрязнены (zag bcas). Все те, что достигаются на путях накопления и порождения, загрязнены; те, что достигаются на путях видения и медитации, не загрязнены. Всякое накопление заслуг загрязнено; всякое накопление мудрости не загрязнено».

217 «Противодие против неведения». (Прим.)

218 В Прим. объясняется, что это противоводие против ложных воззрений, и добавляется, что молиться о долгой жизни своего учителя и своих ваджрных братьев и сестёр – очень глубокая практика, которая устраняет препятствия, угрожающие и собственной жизни. «Перейти в нирвану» в этом контексте от носится к Буддам или бодхисаттвам, которые завершают свою деятельность в нашем мире. Мы умоляем их остаться и продолжать свою деятельность ради блага существ, как поступил в своё время мирянин Чунда в случае с Буддой Шакьямуни.

219 «Противодие против сомнения». (Прим.) Если не посвятить совершённые позитивные действия, то неизвестно, какой эффект они будут иметь.

220 Если совершаешь, к примеру, акт благотворительности, но не направляешь свои намерения, посвящая этот акт, читая молитвы посвящения, – это действие остаётся «ненаправленным» (lung ma bstan). В таком случае неизвестно, какое благо может из него проистекать. Однако, если задумываешь желание: «Пусть, пока я практикую Дхарму, никогда не переводится всё, что необходимо для жизни», – то действию приписывается точное направление, что ведёт к желаемой цели.

221 Можно также посвящать результат положительного действия какому-либо конкретному человеку. Однако для того, чтобы этот акт был поистине эффективен, следует посвящать его всем существам (включая данного человека).

222 В момент зачатия; после слияния элементов отца и матери образуется чакра манифестации (это та чакра, которая, когда тело уже сформировано, расположена в области пупа). От неё отходят три основных канала, которые потом подразделяются на тысячи других. См. в Глоссарии «канал» и «чакра».

223 shes bya bum 'jug, одно из наставлений относительно техники йогического сна в учении о Великом Совершенстве.

224 На этом уровне принимать восприятия как путь означает испытывать их, сознавая, что ни сознание, которое их воспринимает, ни воспринимаемые явления не имеют самосущего бытия. Шесть восприятий и их объекты становятся неуловимыми, как само пространство. Тогда они больше не порождают привязанность и, стало быть, страдание.

225 Посвящения содействуют Освобождению благодаря тому, что ведут сознание к созреванию.

226 Посвящение в основу состоит в следующем: постижение природы сознания, то есть нашей природы Будды, – это «посвящение» в нирвану; непонимание этого – «посвящение» в сансару. Посвящение на уровне пути состоит в следующих трёх элементах:

1) Посвящение в основу: истинный духовный учитель вводит нас в мандалу божества. В этот момент, в лучшем случае, мы постигаем воззрение абсолютного посвящения; в среднем варианте, мы испытываем блаженство, ясность и отсутствие мыслей; по меньшей мере, должно появиться ощущение неколебимой уверенности, что наши тело, речь и сознание – это три ваджры. Такого рода посвящение послужит опорой на пути Ваджраяны. Однако, если просить и получать посвящения снова и снова, пока голова не станет плоской (от всех ритуальных предметов, которые на неё ставят), при том, что сознание не прогрессирует ни на йоту, это не принесёт пользы.

2) Посвящение на уровне пути. Как только мы получаем посвящение в основу, все другие посвящения – получаем ли мы их от кого-нибудь или проводим их сами – это посвящения в путь Ваджраяны, назначение которых исправлять и очищать.

3) Посвящение уровня плода (результата) – это «посвящение великого луча света», который по нераздельности основания и ясного света и в силу мудрости абсолютного посвящения разрушает (в момент смерти) все омрачения привычных тенденций или тенденций трёх восприятий – ясности, роста и обретения (см. главу о переносе сознания). (См. Прим.) Посвящения очищают нас от привязанности к мирам желаний, формы и бесформности, совершенствуют в нас высокие качества трёх тел и ведут к созреванию в нас мудрости ясного света.

227 Тиб. spangs rtogs, букв, «отбрасывать и постигать». Это качества Будды: отброшенность всех омрачений и их тенденций и обретение двух видов знания: знания всего сущего и знания природы всего сущего.

228 Согласно учению Ваджраяны, когда Будда появился в мире, он уже был полностью просветлён, а его действия были лишь демонстрацией с целью учить других.

229 mdo dgongs 'dus, также известный как 'dus pa mdo. Хотя этот текст назван сутрой, на самом деле, это одна из четырёх коренных тантр ануйюги. Текст записал на расплавленном берилле ракшаса Матьяупаика.

230 Вы найдёте рассказ о Гарабе Дордже в следующем разделе. Несмотря на его индийское происхождение, мы сохранили его тибетское имя, потому что в тибетской традиции его имя на санскрите (Pramodavajra или Prahevajra) используется редко и, по всей вероятности, читателю больше знакомо его тибетское имя.

231 rgyud gsang ba'i snying po, санскр.: Guhyagarbha. Здесь упоминается как gpal gsang ba'i rgyud – «Славная Тайная тантра»!

232 Ваджрасаттва, rdo dje sems dra': rdo dje sems означает ваджра-сознание. Здесь Ваджрасаттву следует понимать в абсолютном смысле как изначальное сознание (rig pa), не подверженное разрушению.

233 rgyal thabs spyi lugs: посвящение без каких-либо ритуалов или видимых действий; это просто полная и моментальная передача просветлённого знания от сознания к сознанию; spyi lugs «переливание» относится к этому акту прямой передачи, а rgyal thabs («царственный метод») может быть понято как ссылка на буддовость или, метафорически, на то, что передаётся так же, как правитель передаёт свою власть наследнику.

234 yang sprul Манджушри «эманация эманации», ибо Гараб Дордже является эманацией Ваджрасаттвы, который, в свою очередь, является эманацией Самантабхадры.

235 В тексте существует вариантное чтение: ma brlsol, что значит «без усилий». Однако оба варианта означают «без фабрикации или каких-либо умствований». (ЗР)

236 byang sems rdo la gser zhun.

237 Нятри Ценпо был объявлен правителем в долине Ярлунг, одной из семи небольших провинций Центрального Тибета, вероятно, во втором или третьем веке до н. э. (в Ист. приводится 247 год до н. э.). Его род стал известен как династия Чогьял, которая постепенно завоевала контроль над большей частью страны.

238 Лхатотори Ньенцен (374-? н. э.) был двадцать восьмым правителем из династии Чогьял, и говорят, что описанное событие произошло в 433 году н. э. Эти даты приводятся в Слов, и в Ист. Дюджоме Ринпоче, где утверждается, что возможен и другой

вариант этой истории, согласно которому сутра и другие названные священные объекты были принесены в Тибет индийскими пандитами, посетившими страну.

239 mdo sde za ma tog bkod pa (санскр.: Agyakarandavyuha sutra) – священное писание об Авалокитешваре, которое включено в Мани Кабум Сонгцена Гампо.

240 dpang skong phyag brgya pa'i mdo, санскр.: Saksipuranasudrakanama sutra.

241 gtsug lag khang или центральный храм Лхасы Раса Трулнанг, сегодня известный как Джокханг, мог быть построен только после строительства четырёх храмов Тхадул (mtha' 'dul) или «Умиротворителей границ» и четырёх храмов Янгдул или «Умиротворителей внешних границ», а также других храмов в геомантически важных точках на территории Тибета и вдоль его границ. Подробнее об этом см. Hist. Vol. 1. P. 510 и Прим.

242 Принцесса Вен-Ченг Кунг-чу (Конжо, как её называли тибетцы) была дочерью императора династии Тан Тайтсунга. Она привезла с собой статую, изображавшую Будду Шакьямуни в двенадцать лет. Её подарил китайскому императору буддийский правитель Бенгала. В 641 году специально для этой статуи был построен храм Рамоче, но потом её перевезли в Раса Трулнанг (Джокханг), где она – знаменитый Джово Ринпоче – находится и по сей день. Жена правителя Трицун была дочерью непальского правителя Амшувармана, Статуя, изображающая Будду Шакьямуни в восьмилетнем возрасте, которую она привезла, находится сейчас в храме Рамоче.

243 Согласно легенде, эта скульптура, которую и сейчас ещё можно увидеть в Потале в Лхасе, была сделана из ствола того сандалового дерева, в котором эти пять изображений были найдены.

244 sa 'dul: ритуал очищения места и покорения сил земли перед постройкой здания.

245 То есть был способен действовать в любой ситуации с позиции высшего воззрения.

246 Кхецун Сангпо Ринпоче приводит следующие даты строительства Самье: в 797 году Кхенпо Шантаракшита освятил землю. В 798 году он закладывает фундамент. В 802 году Гуру Ринпоче покидает Индию и прибывает в Самье в 809. В 810 году он вновь освящает землю и в 811 году вновь закладывает каменный фундамент. В 814 году строительство Самье завершено. Те же даты приводятся в Ист., однако с примечанием, что, возможно, одним 60-летним циклом было меньше, иными словами, эти даты должны быть на 60 лет меньше.

247 Три составляющих учения о Великом Совершенстве (shan 'byed, la bzla ba, rang grol).

248 Небольшие свитки с написанными на них символами, из которых открыватели сокровищ извлекают целое учение или цикл учений. См.: Tulku Thondrup. *The Hidden Teachings of Tibet*. London, 1986.

249 Все эти учителя жили задолго до Джигме Лингпы. Он встретился с ними и получил подробные наставления от них в видениях. Он знаменит тем, что приобрёл свои обширные знания именно таким путём, ибо не получил почти никакого образования.

250 Первая строка этого речения (mgo ma tshos gong lce snyabs) может быть понята как буквальная ссылка на то, что не следует пробовать голову до того, как она сварится (кочевники на севере Кхама обычно варят головы яков и коров). Но это также может быть понята как поспешное выражение своего мнения, согласия и прочего раньше, чем разберёшься, в чём дело («голова сварилась» подчас используется как метафора для «понять, разобраться»). Таким образом, другой возможный перевод этой строки мог бы быть «выражают своё мнение, не разобравшись, в чём дело?»

251 Высший перенос осуществляется великими бодхисаттвами, которые созерцают высшую реальность (chos nyid kyī bden pa) на пути Видения и уже в этой жизни обрели видение неизменяемой реальности как она есть (gnas lugs) и хранят его непрерывно, днём и ночью. Они практикуют перенос сознания, следуя либо основным указаниям переноса из тела (grong 'pho) или переноса в другое тело (grong 'jug) в практике trekcho, либо же указаниям о «вступлении в ясный свет» в практике thogal.

«Далее идут те существа без нарушения заветов: они овладели своим вниманием, но могут контролировать его лишь в дневное время, но не ночью. Когда они умирают и проходят процесс распада и явления «ясности», «возрастания» и «обретения», появляется ясный свет абсолютного тела в момент смерти. Это «материнский» ясный свет, момент основы. Их ведёт «сыновний» ясный свет, который они испытывали в этой жизни. Когда «материнский» и «сыновний» ясный свет встречаются, практикующие освобождаются в чистоте изначальной основы».

«Существуют и другие, кто начал испытывать в ходе практики тхогал «возрастание испытываемого и являющегося». В момент смерти, когда появляется ясный свет смерти, они не узнают его, ибо не достигли этого уровня постижения; и потому они не в состоянии обрести Освобождение. Но, когда наступает промежуточное состояние высшей реальности (chos nyid bar do), они распознают эту высшую реальность, остаются в единении с ней и, таким образом, получают Освобождение в этом «спонтанном проявлении».

Как освобождение на высшем уровне в этой жизни, так и среднее освобождение в промежуточном состоянии считаются высшим переносом сознания с помощью печати дхармакаи». (Прим.) (См. также прим. 257).

252 «Средний перенос практикуется теми, у кого только что открылась мудрость этапа завершения. Достигнув одного из четырёх ясных этапов на пути Соединения, они открывают для себя свойственную этому пути мудрость и обретают способность входить в иллюзорное тело или выходить из него. Или же они были введены в чистое проявление (rtsal snang) нерасторжимого единства аспектов порождения и завершения йидама и свыклись с этим. В момент смерти, как в момент распада на этапе порождения, они растворяют иллюзорное тело в ясном свете. Если в жизни они испытали ясный свет по образцу (dpe'i 'od gsal), они распознают абсолютный ясный свет промежуточного состояния и вследствие этого явятся в теле йидама, что является великой печатью единения, которое не пошло дальше учения (slob pa'i zung 'jug phyag rgya chen po)». (Прим.)

zung 'jug ye shes kyi sku (санскр.: Yuganadhha-Jnanakaya), «тело мудрости единения» – это единство рупакаи и дхармакаи или, иными словами, нерасторжимость кажимостей и пустоты, или же этапов порождения и завершения. «Единение» (zung 'jug) указывает на осознание того факта, что эти два аспекта природы действительности не две различные вещи, как два рога быка, но совершенно нерасторжимы.

253 Этот перенос практикуется теми новичками на пути накопления, которые получили посвящение, соблюдали заветы и имеют хорошее понимание воззрения и кто использует этап порождения как путь, но ещё не достиг в этом совершенства. Хотя они не могут быть освобождены в ясном свете момента смерти или в промежуточном состоянии высшей реальности, они могут закрыть путь в нежелательное лоно и выбрать благоприятное перерождение. Их сострадание и бодхичитта переносят их в чистую землю, либо они перерождаются у родителей, практикующих Дхарму. Они будут освобождены в следующей жизни.

254 Ординарный перенос практикуется теми, кого отличает лишь преданность Дхарме и кому не явился на пути какой-либо знак, возвещавший об Освобождении.

255 Момент, когда дыхание остановилось, а сердце ещё продолжает биться.

256 Это случай, когда не владеешь ни необходимым умением, ни силой мудрости. Другое возможное объяснение состоит в том, что это неподобающий способ помогать покойному.

257 mkha' spyod gnas su khrid par byed. Это не следует воспринимать слишком буквально. «На самом деле, нет ничего и никого, что/кто ведёт или что/кого ведут. Это просто встреча «материнской» и «сыновней» светозарности». (ДКР)

258 Внутренние элементы (kham), составляющие тело, можно разбить на четыре (иногда пять) групп: 1) плоть, 2) кровь, 3) теплота и 4) дыхание или энергия (rlung) и (в некоторых медицинских трактатах, но не здесь) 5) полости. Они соответствуют четырём (или пяти) внешним элементам: 1) земля, 2) вода, 3) огонь и 4) воздух или ветер (также rlung) [и часто 5) пространство]. Как внутренние, так и внешние элементы легче всего понимать как свойства или состояния (твёрдость, текучесть, температура, движение и способность) как во внешнем мире, так и когда речь идёт о составляющих тела. Описанные переживания имеют место, когда эти свойства в их специфической роли в качестве компонентов утрачиваются и вновь вливаются или «растворяются» в своём более широком, обобщённом контексте.

259 «В момент «ясности» сознание пяти «дверей» (пяти чувств) (sgo lnga'i shes pa) растворяется в ментальном сознании (yid shes). В момент «возрастания» ментальное сознание растворяется в эмоциональном сознании (nyon yid).

В момент «обретения» эмоциональное сознание растворяется в базовом сознании (kun gzhi). Когда возвращается сознание (момент, известный как преддверие), базовое сознание растворяется в ясном свете». (Прим.)

В этот момент имеет место прямой опыт ясного света основания. Для того, кто был введён в природу этого основания как в дхармакаю и утвердился в её узнавании, этот момент представляет возможность обрести немедленное Просветление: это встреча материнского ясного света и сыновнего ясного света. Для большинства людей этот момент проходит незамеченным.

260 Это те, у кого нет ни безупречной стабильности в практике, ни неколебимого доверия к истинному воззрению, что необходимо для осуществления описанных выше типов переноса сознания.

261 В этом тексте для выражения «обычное тело» вместо термина tha mal lus, который часто используется в инструкциях для медитации, употреблён gzhi lus, букв. «основное» или «фундаментальное» тело. Практически, второй термин имеет то же самое значение (наше ординарное, привычное тело), однако с тем подтекстом, что наше тело также является иллюзорным. Это «иллюзорное тело промежуточного состояния» (bar do'i sgyu lus) – основа всех иллюзий, испытываемых нами в этой жизни, которая является промежуточным состоянием (skye gnas bar do) не в меньшей степени, чем промежуточное

состояние становления (srid pa'i bar do). (ПВР) (См. Глоссарий: Промежуточное состояние)

262 «Что мы называем «сознание» (sems) и что мы называем «энергия» (rlung)». Аспект движения – это энергия, а аспект знания – это сознание, но, по существу, это одно и то же». (Прим.)

263 mkha spyod: обычно «небесная сфера». Но здесь имеется в виду «великая» небесная сфера (mkha spyod chen po) – особого рода чистая земля, которая манифестируется для блага существ. «Малая» небесная сфера (mkha spyod chung ngu) может относиться к любой небесной сфере богов. (Но также см. прим. 257)

264 gnam chos. Намчо или Небесные доктрины – тринадцатитомное собрание наставлений, полученных в видениях открывателем сокровищ Мингьюром Дордже, который родился в 1645 году и умер в 1668-м в возрасте двадцати трёх лет. Линия передачи Намчо – одно из основных направлений практики в монастырях школы Ньингма Пал-юл и Катхок в Восточном Тибете.

265 Эти препятствия возникают в основном из-за того, что во время практики не соблюдается корректная техника произнесения «хик». «Звук «хик» укорачивает жизнь. Когда им пользуешься, следует поднять вверх [нижний] воздух до [уровня] ниже пупа, распластать воздух верхней части тела и резко закатить глаза. Если возникнут препятствия, сдавите вниз верхний воздух, освободите нижний воздух и распластайте воздух в области пупа, сделайте повторение трёх ваджр (**Ом Ах Хум**) в ритме «вдох-пауза-выдох», сконцентрируйте сознание на ступнях ног и смотрите вниз. Препятствия исчезнут». (Прим.)

266 «Как в «Высшей тантре» (rgyud bla ma; санскр.: Uttaratanttrasastra) и в других текстах». (ЗР)

267 «Абу» (также «Апо» или «Апхо») – неуважительная форма упоминания старого человека. Оргъен Джигме Чокьи Вангпо – это подлинное имя Патрула Ринпоче. Самоуничижение авторов в конце произведения – дело традиционное. Однако это производит особенно сильное впечатление, потому что исходит от Патрула Ринпоче, который такую же скромность выказывал всегда, в течение всей своей жизни.

Глоссарий.

А.

Абсолютное пространство /chos kyī dbyings; санскр.: dharmadhatu/ – см. прим. 4.

Абхидхарма /chos mngon pa/ – одна из трёх питак (букв, корзины). Является основой буддийской психологии и логики.

Авалокитешвара /sryan gas gzigs/ – Ченрези, один из восьми великих ближайших сыновей, сущность речи всех Будд, воплощение их сострадания.

Ад /dmuyl ba; санскр.: paraka/ – одна из шести сфер существования, где существа испытывают невыразимые страдания. В аду, как правило, испытываешь следствия предыдущих действий, но не создаёшь новые для них причины.

Адхичитта /sems lhag can/ – предыдущее воплощение Гараба Дордже (в небесных сферах).

Акаништха /'og min, букв, 'ничего над этим'/ – самая возвышенная из чистых земель. Так именуются шесть различных мест, начиная с восьмого рая богов четвёртой Дхьяны, и вплоть до абсолютной Акаништхи – чистой сферы за пределами всего воспринимаемого.

Акшобхья /mi bskyod pa/ – Будда – глава семейства ваджры. См. пять семейств.

Алмазный – несокрушимый, имеющий свойства ваджры.

Амброзия /bdud rtsi; санскр.: amṛta; букв, 'бессмертный'/ – нектар /rtsi/, побеждающий демона /bdud/ смерти; символ мудрости.

Амитабха /'od drag med; букв, 'бесконечный свет'/ – Будда – глава семейства лотоса. См. пять семейств.

Амитаюс /tshe drag med/ – Будда долголетия.

Амогхасиддхи /don yod grub pa; букв, 'тот, кто свершил всё значимое'/ – Будда – глава семейства действия. См. пять семейств.

Ананда /kun dga ' bo/ – двоюродный брат Будды, прислуживавший ему. Сыграл важную роль в сохранении Учения после того, как Будда покинул этот мир, ибо сумел запомнить все устные наставления Будды.

Анандагарбха /bde mchog snying po/ – другое имя Адхичитты.

Ангулимала /sor mo phreng ba/ – один из учеников Будды, буквально имя которого означает 'Тирлянда из пальцев'. Ангулимале были даны ложные наставления о том, что он может освободиться, если убьёт тысячу человек и соберёт по пальцу от каждого из них, и

он уже убил девятьсот девяносто девять человек и собирался дойти до тысячи, убив свою мать, когда встретил Будду и решил убить его вместо матери. Вследствие могущества Будды, он не смог даже напасть на него. Потом Будда с ним побеседовал, обратил его сознание к Дхарме, и впоследствии тот даже достиг уровня архата.

Ануйога – по классификации школы Ньингма, вторая из трёх внутренних йог и восьмая из девяти колесниц. В этой йоге главное внимание уделяется этапу завершения, в особенности медитации на тончайших каналах и энергиях.

Арура и кьюрура /Terminalia chebula и Emblica officinalis/ – лекарственные растения. Арура является атрибутом Будды медицины.

Архат /dgra bcom pa; букв. 'тот, кто одолел врагов' (отрицательные эмоции)/. Достичь уровня архата – конечная цель Шравакаяны. Это своего рода нирвана, за пределами перерождения, однако не завершённая достижением полной буддовости.

Арьядева /'phags pa lha/ (II век) – самый знаменитый ученик Нагарджуны, чьё учение он комментировал в ряде трактатов по философии Срединного пути. См. Срединный путь (Мадхьямака).

Асанга /thogs med/ (IV век) – один из шести украшений, основатель школы йогачара и автор многих значительных шастр, среди которых особое место занимают те пять, наставления к которым он получил от Майтреи.

Асуры /lha ma yin; санскр.: asura/ – один из шести типов существ, основной эмоцией которых является зависть. Асуры – санскритское слово, которое иногда переводится как «полубоги»; однако в тибетском языке этот термин переведён буквально «не-боги», и асуры определяются как враги богов.

Атийога – по классификации школы Ньингма, высшая из трёх внутренних йог, вершина девяти колесниц. См. Великое Совершенство.

Атиша (982-1054), также известен как Дипамкара и Джово Атиша /jo bo a ti sha/. Этот великий индийский учитель и учёный, один из главных наставников в монастырском университете Викрамашила, был строгим блюстителем монастырских правил. Он получил наставления о бодхичитте от многих знаменитых учителей и, в особенности, от Дхармакирти (из Суварнадвипы), у которого он занимался в Индонезии. Последние десять лет своей жизни он провёл в Тибете, где преподавал и участвовал в переводе буддийских текстов. Его ученики основали школу Кадам – первую школу Новой традиции.

Ачала /mi bskyod ba/ – Недвижимый.

Б.

Базовое сознание /kun gzhi – сокращение от Kun gzhi nam par shes pa; санскр.: alaya/ – «подспудный» слой сознания, в котором хранятся привычные склонности. Это основа всех других видов сознания, в частности семи видов сознания.

Безграничная Устремлённость /mos pa mtha' yas/, Будда Безграничной Устремлённости – имя последнего из тысячи Будд, которые явятся в течение этой Благой кальпы.

Безмыслие (отсутствие мыслей) /mi rtog pa'i nyams/ – одно из трёх медитативных переживаний; состояние покоя, при котором мысли отсутствуют. См. переживания (медитативные).

Бесконфликтная /'thab bral/. название одной из небесных обителей. – *Прим. ред.*

Бессущность /bdag med; санскр.: anatmya, nairatmya/ – отсутствие у существ /gang bzag gi bdag med/ и явлений /chos kyi bdag med/ независимого, самосущего бытия.

Бесценный сосуд /gter chen po'i bum pa/ – один из восьми знаков, предвещающих благое. Соотносится с горлом Будды и символизирует учение, исполняющее все желания.

Бинду /thig le; санскр.: bindu/– букв, означает 'круг', 'точка', 'сфера', 'капля', но имеет также целую гамму других, более абстрактных, значений. В главе о переносе сознания это санскритское слово использовалось, чтобы подчеркнуть множественность уровней значения. В других контекстах это слово переводится как 'сущность'.

Благая кальпа /bskal pa bzang po; санскр.: bhadrakalpa/ – нынешняя кальпа; именуется «благой», потому что в этот период в мир явятся, в общей сложности, тысяча Будд.

Благое действие /dge ba; санскр.: kuaala/ – «то, что создаёт счастье». АП: благой, добродетельный поступок.

Блаженство /bde nyams/ – одно из трёх возможных переживаний при медитации. См. переживание.

Блаженство-и-пустота /bde stong/ – реализация изначальной мудрости, пустотный аспект которой соединён с блаженством, – это переживание, в котором уже нет разделения на объект и субъект.

Боги /lha/ – один из шести типов существ. Обычно боги одержимы гордыней. См. также божество.

Боги без восприятий /'du shes med pa'i lha/ – боги в сфере не-форм.

Боги и демоны /lha 'dre/ – относится ко всем духам вообще, как благотворным (lha), так и вредоносным ('dre).

Бодх-Гая /rdo rje ldan/. Бодх-Гаю тибетцы обычно называют Ваджрасаной, имея в виду то место, где сидел Будда, когда обрёл Просветление. Это место считается центром мира.

Бодхисаттва /byang chub sems dra'/: 1) существо, имеющее намерение привести всех существ к Просветлению, и идёт по пути бодхисаттв; 2) арья бодхисаттва – тот, кто уже достиг хотя бы первого из десяти уровней бодхисаттвы.

Бодхичитта /byang chub kyī sems, букв. 'сознание Просветления'/ . На относительном уровне – это желание достичь буддовости во имя блага всех существ, а также практика любви, сострадания, шести совершенств и всего другого, что необходимо для достижения этой цели. На абсолютном уровне – это непосредственное прозрение природы всех явлений.

Б. абсолютная. «Абсолютная бодхичитта – это мудрость, в которой растворились движения мысли». (Прим.)

Б. вовлечённости. В Прим. говорится, что «бодхичитта вовлечённости – это желание практиковать шесть запредельных совершенств, которые являются причиной или средством для обретения Плода».

Б. относительная. «Относительная бодхичитта порождается при поддержке наших мыслей». (Прим.)

Бодхнатх /bya rung kha shor/ – одна из двух великих ступ в долине Катманду. История её строительства, связанная с приходом буддизма в Тибет, описана в Истории ступы Джарунг Хашор – терма, открытой Шакья Зангпо.

Божество /lha; санскр.: deva/ – обозначает Будду или божество мудрости, а также божество изобилия или одного из защитников Дхармы. См. также боги.

Б. изобилия /nor lha/ – божество, которое стремятся умиловить, чтобы увеличить своё благосостояние.

Большие и меньшие приметы (знаки) /mtshan dang dpe byad/ – тридцать две большие приметы /mtshan; санскр.: mahapurusa laksana/ и восемьдесят меньших /dpe byad; санскр.: anuvyañjana/, которые отмечают Будду.

Бонпо, бонец /bon po/ – последователь бон, религии, которая господствовала в Тибете ещё до прихода буддизма.

Брахма /tshangs pa/. В буддизме Брахма считается не бессмертным богом, а правителем богов, подвластным, как и всё, закону кармы. Брахманические ритуалы. Так называли индийские ритуалы, которые совершаются не ради достижения Просветления во имя блага всех существ. Хотя эти ритуалы и являются религиозными, они, тем не менее, не ведут к конечному освобождению.

Брахманы /bram ze/ – одна из варн (социальных слоёв) в древнеиндийском обществе, варна священнослужителей.

Будда /sangs rgyas/ – «тот, кто развеял /sangs/ мрак двух завес и постиг (развил в себе) /rgyas/ два вида всеведения: знание о природе явлений и знание о многообразии явлений». (Слов.)

Бхагаван /bcom ldan 'das/ – эпитет Будды: тот, кто победил (bcom) четырёх демонов, обладает /ldan/ всеми качествами Просветления и вышел за пределы /'das/ сансары и нирваны.

Бхикшу /dge slong/ – санскритский термин, обозначающий монаха, принявшего все монашеские обеты.

Бхрикути /jo mo khro gnyer sap; букв, 'та, у которой лоб нахмурен в гневе'/ – грозная форма Тары, бодхисаттвы сострадания в женском облике.

Бывший-уже-правитель /sngon byung gi rgyal po/ – Будда во времена первой кальпы.

В.

Ваджра /rdo rje/ – символ неизменяемой и несокрушимой, всепронизывающей мудрости. Ваджра является ритуальным предметом, символизирующим сострадание, искусные средства, перводанное сознание. Обычно сочетается с колокольчиком /dril bu; санскр.: ghanta/– символом мудрости, пустоты. Ваджра и колокольчик являются объектами завета (самайи), «священными объектами». Ср. изображение Ваджрасаттвы, который держит в правой руке ваджру, а в левой – колокольчик.

В. Радости /dgyes pa rdo rje/,

В. Смеха /bzhad pa rdo rje/ – имена

Гараба Дордже.

Четыре в. «Четыре ваджры: очищенные тончайшие каналы составляют тело ваджры или нирманакаю; очищенные энергии – это речь ваджры или самбхогакая; очищенное сознание – это сознание ваджры или дхармакая; очищенная природа этих трёх – это нераздельность ваджры или свабхавикакая». (Прим.)

Ваджра-мастер /rdo rje slob dpon; санскр.: vajracarya/ – «духовный учитель, посвящающий в мандалу Тайной мантраяны и дающий наставления, которые ведут к Освобождению». (Слов.)

В. из Уддияны – одно из имён Падмасамбхавы.

Ваджра-песня /rdo rje mgu/ – песня, выражающая внутреннее переживание йога, постигшего незыблемую (vajra) высшую природу вещей.

Ваджрадхара /rdo rje 'chang/ означает «Держатель ваджры». В Новой традиции он – источник всех тантр. В Старой традиции Ваджрадхара являет принцип учителя – просветлённого хранителя учения Ваджраяны. Учитель держит ключ от нашей нерушимой природы. Это выражение нередко используется, когда хотят в высшей степени уважительно сослаться на какого-либо великого учителя.

Ваджрадхатвишвари /rdo rje dbyings 'phugs ma/ – супруга одного из Будд пяти семейств.

Ваджрайогини /rdo rje rnal 'byor ma/ – воплощение в самбхогакае Будды в женском обликий.

Ваджрапани /phyag na rdo rje/ – один из восьми великих ближайших сыновей.

Ваджрасаттва /rdo rje sems dra'/ – Будда, воплощающий сто семейств. Практика Ваджрасаттвы и чтение его мантры чрезвычайно эффективны для очищения неблагих действий. В традиции Великого Совершенства Ваджрасаттва представляет Будду в самбхогакае.

Ваджраяна /rdo rje theg pa/ – совокупность всех основанных на тантрах наставлений и аспектов практики, которые позволяют быстро продвигаться по пути к Прозрению во имя блага всех существ. Ваджраяна является ответвлением Великой колесницы. См. Тайная мантраяна, девять колесниц.

Ваджрные братья (сёстры) /rdo rje spun/ – ученики одного учителя или те, кто вместе получал учение Ваджраяны.

Ваджрный престол /rdo rje gdan; санскр.: vajrasana/ – место в Индии (современное название Бодх-Гаи), где все Будды этой кальпы обретают Прозрение.

Вайрочана 1) /ba'i go tsa na/ – выдающийся тибетский переводчик и один из семи первых тибетских монахов. Был одним из главных учеников Падмасамбхавы и Шри Симхи; 2) /gnam rag snang mdzad/ – глава семейства Будды. См. пять семейств.

Вайшакха /sa ga zla ba/ – четвёртый месяц тибетского лунного календаря. В этом месяце Будда и родился, и обрёл Просветление, и перешёл в нирвану.

Вайшравана /gnam thos sras/ – один из Четырёх великих властителей, охранитель севера и бог богатства. Его область – первая сфера богов в мире желаний.

Великая вселенная в миллиард миров (stong gsum; санскр.: trisahasra) – вселенная, состоящая из миллиарда миров, каждый со своей горой Меру, четырьмя

континентами, восемью субконтинентами и т. п. Соответствует сфере деятельности одного воплощения Будды.

Великая колесница /theg pa chen po; санскр.: mahayana/ – колесница бодхисатв. Эта колесница называется «Великой», потому что здесь ставится целью достижение полной буддовости во имя блага всех существ.

Великие внешние океаны /phyi'i rgya mtsho chen po/ – великие океаны, которые, в соответствии с древнеиндийской космологией, окружают гору Меру и четыре континента.

Великие полноводные озёра /rol pa'i mtsho chen/ – «семь озёр, окружающих гору Меру, в которых живут повелители наг». (Слов.)

Великий Всеведущий /kun mkhyen chen po/ – так часто именуют Лонгченпу.

Великое Совершенство /dzogs pa chen po/ – другое наименование атийоги, вершины девяти колесниц. Совершенство указывает на тот факт, что по своей природе сознание естественно содержит все качества трёх тел: его природа – пустота (дхармакая), его выражение – ясность (самбхогакая), его сострадание всеобъемлюще (нирманакая). Великое указывает на то, что это совершенство является естественным состоянием всех вещей. Учение о Великом Совершенстве подразделяется на три раздела: 'сознание' (sems sde), 'простор' /klong sde/ и 'сущностные наставления' /man ngag gi sde/. См. также Введение.

Великострадательный /thugs rje chen po/ – одно из имён Авалокитешвары (Ченрези), бодхисаттвы сострадания.

Вера (три и четыре типа) – см. прим. 11.

Ветер /rlung/ – 1) см. энергия; 2) в соответствии с тибетской медициной, одна из трёх «стихий» тела, нарушение равновесия между которыми является причиной различного рода заболеваний. См. также желчь и слизь.

Видимости /snang ba/ – см. восприятие.

Видьядхара /rig 'dzin; букв. 'хранитель знаний'/ – «тот, кто, пользуясь глубокими методами, хранит божеств, мантры и мудрость великого блаженства». (Слов.)

В школе Ньингма различаются четыре уровня видьядхар: 1) полностью созревший /rnam smin/, 2) контролирующий продолжительность жизни /tsho dbang/, 3) в. махамудры /phyang chen/ и 4) спонтанно просветлённый /lhun grub/ .

Викрамашила – один из самых знаменитых буддийских университетов в Индии. Был разрушен в XII веке.

Вималамитра /dri med bshes gnyen/ – один из наиболее образованных индийских буддистов. Пришёл в Тибет в IX веке, где широко преподавал и писал трактаты. Он перевёл с санскрита множество текстов.

Квинтэссенцией его наставлений является Vima Nyinthig, часть учения о сущности Великого Совершенства.

Ви'на – индийский струнный музыкальный инструмент.

Виная /'dul ba/ – одна из трёх питак /букв, 'корзин'/, в которой излагаются поучения о монастырских правилах поведения и этике вообще.

Випашьин /rnam par gzigs/ – первый из шести Будд, приходивших в мир в течение этой калпы до Будды Шакьямуни.

Вирупа – один из восьмидесяти четырёх индийских махасиддх. Являет собой важный источник наставлений традиции Сакья.

Властелин тайн /gsang ba'i bdag po/ – эпитет Ваджрапани.

Властелин смерти /'chi bdag/ – Яма.

Возвышенное существо /skyes bu dam pa/ – «святой, способный действовать в широком плане во имя блага других». (Слов.)

Воззрение /lta ba; санскр. drsti/ – 1) точка зрения, система взглядов; 2) истинное воззрение, подлинное знание о вещах как они есть.

Возлюбленный звёзд /skar ma la dga' ba/ – имя бодхисаттвы. Он пример того, кому бескорыстная устремлённость помогла скопить заслуги, хотя он совершил действие, которое обычно считалось бы неблагим.

Восемь богинь подношений /mchod pa'i lha mo brgyad/: владычица красоты /sgeg to ta; санскр.: Lasya/, владычица гирлянд /phreng ba ta; санскр.: Mala/, владычица песни /glu ta; санскр.: Gita/, владычица танца /gar ta; санскр.: Nrtya/, владычица цветов /te tog ta; санскр.: Puspa/, владычица благовония /bdug spos ta; санскр.: Dhupa/, владычица светильников /snang gsal ta; санскр.: Aloka/ и владычица благоуханий /dri chab ta; санскр.: Gandha/. В мандале мирных божеств уровня самбхогакаи они являются сподвижницами восьми бодхисаттв (см. восемь великих ближайших сыновей) и символизируют, соответственно, чистоту четырёх объектов органов чувств (формы, запаха, звука, вкуса) и четырёх аспектов мысли (прошедшего, настоящего, будущего и неопределённого времени).

Восемь великих ближайших сыновей /nye ba'i sras chen brgyad/ – главные бодхисаттвы в окружении Будды Шакьямуни: Манджушри, Авалокитешвара, Ваджрапани, Майтрея, Кшитигарбха, Сарваниварана-вишкамбхин и Самантабhadра. При оказании помощи существам каждый из них выполняет свою особую роль. Символически они представляют чистое состояние восьми видов сознания.

Восемь великих кладбищ /dur khrod chen pa brgyad/ – устрашающие с виду места, где встречаются даки и дакини. В плане внутреннем они представляют восемь видов сознания (gnam shes brgyad).

Восемь видов сознания (gnam shes brgyad).

Восемь видьядхар Индии – это Манджушримитра, Нагарджуна, Хумкара, Вималамитра, Прабхахасти, Дханасамскрита, Шантигарбха и Гухьячандра.

Восемь благих знаков /bkra shis rtags brgyad/ – это узел вечности, лотос, зонт, раковина, колесо, победное знамя, сосуд и золотые рыбки.

Восемь крайностей (spros mtha') – это восемь крайностей, упоминаемых Нагарджуной во вступительном стихе к Мула-мадхьямака-карике:

Всё возникающее зависимо:

не рождается и не кончается,

не прерывается и не длится,

не приходит и не уходит,

не отлично и не тождественно.

Восемь мирских забот /'jig rten chos brgyad; санскр.: astalokadharmah/ – обретение и потеря, удовольствие и боль, похвала и осуждение, слава и бесчестие.

Восемь порочных действий /log pa rgyad/: 1) судить благое, 2) восхвалять неблагое, 3) мешать накапливать заслуги тому, кто исполнен добродетели; 4) смущать сознание того, кто исполнен веры; 5) покидать своего духовного учителя, 6) покидать своего йидама, 7) покидать своих ваджрных братьев и сестёр, 8) осквернять мандалу.

Восемь сознаний – это, согласно классификации школы читтаматра, используемой и в Ньингма, – шесть групп сознания, к которым добавлено омрачённое сознание (nyon yid), цепляющееся за «я», и сознание – всеобщая основа (kun gzhi'i nam shes; санскр.: alaya vijñāna).

Восемьдесят сиддх – 1) восемьдесят (точнее, восемьдесят четыре) великих подвижников Древней Индии; их жизнеописания были составлены Абхаядаттой; 2) в Тибете восемьдесят сиддх Йерпы – ученики Падмасамбхавы, достигшие высших свершений.

Восприятие /snang ba/ – то, что предстаёт – в зависимости от склонностей и духовного развития индивидуума – перед его органами чувств. В Прим. говорится, со ссылкой на Патрула Ринпоче, о трёх типах восприятий:

1) ложные восприятия, возникающие в сознании существ шести сфер вследствие коренного заблуждения, – их именуют ошибочными, нечистыми восприятиями;

2) восприятия взаимозависимости /rten 'brel/, то есть подобия магических иллюзий /sgyu ta/, соответствующие восьми метафорам иллюзии, которые не принимаются как реальные (см. с. 348-349), – это восприятия бодхисаттв десяти уровней в их постмедитативном состоянии /gjes thob/;

3) подлинные, безупречные восприятия мудрости – после постижения вещей как они есть, существа и вселенная являются как тела и мудрости.

Всеведущий повелитель Дхармы – эпитет Лонгченпы. Вселенский монарх /'khor los sgyur ba'i rgyal po; санскр.: cakravartin/ – монарх, который правит всей вселенной. В соответствии с буддийской мифологией, чакравартин бывает четырёх классов. Наиболее могущественный имеет в своём распоряжении золотое колесо, которое вращается вокруг четырёх континентов, окружающих гору Меру, подчиняя их таким образом его владычеству. Затем следуют властелины, имеющие серебряные, медные и железные колёса, которые дают им власть над тремя, двумя или одним континентом. Все они правят в течение огромных периодов времени.

Всепобеждающее знамя /phyogs las rnam par rgyal ba'i rgyal mtshan/ – один из восьми благих знаков. Соответствует телу Будды и символизирует нерушимость его Учения.

Всепроникающая энергия /khyab byed/. Одна из пяти тонких энергий или «ветров» (rlung) в теле.

Второй Будда /sangs rgyas gnyis pa/ – эпитет Падмасамбхавы.

Выступ на темени /gtsug tor; санскр.: usnisa/ – характерен для всех Будд; это один из тридцати двух знаков, отмечающих Будду.

Высшее свершение /mchog gi dngos grub/ – см. свершения.

Высшие уровни – см. уровни бодхисаттвы.

Г.

Гампопа /sgam po pa/ – см. Дагпо Ринпоче.

Гандхарва /dri za; букв. 'поедающий запахи'/ – духи, которые питаются запахами. Так именуют также существ, находящихся в промежуточном состоянии.

Гараб Дордже /dga' rab rdo rje/ – больше известный под этим своим тибетским именем, чем под своими именами на санскрите (Прамудаваджра, Прахеваджра, Суративаджра и Праджнябхава). Первый человек, выступавший в роли учителя Великого Совершенства.

Гаруда /khyung/ – мистическая птица огромной величины, которая способна летать, едва лишь вылупившись из яйца. Символизирует первозданную мудрость. Пять цветов, которые иногда используют, изображая её, символизируют пять мудростей. Она является врагом наг и обычно изображается со змеей в клюве – как символ того, что она истребляет омрачения.

Гау /gau/ – футляр для ношения священных изображений или предметов, часто металлический и имеющий заострённую форму листа дерева бодхи. – *Прим. ред.*

Гелонг /dge slong/ – монах, принявший все монашеские обеты

Гелуг /dge lugs pa/ – одна из школ Новой традиции, основанная Чже Цонкапой (1357-1419).

Ге-ньен /dge bsnyen/. Род дхармапал. – *Прим. ред.*

Геше /dge bshes/ – духовный учитель. Так обычно именуют учителей школы Кадам. Впоследствии так стали называть докторов философии в школе Гелуг.

Глубокое постижение /lhag mthong; санскр.: vipasyana/ – «мудрая способность видеть подлинную природу вещей». (Слов.) См. мудрость, первозданная мудрость.

Гневная Чёрная Мать /ma chig khros ma nag to; санскр.: krodhakali/ – гневное воплощение Самантабхадри в самбхогакае; одна из форм Ваджраварахи /rdo rje phag mo/.

Готсангпа (Гонпо Дордже) (1189-1258) /rgod tshang pa mgon po rdo rje/ -наставник из школы Кагью, ученик Цангпы Гьяре, основатель ветви Другпа Кагью и многих монастырей.

Гьелгонг /rgyal 'gong/ – разряд вредоносных духов.

Гьялпо /rgyal po/ – разряд мощных и гневных духов.

Гьялсе Ринпоче /rgyal sras rin po che; букв. 'Драгоценный сын Победителей'/– имя, присвоенное Тхогме Зангпо (1295-1369), который был великим учителем школ Ньингма и Сакья и автором Тридцати семи элементов практики бодхисаттвы.

Гуру-йога /bla ma'i gnal 'byog/ – санскритский термин. Помимо прямого значения «йога учителя» это выражение также может означать «единение с природой сознания учителя».

Гуру Ринпоче /gu ru rin po che/ (букв. «Драгоценный учитель») – так обычно в Тибете именуют Падмасамбхаву.

Д.

Дагпо Ринпоче (1079-1153) /dwags po rin po che/, (также Гампопа) – самый знаменитый ученик Миларепы и основатель традиции Кагью.

Дака /mkha' 'gro; букв. 'перемещающийся в пространстве'; или dra' bo; букв. 'герой'/ – тантрический эквивалент бодхисаттвы; аналогичен дакини, но в мужском облике.

Дакини /mkha' 'gro ta; букв. 'перемещающаяся в пространстве'/ – женское начало, ассоциируемое с мудростью. Так обозначают это явление независимо от уровня, на котором оно проявляется. Существуют обычные дакини, то есть существа, обладающие некоторой духовной властью, и дакини мудрости, достигшие полного Просветления. См. три корня.

Дамару /da ma ru/ – небольшой ритуальный барабанчик.

Дамчен (Дордже Лекпа) /dam chen (rdo rje legs pa)/, на санскрите – Ваджрасадху – один из главных защитников Дхармы, связавший себя обетом, данным Падмасамбхаве.

Даршака /mthong ldan/ – иное имя Аджаташатру, сына правителя Магадхи Бимбисары и самого значительного покровителя Будды Шакьямуни. Он умертвил своего отца, но потом раскаялся и очистил свои неблагие действия, так что даже достиг архатства.

Два Высочайших /mchog gnyis/ – это Гунапрабха /yon tan 'od/ и Шакьяпрабха (sha куа 'od).

Два накопления /tshogs gnyis; санскр.: sambharadvaya/ – накопление заслуг /bsod pams; санскр.: puṇya/ и накопление мудрости /ye shes; санскр.: jñāna/.

Двадцать один ге-ньен /dge bsnyen nyer gcig/ – группа духов, которые были покорены Падмасамбхавой и обратились в защитников Дхармы.

Двадцать пять учеников /rje 'bang nyer lnga/ – наиболее выдающиеся ученики Падмасамбхавы в Тибете. Все они обрели высшее Прозрение. Самыми знаменитыми были Трисонг Децен, Еше Цогьял и Вайрочана.

Многие великие мастера тибетского буддизма являются эманациями этих двадцати пяти учеников. Две завесы /sgrib gnyis/ – препятствия вследствие омрачений и препятствия всеведению. См. завесы и четыре завесы.

Две истины /bden pa gnyis/ – абсолютная истина и относительная истина.

Двенадцать разделов наставлений в питаках /sde snod bcu gnyis; букв. 'в двенадцати корзинах (питаках)'/, также именуется Двенадцать ветвей Высшего Слова, то есть Слова Будды /gsung rab' yang lag bcu gnyis). Это двенадцать родов наставлений Будды, соотнесённых с типами текстов: сутры /mdo sde; санскр.: sutra/, мелодичные

тексты/ dbyangs bsnyan; санскр.: ge'ya/ пророческие /lung bstan; санскр.: vya-ka'apa/, стихотворные /tshigs bcad; санскр.: gatha/, изложенные с определённой целью /ched brjod; санскр.: udana/, объяснения /gleng gzhi; санскр.: nidana/, касающиеся его прошлых жизней /skyes gabs; санскр.: jataka/, чудесные /rmad byung; санскр.: adbhutadharmā/, устанавливающие подлинное значение /gtan babs; санскр.: upadesa/, биографические /rtogs brjod; санскр.: avadana/, исторические /de lta' byung; санскр.: itivrttaka/ и с большим количеством подробностей / shin tu rgyas pa; санскр.: vaipulya/.

Двенадцать характеристик полной практики /sbyangs pa'i yon tan bcu gnyis; санскр.: dvadasadhutaguna/ – двенадцать видов аскетических практик шравак и пратьекабудд, таких как питаться только раз в день, жить в уединении, иметь только три монашеских одеяния и т. п.

Двенадцать раскатов ваджра-смеха (rdo rje gad mo bcu gnyis) – наставление о Великом Совершенстве.

Дворец Светозарного лотоса /padma 'od kyī pho brang/ – дворец Падмасамбхавы на чистой земле славной Медно-красной горы.

Дворец Полной победы /rnam rgyal pho brang/ – дворец бога Индры.

Двоякая цель /don gnyis/ – наша собственная цель или благо /rang don/ и цель или благо для других /gzhan don/. Это обычно понимается в абсолютном плане, а именно: наша собственная цель достигается через осознание пустоты, дхармакаи, а благо для других проявляется через сострадание как рупакая.

Двоякая чистота /dag pa gnyis/ – первозданная чистота, то есть природа Будды /rang bzhin ye dag/, заложенная в каждом существе, и чистота ото всех привнесённых загрязнений (blo bur phral dag). Эта вторая чистота доступна только Будде. «Согласно традиции Ньингма, в нас полностью заложены изначально чистая природа, которая и есть состояние Будды, и высокие качества трёх тел, так что нам нет нужды искать их вовне. Однако эти качества не проявятся, если мы не используем как дополнительные факторы два накопления. Это как с солнцем: хотя его лучи сами по себе освещают небо, но всё же необходимо, чтобы ветер разогнал облака, которые его скрывают». (Прим.)

Девадатта /lha byin/ – двоюродный брат Будды, который вследствие зависти не смог извлечь из Учения никакого блага.

Девять колесниц – колесницы шравак, пратьекабудд и бодхисаттв; колесницы внешних тантр: крия, упайога и йога; и три колесницы внутренних тантр: махайога, ануйога и атийога. Эта классификация принята в школе Ньингма. См. также колесница.

Девять просторов /klong dgu/ – секции в разделе «простор» /klong sde/ в учении о Великом Совершенстве.

Демон /bdud; санскр.: mara/ – обозначение злонамеренной или устрашающей энергии. Однако «то, что мы называем демоном, – это не существо с разверстым ртом и выпученными глазами; но то, что вызывает все страдания сансары и препятствует освобождению от них; это, короче говоря, то, что разрушает тело и наносит ущерб сознанию». (Прим.) См. также четыре демона.

Десять направлений /phyogs bcu/ – четыре стороны света, четыре промежуточных направления, зенит и надир.

Джамбудвипа /'dzam bu gling/ – южный континент; в соответствии с древнеиндийской космологией, один из четырёх главных континентов – тот, в котором мы живём. В некоторых контекстах это наименование относится к Южной Азии, а в других – к миру в целом.

Джамгон Конгтрул (Великий), Лодро Тхайе (1813-1899) /'jam mgon kong sprul blo gros mtha' yas/ – великий учитель несектантского движения (риме). Джамгон Конгтрул Великий был современником Патрула Ринпоче и Джамьяна Кхенце Вангпо. Все трое хорошо знали друг друга, ибо в молодости одновременно занимались в монастыре Шечен в Кхаме. Джамгон Конгтрул был плодотворным писателем, составителем и издателем книг. Он сделал исправления в оригинальном тексте Патрула Ринпоче, когда его готовили к ксилографической печати на огромном прессе в Дерге, и написал послесловие к нему. Вместе с Джамьяном Кхенце Вангпо он составил ряд замечательных сборников наставлений и вариантов практики, взятых из всех традиций буддизма. Наиболее значительным из них является Сокровище вновь открытых наставлений (gin chen gter mdzod).

Джанчуб Дордже (1745-1821), также известный под именем Джигме Тринле Осер, был первым Додруб Ченом Ринпоче – одним из главных учеников Джигме Лингпы, и благословил Патрула Ринпоче в детстве.

Джарунг Кхашор – ступа в Бодхнатхе (Непал), см. с. 278 и прим. 114.

Джигме Лингпа (1729-1798) /'jigs med gling pa/ – см. Введение; считается эманацией одновременно Вималамитры, правителя Трисонга Децена и Гьялсе Лхадже. Многие считают Патрула Ринпоче эманацией речи Джигме Лингпы.

Джово /jo bo, букв. 'властелин'/ – этим именем тибетцы обычно величают Атишу.

Джово и Шакья /jo bo gnam gnyis/ – Джово Микьо Дордже и Джово Шакьямуни, две статуи Будды, принесённые в Тибет соответственно наследницей правителя Непала и дочерью китайского императора, на которых женился правитель Сонгцен Гампо (VII век).

Джово Ринпоче /jo bo rin po che/ – статуя, изображающая Будду в двенадцатилетнем возрасте. Находится в храме Джокханг в Лхасе.

Джунпо (byung po) – разновидность злокозненных духов.

Дзо /mdzo/ – помесь яка и коровы.

Дипамкара – монашеское имя Атиши.

Доха – духовная песня, в которой сиддхи (как, например, Сараха или Вирупа) воспевают своё Прозрение.

Драгоценная гора /gin po che ri bo/ – гора в восточной части континента Видеха.

Драгоценность, исполняющая желания /yid bzhin nor bu; санскр.: cinta-mani/ – волшебная драгоценность, которая исполняет все желания.

Драгоценный зонт /gin po che'i gdugs/ – один из восьми благих знаков; соотносится с головой Будды (см. восемь благих знаков) и символизирует защиту от негативных действий.

Драгоценный [Ваджра-мастер] из Уддияны /orgyan rin po che/ – один из эпитетов Падмасамбхавы.

Дракпа Гьялцен (1147-1216) /grags pa rgyal mtsham/ – один из пяти иерархов в школе Сакья, известных как Сакья Гонгма.

Древо исполнения желания /dpag bsam gyi shing/ – волшебное дерево, корни которого находятся в сфере асур, а плоды произрастают в сфере Тридцати трёх богов.

Древо Прозрения /byang chub kyi shing/ – дерево, под которым Будда Шакьямуни обрёл Просветление.

Дрикунг Кьобпа (1143-1217) /'bri gung skyob pa/ – основатель монастыря Дрикунг и школы Дрикунг Кагью.

Дром Тонпа (1005-1064) /'brom ston pa, также 'brom ston rgyal ba'i 'byung gnas/ – главный тибетский ученик Атиши, один из первых учителей школы Кадам и основатель монастыря Раденг /rva sgren/ (часто произносится как Ретинг).

Друк Пема Карпо (XVI век) /'brug padma dkar po / – третий Друкчен Ринпоче, великий учитель и писатель школы Друкпа Кагью и основатель монастыря Сангак Чолинг.

Дух-хозяин места /gzhi bdag или sa bdag/ – дух, живущий в данном месте и считающий его своим.

Духи, злобные красные /dmar gdon/ – мощные вредоносные духи, которых привлекают кровь и плоть, и оттого они всегда жаждут нанести существам ущерб.

Духовное сокровище или клад /gter ta/ – наставления, а также статуи и разные предметы, скрытые Падмасамбхавой, Еше Цогьял и другими в земле, скалах, озёрах, деревьях или в более изошрённых местах (как, например, пространство, сознание). Эти сокровища были скрыты ради блага будущих поколений, а затем вновь открыты

перевоплощениями учеников Падмасамбхавы – открывателями сокровищ/ кладов /gter ston/.

Духовные собратья /ches gtogs/ – ученики одного и того же учителя или те, с кем были одновременно получены наставления. Считается, особенно в Ваджраяне, что очень важно сохранять с этими людьми гармоничные отношения. См. ваджрные братья.

Духовный друг /dge ba'i gshes gnyen; санскр.: kalyanamitra/ – то же, что духовный учитель Махаяны.

Дхарани /gzungs/ – мантра, получившая благословение Будды или бодхисаттвы и имеющая власть помогать существам. Такие мантры нередко встречаются в сутрах и подчас бывают довольно длинными.

Дхарма /chos/ – это санскритское слово имеет целый ряд различных значений. В своём наиболее широком значении обозначает всё, что может быть познано. В данном тексте этот термин обозначает исключительно Учение Будды. Дхарма имеет два аспекта: Дхарма передачи знания /lung gi chos/, то есть передаваемые наставления; и Дхарма осуществления /togs pa'i chos/, то есть мудрость и пр., что было обретено в ходе практики на основе этих наставлений. Обычным эпитетом к Дхарме является 'возвышенная' /dam pa; санскр.: arya/, «ибо она освобождает существ от страдания» (Ист.). Когда слово dharma /chos/ обозначает просто явление, т. е. любую вещь, которая может быть познана, оно здесь переводится как 'явление', 'вещь'. Исключение составляет перевод фразы 'jig rten chos brgyad как 'восемь мирских забот'.

Дхармакая /chos sku, букв, 'тело Дхармы'/ – аспект пустоты буддовости. Может переводиться как 'абсолютный простор', 'тело истины'.

Дхармата /chos nyid/ – «природа пустоты». (Слов.)

Дхармодгата /chos 'phags/, 'Возвышенная Дхарма' – имя бодхисаттвы, от которого Садапрудита получил учение о запредельной мудрости.

Е.

Естественное состояние /gnas lugs; санскр.: prakrti/. Букв, 'способ пребывания' – «природа или естественное состояние всего сущего». (Слов.) Истинное бытие всех явлений. АП: вещи как они есть.

Еше Цогьял /ye shes mtsho rgyal/ – мистическая сподвижница Падмасамбхавы и его лучшая ученица. Безукоризненно служила ему и помогала распространять его учение,

в частности закладывала духовные сокровища, чтобы они впоследствии могли быть вновь открыты на благо будущих учеников Будды.

Ж.

«Жёлтый свиток» /shog ser/ – кусок бумаги, не обязательно жёлтого цвета, на котором записано духовное сокровище.

Желчь /mkhris pa/ – одна из трёх субстанций тела, нарушение равновесия в которых вызывает различного рода заболевания. Три субстанции соотносятся с тремя омрачениями (ядами). Желчь соответствует гневу. См. также ветер и слизь.

З.

Завесы /sgrib pa; санскр.: avarana/ – всё, что заслоняет природу Будды. См. также две завесы, четыре завесы.

З. Всеведению /shes bya'i sgrib pa; санскр.: jneyavarana/ – «соотнесение с представлениями о субъекте, объекте и действии – это то, что препятствует обретению Всеведения». (Слов.)

З. как следствие омрачений /nyon mongs kyī sgrib pa; санскр.: klesavarana/ – «мысли (о ненависти, привязанности и т. п), которые препятствуют достижению Освобождения». (Слов.)

З. как следствие привычных тенденций /bag chags kyī sgrib pa; санскр.: vasanavarana/ – привычные тенденции, по мере накопления, оставляют отпечатки в базовом слое сознания /kun gzhi/.

З. кармические /las kyī sgrib pa; санскр.: karmavarana/ – завесы, являющиеся следствием неблагих действий.

З. познанию /shes bya'i sgrib pa; санскр.: /fiyavarana/ – см. з. Всеведению.

Завет /санскр.: samaya; тиб.: dam tshig; букв. 'обещание'/ – священные узы между учителем и учеником, а в Ваджраяне также и обязательства, принятые при посвящении. На санскрите 'завет' может означать 'соглашение', 'договор', 'заповедь', 'ограничение' и т. п. Существует множество подробно описанных такого рода обязательств (в частности, 19 заветов пяти Будд. – *Прим. ред.*), однако наиболее существенным заветом является восприятие тела, речи и сознания учителя как чистых.

Закон причины и следствия /las rgyu 'bras, букв, 'действие, причина и плод'/ – процесс, при котором каждое действие создаёт соответствующее следствие. См. карма.

Запредельное совершенство /pha rol tu phyin pa; санскр.: paramita/ – шесть методов тренировки бодхичитты вовлечения. Называются запредельными, потому что предполагают постижение пустоты.

Шесть з. с. /pha rol tu phyin pa drug; санскр.: sad paramita/ – запредельная щедрость sbyin pa'i pha rol tu phyin pa; санскр.: dana-paramita/, запредельная нравственность /tshul khrim gyi pha rol tu phyin pa; санскр.: sila-paramita/, запредельное терпение /bzod pa'i pha rol tu phyin pa; санскр.: ksanti-paramita/, запредельное усердие/ brtson 'grus kyi pha rol tu phyin pa; санскр.: virya-para-mita/, запредельная медитация/ bsam gtan gyl pha rol tu phyin pa; санскр.: dhyana-paramita/ и запредельная мудрость/ shes rab kyi pha rol tu phyin pa; санскр.: prajna-paramita/.

Десять з. с. К обычным шести запредельным совершенствам добавлены искусные средства (thabs), сила (stobs), устремлённость (smon lam) и перводанная мудрость (ye shes). Заслуга /bsod nams; санскр.: punya/ – благая карма; положительная энергия, порождённая позитивными действиями тела, речи и сознания.

Затухание явлений в дхармате /chos nyid zad pa/ – четвёртое из четырёх видений или переживаний в практике тхогал. «Все явления очищаются в мандале Великой единой сущности (thig le nyag gcig, то есть в перводанной мудрости); всё, порождённое умом, затухает в дхармате. Не остаётся даже цепляния за дхармату». (Слов.)

Защитник Дхармы /chos skyong; санскр.: dharmapala/. Защитники Дхармы защищают Учение от фальсификаций и передачу Учения от искажений. Защитниками Дхармы могут быть эманации Будд или бодхисаттв, а также духи, боги и демоны, покорённые великим духовным учителем и связанные обетом защищать Дхарму.

Защитники трёх семейств /rigs gsum mgon po/ – бодхисаттвы Манджушри, Авалокитешвара и Ваджрапани. Три семейства соотносятся с телом, речью и сознанием Будды – тремя аспектами буддовости.

Значение:

з. истинное /nges don; санскр.: nitārtha/ – прямое выражение абсолютной истины с позиции просветлённых существ; АП: абсолютное значение;

з. относительное /drang don; санскр.: neyārtha/ – подобного рода значение используется в наставлениях, даваемых обыкновённым существам, которым ещё не открылась абсолютная истина;

з. аллегорическое (Idem dgongs) – значение, связанное с наставлениями, цель которых – изложить смысл, не соотносимый прямо со словами, его выражающими.

И.

Извлечение сущности (букв.: нектар – тиб.: bcud len) – метод, который позволяет употреблять в пищу лишь некоторые вещества и элементы в мизерных количествах и избежать употребления обычной еды. Это основа для утончённых упражнений с целью очистить тело и поднять сознание на более высокий уровень.

Изначально – используется при переводе выражений ye nas, 'с самого начала'; ye dag, 'чистый с начала'. Не следует, однако, понимать это как ссылку на некий момент зарождения или творения в далёком прошлом. Это указание на тот факт, что чистая природа всегда была и остаётся присущей всем явлениям.

Изначальное знание /ye shes; санскр.: jnana/ – «знание /shes pa/, которое пребывало в потоке сознания всех существ всегда, изначально /ye nas/, внимание, ясность-пустота (то есть соединение пустоты и ясной светозарности сознания), пребывающие в потоках сознаний всех существ». (Слов.)

Изначальное (или первозданное) сознание /rig pa/ – естественное, от века существующее состояние незамутнённого, безграничного, светозарного, свободного от мыслей сознания.

Изначальный (-состояние) /ma bcos pa; санскр.: naisargika/ – в своём первоначальном состоянии, без манипуляций или движений сознания.

Изучение (Дхармы) /thos pa, букв. 'слушание'/. Традиционно в Тибете слушание наставлений было основным способом изучения буддизма. Прямая устная передача знания от учителя к ученику была и продолжает оставаться важным аспектом. Поэтому 'изучение', 'изучать (Дхарму)' следует понимать не просто как 'читать текст(ы)', а в более широком смысле.

Индра /brgya byin/ – повелитель рая Тридцати трёх богов в Сфере желания.

Истина, абсолютная /don dam bden pa; санскр.: paramartha/ – истина, которая постигается мудростью при отсутствии каких-либо движений сознания. Характеризуется тем, что находится «за пределами сознания, невысказана, невыразима». (Патрул Ринпоче)

Истина, относительная /kun rdzob bden pa; санскр.: samvrtti satya/ – видимая истина, которая воспринимается и трактуется искажённым сознанием как единственная.

Источник блага /dge ba'i rtsa ba; санскр.: kusalamula/ – позитивные действия, которые являются как бы корнями /rtsa ba/ заслуг или блага / dge ba/.

Ишваракришна – автор Санкхья-карики, основополагающего текста одной из шести брахманистских систем.– *Прим. ред.*

Й.

Йидам /yi dam; санскр.: devata, istadevata/ – один из трёх корней. Йидам, или божество-покровитель, представляет собой Прозрение. Практикующий медитирует об этом божестве (в мирном или гневном облике), сидящем в центре мандалы в окружении других божеств. Символизм каждого йидама объясняется в связанной с ним практике. См. три корня.

Йога /gnal 'byog/ – «метод слияния /'byog/ с естественным состоянием I gnal ta/ сознания». (Слов.)

Йогини и йогини /gnal 'byog pa и gnal 'byog ta/ – те, кто практикуется в йоге.

Йоджана – древнеиндийская мера длины, по-видимому соответствующая пути, преодолеваемому караваном за час. – *Прим. ред.*

К.

Кагью /bka' brgyud / – одна из школ Новой традиции тибетского буддизма, которая следовала Учению, принесённому в Тибет в XI веке из Индии Марпой-переводчиком и впоследствии переданному Миларепе. Школа Кагью имеет ряд ответвлений.

Кадампа /bka' gdams pa/ – первая из школ Новой традиции, следовавшая учению Атиши (982-1054). В этой школе упор делался на сострадании, занятиях и нравственности. Наставления, характерные для этой школы, были переняты в других школах Новой традиции и, в особенности, в школе Гелуг, которую именуют также новой Кадампой.

Кальпа /bskal pa/ – период в чередующемся процессе формирования и разрушения вселенной. Период между началом её формирования, её разрушением и началом следующего её формирования называется махакальпа или 'большая кальпа'. Большая кальпа делится на восемьдесят средних кальп. Средняя кальпа состоит из одной малой кальпы, в которой продолжительность жизни и проч. увеличивается, и другой малой кальпы, в которой всё это, напротив, уменьшается. Каналы /rtsa; санскр.: nadi/ –

тончайшие протоки, по которым циркулирует невидимая энергия (rlung; санскр.: vayu). Основными каналами являются центральный, левый и правый. Последние два начинаются в носовой полости и кончаются (при визуализациях в практике переноса. – *Прим. ред.*) чуть ниже области пупа, где они соединяются с центральным каналом.

Капала /thod pa/ – санскритский термин, буквально означающий 'чаша из черепа'. Это сосуд, сделанный из верхней половины черепа, который используется в ряде ритуалов. Некоторые йоги пользуются им как чашей для сбора подаяния. Сосуд символизирует отсутствие «я» (отсутствие самосущего бытия) существ и тем самым непривязанность к эго.

Карма /las/ – букв. означает 'действие', но обычно имеется в виду 'действие и вызывающая его ментальная энергия', 'действие и его следствие', 'закон причины и следствия». Тибетцы в обыденной речи часто используют выражение «карма» для обозначения всего процесса, или принципа причины и следствия, rgyu 'bras.

Карма Чагме (XVI век) /kar ma chags med/ – знаменитый лама школы Кагью, который соединил учение своей школы с учением Ньингма и был наставником открывателя кладов Намчо Мингьюра Дордже.

Кармапа /kar ma pa/ – титул ряда великих лам в школе Кагью, у которых родословная перерождений восходит к Дусум Кхьенпе (1110-1193). Кармапы были в Тибете первыми признанными тулку.

Кармическая энергия /las kyi rlung/ – энергия, определяемая нашей кармой, в противоположность энергии, проистекающей из знания /ye shes kyi rlung/.

Катьяяна – индийский архат, бывший учеником Будды и написавший один из разделов Абхидхармы.

Каури /kar sha/ – раковины, служившие в качестве денежной единицы.

Кашьяпа /'od srung/ – третий из тысячи Будд этой кальпы. Был предшественником Шакьямуни. Также это имя одного из ближайших учеников Будды Шакьямуни.

Кила /phur ba/ – гневное божество, аспект деятельности всех Будд, одна из манифестаций Ваджрасаттвы. Практика, связанная с этим божеством, строится на четырёх аспектах Килы: как ритуального объекта, сострадания, бодхичитты и изначальной мудрости /tig pa/.

Колесница /theg pa; санскр.: yana/ – система наставлений, ведущих по пути к Прозрению;

к. Алмазная – см. Ваджраяна.

Колесо Дхармы /chos kyi 'khor lo; санскр.: dharmasakra/ – символ Учения Будды. «Повернуть колесо Дхармы» означает учить Дхарме. Будда провёл при жизни три серии

наставлений, которые принято называть 'первый, второй и третий повороты колеса Дхармы'.

Колокольчик /dril bu, санскр. ghanta/ – см. ваджра.

Коренной учитель /rtsa ba'i bla ma/ – 1) основной или первый духовный учитель, от которого получили посвящения, комментарии к Учению и все существенные указания; 2) учитель, который ввёл нас в природу сознания.

Крия (тантра) /bya rgyud/ – по классификации школы Ньингма, первая из трёх внешних тантр и четвёртая из девяти колесниц. В практике этого рода главный упор делается на правильном внешнем поведении и на очищении.

Кришначарья /nag po sruod pa/ – один из восьмидесяти четырёх индийских махасиддх.

Кушаб Джамьянг (Гьялсе Шенпен Тайе или Гьялсе Ригпай Дордже; род. в 1800 г.) был одним из основных держателей традиции Сокровенной сущности Безбрежного простора.

Кхампа Лунгпа (1025-1115) /kham pa lung pa/ – лама школы Кадам, один из главных учеников Дрома Тонны.

Кхарак Гомчунг (геше) (XI век) /kha rag sgom chung/ – ученик Потова. Его имя означает «Меньший медитатор из Кхарака». Он знаменит тем, что упорно и неукоснительно следовал наставлениям. Говорят, что он получил учение о Великом Совершенстве и обрёл радужное тело.

Кхатванга – увенчанный трезубцем посох, украшенный множеством символических деталей. (См. Определитель буддийских изображений. Таблица 5)

Кху, Нгок и Дром – три главных ученика Атиши. Их полные имена Кхутон Цондру Юндрунг, Нгок Лекхе Шераб и Дрон Гьялве Юнгне (Дром Тонпа).

Кшатрии /rgyal rigs/ – одна из четырёх варн в древнеиндийском обществе, варна повелителей и воинов.

Куша /ku sha/ – эта трава, как считается, предвещает благое, ибо, когда Будда обрёл Прозрение, он сидел на подстилке из этой травы.

Л.

Лакхе /gla khe/ – разновидность дерева с мягкой корой.

Лама /bla ma; санскр.: guru/ – 1) высокий духовный учитель; сокращённая форма от bla na med pa 'ничего выше'; 2) кое-где используется в широком смысле для обозначения всех вообще монахов и буддийских йогов.

Лангри Тхангпа (1054-1123) /glang ri thang pa/ – геше школы Кадам; ученик геше Потовы. Автор *Тренировки сознания в восьми стихах* и основатель монастыря Лангтханг.

Лингже Репа (1128-1188) /gling rje ras pa/ – основатель школы Друкпа Кагью.

Ложное воззрение /log lta; санскр.: mithyadrsti/ – имеются в виду главным образом такого рода воззрения, которые ведут к действиям, усугубляющим страдания.

Ло Кхатха /klo kha khra/ относится к большой, населённой племенами территории к югу от Центрального и Восточного Тибета. Она включает нынешний Аруначал Прадеш, Нагаленд и часть Ассама в Северо-Восточной Индии, а также часть Северо-Западной Бирмы.

Лонгченпа (1308-1363) /klong chen rab 'bhyams pa/ (именуемый также Великий Всеведущий, Всеведущий владыка Дхармы) – один из самых выдающихся духовных учителей и блестящих умов школы Ньингма. Он написал 250 трактатов, которые охватывают почти всю теорию и практику буддизма вплоть до Великого Совершенства, одним из величайших толкователей которого он был. Среди его произведений, которые существуют и поныне, числятся знаменитые Семь сокровищ /mdzod bdun/, Ньинтиг ябши /snying thig ya bzhi/, Трилогия о покое /ngal gso skor gsum/, Трилогия о естественном освобождении /rang grol skor gsum/, Трилогия о рассеянии мрака /тип sel skor gsum/ и Сочинения на различные сюжеты /gsung thor bu/.

М.

Мадхьямака /dbu ma'i lam/, см. Срединный путь.

Майтрея /byams pa/ – будущий Будда, пятый в этой калпе. Он также один из восьми великих ближайших сыновей.

Майтрийогин /byams pa'i rnal 'byog pa/ – один из трёх главных учителей Атиши.

Мала /phreng ba/ – чётки, которые используются для счёта при чтении мантр.

Малайя /gi ma la ya/, гора Малайя (или Малайягири) находится в Шри-Ланке и обычно идентифицируется со священной горой Суманкута, теперь известной как Адамов пик. Это также то место, где сохранились отпечатки ступней Будды и которое посещал Падмасамбхава. В некоторых описаниях гора Малайя изображается как «сверкающая метеорами» (gnam lcag 'bar ba).

Мамо /ma mo; санскр.: matrka/ – 1) разряд гневных дакини, 2) разряд злокозненных и хищных духов.

Мандала /dkyil 'khor; букв, 'центр и окружность'/ – 1) вселенная с дворцом божества в центре, как в визуализации в ходе практики этапа порождения; 2) идеальная вселенная, воображаемая как подношение.

М. в семь элементов /mandal so bdun ma/ – поднесение мандалы, которая включает в себя гору Меру, четыре континента, солнце и луну.

Три м. – мандалы – тела, речи и сознания учителя.

Мандарава – дакини, дочь правителя Захора в Индии. Одна из пяти основных учениц и сподвижниц Падмасамбхавы.

Манджушри /'jam dpal dbyangs/ – бодхисаттва десятого уровня; воплощает знание и мудрость всех Будд.

Манджушримитра /'jam dpal bshes gnyen/ – второй учитель в человеческом облике в традиции Высшего Совершенства; ученик Гараба Дордже.

Мандхатри /nga las nu/ – одно из предыдущих воплощений Будды. Он стал весьма могущественным благодаря накоплению заслуг в прошлом, но потерял свою власть вследствие ряда негативных мыслей.

Мани – мантра Авалокитешвары (Ченрези) **ОМ-МА-НИ-ПАД-МЕ-ХУМ:**

Мантра /sngags/ – проявление высшего Прозрения в звуковой форме. Совокупность слогов, которые при выполнении садхан Тайной мантраяны защищают сознание практикующего от обыденных восприятий и вызывают к божествам мудрости.

Мара /bdud/ – демон, создающий препятствия к духовной практике и к достижению Прозрения. Также см. Демон.

Марпа (1012-1097) /lho brag tag pa/ – великий тибетский учитель и переводчик; ученик Дрогми, Наропы, Майтрипы и других великих сиддх. Он принёс из Индии в Тибет многие тантры и перевёл их. Эти наставления перешли к Миларепе и другим его ученикам и составляют основу Учения в традиции Кагью.

Маудгальяяна /mo'u 'gal gyi bu/ – один из двух основных учеников Будды Шакьямуни среди шравак. Его считали обладателем непревзойдённой чудодейственной силы.

Маха(йога) – в соответствии с классификацией школы Ньингма, первая из трёх внутренних йог и седьмая из девяти колесниц. В этой йоге особый упор делается на этапе порождения /bskyed gim/. Махакашьяпа /'od srung chen po/ – один из главных учеников Будды Шакьямуни среди шравак и самый выдающийся из первых составителей Абхидхармы. После того, как Будда покинул этот мир, Махакашьяпа стал первым

патриархом Дхармы, которому была доверена ответственность за сохранение Учения и поддержание Сангхи. Махамудра /*phyag rgya chen po*, букв. 'Великая печать'/. 'Великая печать' означает, что на всём лежит печать изначальной природы и все явления являются элементами мандалы мудрости (то есть все видимости, звуки, мысли лишены постоянной природы и являются лишь игрой первоизданной мудрости). Этот термин используется, когда говорят о процессе обучения, о практике медитации и о Высшем постижении.

Махасиддха /*grub chen*/ – йог, обретший высшие достижения.

Махаяна /*theg pa chen po*/, см. Великая колесница.

Мачик Лабдрон (1031–1129) /*ta cig lab sgron*/ – ученица Падампы Сангье. Получила его наставления к практике чё и стала хранительницей этого учения.

Медитация /*bsam gtan*; санскр.: *dhyana*/ – сосредоточенность сознания без каких-либо отвлечений. См. Четыре уровня медитации.

Медитировать, медитация /*sgom pa*/ – состояние, когда сознание покоится на объекте созерцания; или когда непрерывно удерживаешь в сознании истинное воззрение.

«**Медведь Дхармы**» – *chos dred*, см. прим. 42.

Мелонг Дордже (1243-1303) /*te long rdo rje*/ – тибетский махасиддха, учитель Кумарацзы, учителя Лонгченпы.

Меру /*ri rgyal po ri rab*/ – согласно древнеиндийской космологии, огромная, расширяющаяся к вершине, гора в центре мира, вокруг которой расположены четыре континента.

Миларепа (также Почтенный Мила /*tje brtsun mi la*/, 1040-1123) – один из величайших тибетских йогов и поэтов. Его биография и духовные песни числятся среди лучших произведений тибетского буддизма. Он был одним из наиболее выдающихся учеников Марпы и самых значительных учителей, стоявших у истоков школы Кагью.

Мир Брахмы /*tsang pa'i 'jig rten*; санскр.: *brahmaloka*/ – хотя, строго говоря, это выражение обозначает только уровень первой медитации, здесь оно употребляется в широком смысле, относясь ко всем сферам богов как в мире формы, так и в мире не-форм.

Молитва /*gsol ba 'debs pa*/. Это слово следует понимать в более широком и глубоком смысле и, по-видимому, также с несколько иными коннотациями. Буквально этот термин означает «бросать» ('*debs*) «просьбу» (*gsol*), но *gsol* также предполагает полное доверие к чему-либо непогрешимому, а '*debs* – предпринимать что-либо решительно и напористо. (ПВР) Поэтому речь идёт скорее о состоянии сознания (полное доверие и открытость), которое мы должны ощущать, чем о его выражении, как это можно понять в разделе, где значение термина включает в себя идею получения четырёх посвящений.

Монах-новичок /dge tshul; санскр.: sramanera/ – новый монах, принявший меньше обетов, чем полностью посвящённый монах /dge slong; санскр.: bhikṣu/.

Мудрость /shes rab; санскр.: prajña/ – способность проникнуть в смысл явления, обычно понимаемая как способность постичь пустоту. АП: мудрость постижения, мудрость Прозрения. См. изначальная (первозданная) мудрость.

Иллюстративная м. /dpe'i ye shes/ – мудрость, приобретаемая в ходе духовной практики и ведущая к обретению истинной изначальной м. Муни /thub ra, букв, 'могущественный'/ – эпитет Будды. Мысль /gnam rtog; санскр.: vikalpana/ – вообще говоря, всё, что возникает в сознании в дуалистическом плане.

Н.

Наги /klu/ – змеевидные существа, живущие в водных глубинах или под землёй. Хотя наги обладают чудодейственной властью, их относят к миру животных. См. три мира.

Нагарджуна (I–II века) /klu sgrub/ – великий индийский философ, один из шести украшений Индии. Изложил учение о Срединном пути и написал ряд философских и медицинских трактатов.

Наланда – место неподалёку от Раджагрихи, где родился ученик Будды Шарипутра. Впоследствии, начиная со времени правителей Гупта (V век), здесь возник один из основных центров обучения индийскому буддизму. Он был разрушен около 1200 года н. э.

Намчо Мингьюр Дордже (XVI век) /gnam chos mi 'gyur rdo rje/ – знаменитый открыватель духовных сокровищ.

Нанда /dga' bo/ – двоюродный брат Будды, ставший одним из его самых преданных учеников.

Наропа (1016-1100) /pa go ra/ – индийский пандита и сиддха, ученик Тилопы и учитель Марпы-переводчика.

Настоятель /mkhan po/ – обычно относится к тому, кто дарует монашеские обеты. Так называют также того, кто достиг высокого уровня знания Дхармы и кому поручено учить Дхарме. Это может быть, наконец, форма обращения к старейшему монаху во время одного из традиционных летних затворничеств.

Н. бодхисаттва – так иногда именуют Шантаракшиту.

Небесные сферы (сферы богов и асур), см. шесть миров.

Неблагое действие /sdigs pa или mi dge ba, санскр.: asubha/ – «то, что вызывает страдание». (Ист.). «То, что вызывает нежелательный результат» (Слов.) АП: вредоносное действие.

Неделимая вселенная /mi 'byed 'jig rten/ – наш мир, поле деятельности Шакьямуни.

Нектар /bdud rtsi/ – см. амброзия. Слово «нектар» (санскр. amṛta), букв. «бессмертный», было переведено на тибетский как bdud rtsi: нектар (rtsi), который побеждает демона (bdud) смерти. Это символ мудрости.

Неотъемлемый (~мудрость, ~радость ...) /lhan skyes; санскр.: sahaḥa, букв. 'родиться или появиться совместно'. Это означает, что, вообще говоря, хотя мы проявляем неведение, испытываем страдания и живём в сансаре, но в нас латентно существуют мудрость, радость и нирвана. Эти два аспекта одной вещи «возникают совместно», но сознанием, не постигшим первоизначное бытие, воспринимаются как отдельные.

Неочищенный (~ действие) /zag bcas/ – действие, совершаемое в рамках трёх представлений, то есть соотнёсённое с понятиями субъекта, объекта и действия. АП: действие, пропитанное омрачениями.

Неподатливый практикующий /chos dred, букв. 'медведь Дхармы'/ – «тот, кого Дхарма не обуздала; он знает Дхарму теоретически, но не практикуется в ней, и оттого его сознание стало неподатливым...». (Слов.) Тот, кто считает, что ему всё о Дхарме известно, хотя у него есть лишь интеллектуальное понимание Дхармы и нет никакого дхармического опыта.

Несектантское движение /ris med, букв. «без пристрастия»/ – зародившееся в XIX веке в Тибете духовное движение, которое характеризуется приятием и почитанием всех буддийских школ и учений. Самыми видными представителями этого движения были великий лама Джамьян Кхенце Вангпо, а также Джамгон Конгтрул Лодро Тхайе, лама Мипам, Чогур Лингпа и Патрул Ринпоче. См. риме.

Нигилизм /chad par lta ba; санскр.: vibhava drsti/ – воззрение, отрицающее прошлые и будущие жизни, закон причины и следствия и т. п.

Низшие сферы существования /ngan song/ – ады, мир голодных духов и мир животных.

Нирвана /mya ngan las 'das pa/ – состояние за пределами страдания. Концепция нирваны получает различные интерпретации в Шравакаяне, Махаяне и Ваджраяне.

Н. непробывающая /mi gnas pa'i myang 'das/ – полное Просветление за пределами как сансары, так и нирваны, то есть «не пребывает» ни в одном из этих двух состояний.

Нирманакая /sprul sku/ – проявленное тело; аспект буддовости, который проявляется из сострадания к ординарным существам, чтобы иметь возможность оказывать им помощь.

Новая традиция (переводов) /gsar ta/ – последователи тех тантр, которые были переведены и распространялись, начиная со времени Ринчена Сангпо (958-1055). Эта традиция включает все школы тибетского буддизма за исключением Ньингма или Старой традиции (переводов).

Ньи Да Сангье – открыватель духовных сокровищ, живший в XIV веке.

О.

Обстоятельства /gkyen/ – условия; дополнительная причина, которая позволяет основной причине (rgyu) оказать своё действие. Например, если кто-нибудь погибнет от несчастного случая, сам несчастный случай, условия смерти – это gkyen, а глубокая причина (rgyu) – это неблагое действие, совершённое в прошлом, кармическим результатом которого является смерть.

Обусловливающее следствие /dbang gi 'bras bu/ – следствие кармы, обусловливающее то окружение, в котором предстоит жить в будущей жизни.

Обусловленное (действие) /'dus byas; санскр.: samskrta/ – действие, вызванное /byas/ сочетанием /'dus/ причин и условий. «Обусловленными действиями являются все действия, осуществляемые без осознания пустоты». (ДКР)

Обход посолонь /skog ba/ – акт почитания; заключается в том, чтобы сосредоточенно и осознанно обходить по часовой стрелке какой-либо священный объект: храм, ступу, священную гору, дом духовного учителя или даже самого учителя.

Омрачения /nyon mongs pa; санскр.: klesa/ – «зарождающиеся в сознании явления, которые поражают тело и сознание, побуждая к неблагим действиям и причиняя душевные муки». (Слов.) АП: мучительные переживания, страсти. Синоним: яд /dug/. См. пять ядов.

Ординарные свершения (сиддхи) /thun mong gi dngos grub/ – порождаемые медитацией сверхъестественные способности, которые могут развить в себе как практикующие буддизм, так и адепты других направлений. См. свершения.

Освобождение /thar pa; санскр.: moksa/ –1) освобождение от сансары архата или Будды; 2) иногда со значением bsgral las byed pa – «осуществлять акт освобождения» т. е. проводить практику с целью освободить от тела сознание злонамеренного существа и отправить его в чистую землю (см. также прим. 66).

Основа всего /kun gzhi/ – алая – базовый слой сознания, в котором хранятся кармические отпечатки.

Открыватель сокровищ /gter ston/. См. духовное сокровище.

Отверстие Брахмы /tshang pa'i bu ga; санскр.: brahmarandhra/ – место на темени, где (в случае данной практики. – *Прим. ред.*) представляется конец центрального канала.

Отсутствие «умствований» /sems ma bcos pa/ – первозданное состояние сознания, свободного от каких-либо движений (построений, рассуждений). См. изначальный (первозданный).

II.

Падампа Сангье (XI-XII века) /pha dam pa sangs rgyas/ – индийский сиддха; ввёл учение школы Шижед /zhi byed /. Был учителем Мачик Лабдрон, которой он передал учение чё. Несколько раз посещал Тибет.

Падма /букв. 'лотос'; по-тибетски произносится «пема»/ – имя, которым именовал себя Падмасамбхава.

Падма Тхотренг /padma thod phreng rtsal/, букв. 'Падма, украшенный гирляндой черепов' – одно из имён Падмасамбхавы.

Падмасамбхава из Уддияны /orgyan padma 'byung gnas/ – рождённый в лотосе, обычно именуемый Гуру Ринпоче. Во времена правителя Трисонга Децена он покориł злые силы, препятствовавшие распространению в Тибете буддизма, и скрыл для блага будущих поколений бессчётные духовные сокровища. Он почитается как второй Будда, чей приход ради распространения особого учения Ваджраяны был предсказан Буддой Шакьямуни.

Палмо (монахиня) /dge slong ma dpal mo/ – знаменитая индийская монахиня, которая ввела в широкую практику ньюнгне (день голода с обетом молчания) и обрела высшее постижение через практику Авалокитешвары.

Пал-юл (монастырь) /dpal yul/ – один из шести больших монастырей школы Ньингма.

Пандита – учёный, обладающий глубокими знаниями в пяти традиционных науках (см. пять наук). Так обычно называли индийских учёных.

Паривраджика (санскр.) – индийские странствующие аскеты, – Прим. ред.

Первозданная чистота /ka dag/ – природа Будды, заложенная во всех существах; чистота, неподвластная осквернению. Также см.: природа Будды; изначальное.

Переживание (медитативное) /nyams/ – испытывание блаженства, ясности, безмыслия. К таким переживаниям не следует привязываться или принимать их за конечную цель.

Перенос /rho ba/ – 1) переселение, перемещение сознания (после смерти), 2) практика направления сознания в момент смерти (перенос сознания).

Периферийный край /mtha' 'khob/ – территория, где учение буддизма неизвестно.

Пир подношения /tshogs kyi 4khor lo; санскр.: ganacakra/ – ритуал, включающий благословение и подношение еды и напитков, а затем потребление этой еды и напитков как нектара мудрости.

Питака /букв, 'корзина'/, см. Трипитака.

Пишача (санскр.) /phra men/. В тибетском буддизме восемь пишач считаются эманациями восьми дакини тантрийского этапа порождения, ответственными за восемь объектов сознания. Их описание и изображение приводятся, например: Lauf, D.I. Eine Ikonographie des tibetischen Buddhismus. Graz, 1979. P1.76.

Победитель /rgyal ba; санскр.: jina/ – эпитет Будды.

Подготовительная часть, основная часть и посвящение (заслуг от практики), см. три высших метода.

Пожиная плоды творений других /gzhan 'phrul dbang byed; санскр.: paranirmitavasavartin/ – шестой и высший уровень богов в мире желаний, где боги пожинаят плоды того, что чудодейственно сотворили другие боги. См. три мира.

Поза 'ваджры', ваджра-асана /rdo rje dkyil krung; санскр.: vajrasana/ – поза при медитации: ноги скрещены, правая поверх левой, а ступни лежат на бёдрах. (Подробнее об этой и других позах см. Определитель буддийских изображений. Таблица 2. – Прим. ред.)

Поза царская /rgyal po'i rol stabs/ – ср. сидеть в царской позе: правая нога наполовину вытянута вперёд, левая полностью согнута вовнутрь. (Подробнее об этой и других позах см. Определитель буддийских изображений. Таблица 2. – Прим. ред.)

Поза семи точек Вайрочаны /nam snang chos bdun; санскр.: saptadharmavairocana/ – идеальная поза при медитации, определяемая по семи точкам: ноги скрещены в 'позе ваджры', спина прямая, руки в положении медитации, взгляд устремлён

на кончик носа, подбородок слегка опущен, плечи расправлены, «как крылья грифа», и кончик языка касается нёба.

Позитивное действие /dge ba; санскр.: kusala/~ то, что вызывает счастье, то, что ведёт к благим результатам. АП: добродетельное/благое действие, добродетель, благотворное действие.

Поле [собрания] заслуг /tshogs zhing/. Поле накопления заслуг – те, к кому обращены подношения, почитание, молитвы, простирания и т. п.; и в силу чьего содействия осуществляется необходимое накопление заслуг и мудрости «благодаря простираниям, подношениям и молитвам». (Слов.). Вследствие просветлённых качеств Будды, Дхармы и Сангхи эффект всякого направленного к ним позитивного действия имеет огромную силу. «Поле заслуг» часто предполагает визуализацию того, на ком или на чём сосредоточена практика, например визуализацию собрания объектов Прибежища, учителя в гуру-йоге и т. п. Тот факт, что наша практика и позитивные действия устремлены к воплощению Будды, к Дхарме и к Сангхе, придаёт им существенно большую силу.

Полное Прозрение /rdzogs pa'i byang chub; санскр.: sambodhi/ – совершенное состояние Будды. В соответствии с Великой колесницей, Освобождение, которое реализуют шраваки и пратьекабудды, не является полной буддовостью; и хотя они вырываются из сансары, им ещё предстоит в конечном счёте пройти путь Великой колесницы и обрести полную буддовость.

Полностью чистое действие /zag med; санскр.: anasrava/ – действие, не ориентированное на понятия субъект, объект. АП: действие, не омрачённое негативными эмоциями. См. прим. 217

Полный эффект /gnam smin gyi 'bras bu; санскр.: vipakaphala/ – тот пункт, в котором действие оказывает максимальное воздействие, например имеет следствием перерождение в аду.

Положение, как при ходьбе /mnyam pa'i 'dor stabs/ – положение стоя, ноги вместе, но правая нога несколько выдвинута вперёд, что символизирует стремление оказывать помощь другим существам.

Посвящение /dbang bskur; санскр.: abhiseka, букв. 'перенос власти'/ – разрешение слушать и изучать Учение Ваджраяны, а также практиковаться в нём. Посвящение проводится во время церемонии, которая может быть и весьма изощрённой, и крайне простой. См. четыре посвящения.

П. мудрости /shes rab kyī dbang/ – третье посвящение, «которое очищает омрачения сознания, способствует медитации на этапе завершения и сеет семена для обретения ваджра-сознания и постижения дхармакаи (Слов.)

П. плода /'bras bu'i dbang/ – это посвящение в момент обретения полного Прозрения.

П. слова, драгоценное /tshig dbang rin po che/ – четвёртое посвящение, «которое очищает омрачения тела, речи, сознания и привычных склонностей, способствует медитации о естественном Великом Совершенстве и сеет зёрна обретения ваджрной мудрости и свабхавикакаи» (Слов.)

П. сосуда /bum dbang/ – первое посвящение, «которое очищает омрачения тела, позволяет медитировать на этапе порождения и сеет семена для обретения ваджрного тела и нирманакаи». (Слов.)

Послушник /dge tshul; санскр.: śramaṇera/ – монах-новичок, принявший меньшее число обетов, чем монах, получивший полное посвящение /dge slong; санскр.: bhikṣu/.

Потова (геше) (1031-1105) /po to ba/ – один из трёх братьев, трёх главных учеников Дрома Тонпы.

Правитель, подданный и сподвижница /rje 'bangs grogs gsum/ – правитель Трисонг Децен, великий переводчик Вайрочана и дакини Еше Цогьял – определены так относительно Падмасамбхавы. Практики соединения и освобождения – см. прим. 18.

Практикующий в миру, мирянин /dge bsnyen; санскр.: upasaka/ – мирянин, принявший Прибежище и, обычно, также один или более из следующих пяти обетов: не убивать, не лгать, не воровать, не совершать сексуальные проступки и не употреблять спиртное. В ряде случаев взамен обета о соблюдении правил сексуального поведения можно принять обет целомудрия. Эти обеты являются частью восьми обетов пратимокши.

Пратимокша /so sor thar pa, букв. 'личное освобождение'/. Обеты личного Освобождения составляют восемь разрядов (начиная с обета на один день и кончая обетами монахов, принявших полное посвящение), которые излагаются в Винае. См. три обета.

Пратьекабудда /rang sangs rgyas/ – «тот, кто преодолел сансару без помощи духовного учителя. Изучая природу взаимозависимого порождения, он осознаёт бессущность «я» (эго) и, до известной степени, также бессущность явлений (всех вещей)». (Слов.)

Предварительные упражнения /sngon 'gro/ – обычно относятся к пяти традиционным предварительным упражнениям: принятие Прибежища, порождение бодхичитты, практика Ваджрасаттвы, поднесение мандалы и гуру-йога, каждое из

которых выполняется по сто тысяч раз. Иногда ведут счёт по-другому и включают, например, простирания, а иной раз добавляют и какое-либо дополнительное чтение.

Предмет завета /dam tshig gi rdzas/ – предмет или ингредиент, который используется в некоторых аспектах практики Ваджраяны и содействует либо устранению нарушений завета, либо его укреплению.

Преты /yī dvags/ – один из шести типов существ. АП: голодные духи.

Прибежище 1) /skyabs yul/ – тот объект, в котором принимаешь Прибежище; 2) /skyabs 'gro/ – практика принятия Прибежища.

Приближение и осуществление /bsnyen sgrub/ – две стадии в практике этапа порождения /bskyed rim/, предполагающие начитывание большого числа мантр. На первой стадии практикующие «подходят» к воображаемому божеству, читая мантру этого божества. На второй стадии они уже достаточно знакомы с божеством и могут идентифицировать себя с ним.

Привидение /'dre/ – дух умершего или, обобщённо, любой вредоносный дух.

Привычные склонности /bag chags; санскр.: vasana/ – привычный строй мыслей и речи, а также привычные модели поведения, вытекающие из прошлого жизненного опыта. АП: привычки; привычные тенденции/склонности.

Привязанность /'dzin pa, букв, ухватиться, держаться, цепляться, привязаться/. Может означать 'иметь веру (во что-либо)'. Таким образом, привязанность к «я» цепляние за «я» – это вера в «я», в самосущее бытие «я».

Призывая учителя издалека /bla ma rgyang 'bod/ – тип молитвы, в которой выражается тоска по духовному учителю.

Природа Будды /de gshogs snying po; санскр.: tathagatagarbha/ – заложенная в каждом потенциальная возможность достичь состояния Будды. См. первозданная чистота.

Провинность /ltung ba/ – «проступок вследствие нарушения монастырского или какого-либо иного правила». (Слов.)

Провозглашающий Дхарму неизбывно-мелодичным голосом /sgra dbyangs mi zad pa sgrogs pa/ – имя одного Будды.

Промежуточное состояние /bar do; санскр.: antarabhava/ – этот термин обычно обозначает переживания в различных состояниях между смертью и следующим рождением, а иногда имеются в виду и разные состояния сознания в течение жизни. Различаются четыре или шесть «бардо» (промежуточных состояний): 1) естественное промежуточное состояние жизни /rang bzhin skyes gnas bar do/, 2) промежуточное состояние момента смерти /'chi kha'i bar fo/, 3) промежуточное состояние высшей реальности /chos nyid bar do/, 4) промежуточное состояние становления /srid pa'i bar do/;

или, если добавить два более частных состояния в рамках первого бардо, тогда ещё: 5) промежуточное состояние сновидения /rmi lam bar do/ и 6) промежуточное состояние медитации /bsam gtan bar do/.

Промежуточное состояние высшей реальности /chos nyid bar do/ – промежуточное состояние, в течение которого высшая реальность проявляется как чистые формы, предстающие – в зависимости от личных склонностей каждого – в их мирном либо грозном аспекте.

Промежуточное состояние становления /srid pa'i bar do/ – промежуточное состояние, в течение которого сила кармы толкает существо к следующему перерождению в сансаре.

Просветление, Пробуждение /byang chub; санскр.: bodhi/ – очищение /byang/ от всех омрачений и осознание /chub/ всех (высоких) качеств. Также см.: полное Прозрение.

Простирание /phyag 'tshal ba/ – склоняться так, чтобы (в знак почитания) лоб, ладони рук и колени касались земли. «Существуют три типа простираний. Высшее – это «встреча с воззрением»; простираться с воззрением – значит знать, что не существует ни субъекта, ни объекта, ни действия. Среднее – это «практика медитации», когда мы визуализируем множество тел и каждое из них воздаёт бесчисленные хвалебные песнопения. Можно бы подумать, что это практика стадии порождения, однако это не так, ибо речь идёт об эманации бесчисленных ординарных и нечистых тел, не в облике божеств. Обычное – это «простирание как знак почитания»: мы простираемся телом, произносим молитвы и поклоняемся в сознании. Поскольку почитание является самым важным аспектом, при простирании следует неизменно помнить о высоких качествах беспредельных объектов Прибежища». (Прим.)

Лучше всего, когда практикуешь третий тип простираний, сохранять воззрение первого типа и визуализацию второго.

Проявленная радость /mnong par dga' ba; санскр.: abhirati/ – название кальпы, а также чистой земли Будды Акшобхьи.

Пурнакашьяпа /'od srung rdzogs byed/ – один из главных учителей тиртхик во времена Будды.

Пустота /stong pa nyid; санскр.: sunyata/ – бессущность всех явлений, т. е. отсутствие у всех явлений самосущего бытия.

Путь видения /mthong lam; санскр.: darsanamarga/ – третий из пяти путей, ведущих к полному Прозрению. Название пути объясняется тем, что именно здесь непосредственно открываются оба вида пустоты: бессущность эго («я») и бессущность явлений, то есть открывается высшая реальность.

Путь накопления /tshogs lam; санскр.: sambharamarga/ – первый из пяти путей к полному Прозрению. На этом пути происходит накопление причин, которые делают возможным дальнейшее продвижение к Прозрению.

Путь соединения /sbyor lam; санскр.: prayogamarga/ – второй из пяти путей к полному Прозрению. На этом пути готовятся постигать два вида бессущности – отсутствие самосущего бытия эго («я») и отсутствие самосущего бытия явлений.

Пучунгва (геше) /phu cung ba/ – один из трёх братьев.

Пять аспектов буддовости: тело, речь, сознание, достоинства и деятельность.

Пять заветов потребления /dang du slang ba'i dam tshig lnga/ – пять второстепенных заветов в Дзогчене. Речь идёт о потреблении пяти видов мяса и пяти нектаров, которые употребляют практикующие тантру, хотя обычно эти продукты считаются нечистыми или запретными. См. прим. 116.

Пять мудростей /ye shes lnga) – пять аспектов первоизданной мудрости, проявляющиеся после достижения состояния Будды: мудрость абсолютного пространства /chos dbying kyü ye shes; санскр.: dharmadhatu jñāna/, зеркалоподобная мудрость /te long gi ye shes; санскр.: adarsa jñāna/, мудрость равенности /mnyam nyid kyü ye shes; санскр.: samata jñāna/, мудрость распознавания /so sor rtog pa'i ye shes; санскр.: pratyaveksana jñāna/ и всеосуществляющая мудрость /bya ba grub pa'i ye shes; санскр.: kityanusthana jñāna/. См. также пять семейств.

Пять наук /rig gnas lnga; санскр.: раpсavidya/ – пять отраслей знания: 1) ремёсла, 2) медицина, 3) филология, 4) логика и 5) буддийская наука.

Пять несравненных и высоко благородных /dam pa'i rigs can dra ma lnga/ – это один бог (grags ldan mchog skyong; санскр.: Yacasvi, Varapala), один нага (klu rgyal 'jog po, повелитель наг Такшака), один якша (skar mda' gdong, Улкамукха), один ракшаса (blo gros thabs ldan, Матьяупаика) и один человек (dri med grags pa, Вималакирти); в других источниках вместо Вималакирти называют бога Индру (rig 'dzin lha rgyal sbyin). (Согласно словарю chos kyü gnam grangs... P.140, это «незапятнанные и преславные: славный божественный защитник Дхармы, владыка наг, якша с метеоритным ликом, очень умный сринпо, милиццаби». – Прим. ред.)

Пять объектов желания /'dod pa'i yon tan lnga/ – желанные объекты пяти органов чувств. – Прим. ред.

Пять подношений – это цветы, благовония, лампы, духи и еда.

Пять почти столь же тяжких преступлений (как преступления с немедленным возмездием) /nye ba'i mtshams med lnga/ – это 1) совершить недостойный поступок по

отношению к архату; 2) убить бодхисаттву; 3) убить того, кто медитирует для достижения высшего уровня; 4) украсть провиант у Сангхи; 5) разрушить ступу.

Пять преступлений с немедленным возмездием /mtshams med lnga; санскр.: pancanantariya/ – это 1) убить отца, 2) убить мать, 3) убить архата, 4) создать раскол в сангхе, 5) злонамеренно ранить Будду. Каждый, кто совершил одно из этих действий, сразу же после смерти, не проходя промежуточное состояние, возродится в Аду беспредельных мучений.

Пять признаков смутного времени /snyigs ma lnga/. Это относится к следующему: 1) продолжительность жизни (убывает); 2) омрачения (пять ядов) (возрастают); 3) существа (испытывают трудности и помочь им трудно); 4) времена (множатся войны, царит голод); 5) воззрения (распространяются ложные верования).

Пять путей /lam lnga; санскр.: pancamarga/ – это пять последовательных этапов на пути к Прозрению: накопление /tshogs lam/, применение /sbyor lam/, видение /mthong lam/, освоение /sgom lam/ и за пределами ученичества /mi slob pa'i lam/.

Пять семейств /rigs lnga; санскр.: pancakula/ – семейства Будды, ваджры, драгоценности, лотоса и действия, представляют подлинную природу всего сущего. Например, пять Победителей являют суть истинной природы пяти совокупностей, их сподвижницы – истинную природу пяти элементов, пять мудростей – истинную природу пяти ядов и т. д.

Пять совершенств /phun sum tshogs pa lnga/ – это совершенный учитель, совершенные ученики, совершенное Учение, совершенное место учения и совершенное время.

Пять тел /sku lnga; санскр.: pancakaya/ – три тела, к которым добавляются неизменяемое алмазное тело (mi 'gyur rdo rje'i sku; санскр.: Vajrakaya/) и тело полного Прозрения /mngon par byang chub pa'i sku; санскр.: abhisambodhikaya/. Это выражение может также относиться к пяти аспектам буддовости.

Пять энергий, см. энергия.

Пять ядов /dug lnga/ – пять омрачений: 1) заблуждение /gti mug; санскр.: moha/, 2) привязанность (страсть) /'dod chags; санскр.: raga/, 3) отвращение, гнев /zhe sdang; санскр.: dvesa/, 4) зависть /phra dog; санскр.: irsya/ и 5) гордыня /nga rgyal; санскр.: mana/.

Пятьсот тысяч предварительных упражнений /bum lnga/ – пять традиционных предварительных упражнений, каждое из которых выполняется по сто тысяч раз. См. предварительные упражнения.

Р.

Равенство /mnyam pa nyid; санскр.: samata/ – все существа и явления в равной мере имеют природу пустоты.

Разрушитель сансары /'khor ba 'jig/ – Будда Кракучханда, первый из тысячи Будд этой Благой кальпы.

Ракшаса /sgrin po/ – вид вредоносных духов, которые питаются человеческой плотью.

Раса Трулнанг – первоначальное название Джокханга.

Рассудочное соотнесение /dmigs pa/ – всякое соотнесение с представлением о субъекте, объекте и действии.

Ратнасамбхава /rin chen 'byung gnas/ – Будда – глава семейства драгоценности. См. пять семейств.

Репа Шива О /ras pa zhi ba 'od/ – один из основных учеников Миларепы.

Решимость достичь Освобождения /nges 'byung; санскр.: nihsarana/ – определяется как «сознание, которое стремится освободиться от сансары». Этот термин часто переводится как «отречение» (то есть отречение от сансары).

Риме, см. несектантское движение.

Ринчен Пел (Ургьенпа) (1230-1309) /orgyen rin chen dpal/ – великий сиддха традиции Друкпа Кагью, ученик Готсангпы. Много путешествовал, посетил Уддияну, Бодх-Гаю, Китай. Его учениками были Кармапа Ранджунг Дордже, Кхарчупа и Дава Сангье.

Ринчен Сангпо (958-1055) /rin chen bzahg po/ – самый знаменитый переводчик времени второго распространения буддизма в Тибете, был зачинателем Новой традиции.

Риши /drang srong/ – 1) мудрец, затворник, святой; в особенности, когда речь идёт о знаменитых мудрецах индийских мифов, которые отличались невероятным долгожительством и обладали магической силой; 2) название созвездия.

Ровное спокойствие /zhi gnas; санскр.: samatha/ – основа любой сосредоточенности. «Будучи сосредоточенным /gnas/, сознание более не устремляется /zhi/ на внешние предметы и, стало быть, не отвлекается от избранного объекта». (Слов.)

Рождённый в лотосе /padma 'byung gnas/ – см. Падмасамбхава.

Руपाкая /gzugs sku/ – тело формы, включающее самбхогакаю и нирманакаю.

С.

Садапрарудита /ttag tu ngu/ – бодхисаттва, чьё имя обозначает «вечно плачущий». Это оттого, что он пролил много слёз, вымаливая учение о запредельной мудрости.

Садхана /sgrub thabs/ – 1) какая-либо медитативная практика в Ваджраяне; 2) текст, описывающий такую практику – *Прим. ред.*

Сакья /sa skya/ – одна из школ Новой традиции, основанная Кхоном Кончоком Гьялпо (1034-1102).

Самантабhadра /kun tu hzang po/ – 1) изначальный Будда (АдиБудда), никогда не впадавший в заблуждение; Будда-дхармакая, изображаемый в виде обнажённой фигуры глубокого небесно-синего цвета в соитии с Самантабhadри, что является символом изначальной мудрости и пустоты; первоначало линии передачи тантр в школе Ньингма; 2) бодхисаттва Самантабhadра – один из восьми великих ближайших сыновей, знаменитый тем, что смог силой сосредоточения чудодейственно умножить свои подношения.

Самбхогакая /longs spyod rdzogs pa'i sku/ – тело совершенной радости, спонтанно озарённый аспект буддовости, воспринимаемый лишь существами, достигшими высоких постижений.

Самварасара /bde mchog snying po/ – одно из имён Манджушримитры.

Самье /bsam yas/ – первый в Тибете монастырь, построенный в долине Цангпо к юго-востоку от Лхасы во времена правителя Трисонга Децена. Название монастыря означает «непостижимый».

Самье Чимпу /bsam yas mshims phu/ – название группы уединённых хижин, в горах над монастырём Самье, где обрели прозрение многие буддийские созерцатели.

Сангха /dge 'dun/ – в широком смысле это относится ко всем практикующим учение буддизма; но в некоторых контекстах может иметь более узкое значение и относиться к архатам, бодхисаттвам, принявшим обет монахам и т. п.

Сансара /'khor ba/ – бесконечная круговерть обусловленных, полных страдания и обманутых надежд существований, в процессе которых существа силой омрачений и своих прошлых действий перебрасываются из одного перерождения в другое.

Сараха /sa ra ha/ – индийский махасиддха, автор трёх циклов дох. Сарваниваранашикамбхин /sgrub pa gnam sel/ – один из восьми великих ближайших сыновей Будды Шакьямуни.

Саттваваджра /sems dra' rdo rje/ – одно из имён Ваджрапани. Свабхавикакая /ngo bo nyid kyi sku/ – сущностное тело или природа как она есть в аспекте нераздельности дхармакаи. самбхогакаи и нирманакаи.

Свершения /dngos grub; санскр.: siddhi/ – «тот плод, к которому стремишься и который обретаешь, практикуясь в Учении». (Слов.) Ординарные свершения заключаются в обладании некоторыми сверхъестественными способностями; высшим свершением является Прозрение. См. также ординарные свершения.

Свободная от борьбы /thab bral; санскр.: Yama/ – название сферы богов в мире желаний. Называется так потому, что расположена достаточно высоко и богам не приходится там вести борьбу с асурами.

Семеричный ритуал /yan lag bdun; санскр.: saptanga/ – духовная практика в семи частях, состоящая из простирания, подношения, исповеди, выражения радости от благих действий, просьбы к учителям неизменно вращать колесо Дхармы; моления, чтобы они не уходили в нирвану, и посвящения заслуг.

Семичастная мандала /mandal so bdun ma/ – подношение мандалы, включающей семь элементов: гору Меру, четыре континента, солнце и луну.

Семь атрибутов вселенского монарха /rgyal srid sna bdun; санскр.: saptaratna/ – семь знаков власти вселенского монарха, каждый из которых имеет символическое значение: это драгоценное золотое колесо; драгоценность, исполняющая желания; драгоценная супруга; драгоценный министр; драгоценный слон; драгоценный конь и драгоценный генерал.

Семь благородных драгоценностей /'phags pa'i nor bdun; санскр.: saptadhanam/ – это вера, нравственность, щедрость, знания, совестливость /ngo tsha/, стыдливость /khrel yod/ и мудрость. Совестьливость /ngo tsha/ и стыдливость /khrel yod/ обозначают два вида стыда, которые удерживают нас от совершения неблагих действий: ngo tsha – стыд совершать неблагие действия, т. е. стыд перед собой; khrel yod – стыд перед другими.

Семьдесят пять достославных защитников /dpal mgon bdun cu rtsa lnga/ некоторые из наиболее знаменитых защитников Дхармы в Тибете. Они считаются эманациями Махакалы.

Сжигаемые подношения /gsur/ – подношение запаха еды, подожжённой на углях. Такое подношение делается Буддам, защитникам, вообще всем существам, но, в особенности, блуждающим духам и тем, с кем нас связывают кармические долги; gsur приготавливается из трёх белых продуктов и трёх сладких продуктов. Красный gsur готовится с мясом.

Сиддха /grub thob, букв. 'тот, кто обрёл сиддхи'/ – всякий, кто, практикуясь в Тайной мантраяне, обрёл плод.

Сиддхи /dngos grub/ – см. свершения.

Славная гора юго-западного континента – см. Славная Медно-красная гора.

Славная Медно-красная гора /zangs mdog dpal ri/ – чистая земля, явленная Падмасамбхавой, куда он отбыл, покинув Тибет, и где находится и сейчас.

Слизь /bad kan/ – в соответствии с тибетской медициной, одна из трёх стихий тела. См. также ветер, желчь.

Смритиджняна (X-XI века) – индийский учитель и пандита, известный новыми переводами тантр и комментариев на тибетский язык и исправлением ряда старых. С его смертью заканчивается период Старых переводов.

Со, Сур и Нуб /so zur gnubs/ – имена трёх великих мастеров Учения, которые были первыми держателями традиции «кама» в Ньингма, – традиции длительной передачи наставлений от учителя к ученику в отличие от краткой передачи терма (духовных сокровищ, скрытых и вновь открытых, долгое время спустя). Их полные имена были Со Еше Вангчук, Сур Шакья Джунгне и Нуб Чен Сангье Еше.

Сонгцен Гампо (617-698) /srong btsan sgam po/ – тридцать третий правитель Тибета и один из трёх великих дхармических тибетских правителей. Во время его правления были построены первые буддийские храмы. Годы жизни Сонгцена Гампо, которые приводятся обычно, это 609-698, но Гендун Чопел считал, что это 617-650 (см.: White Annals. P. 13). Согласно Hist., он родился в 617 году, но другие авторы называют 629-й.

Сосредоточенность, сосредоточение /ting nge 'dzin/ – это отсутствие отвлечений. Принимать видимость за реальность – это источник отвлечения. Медитировать о видимостях как о божествах, то есть как о чистых проявлениях мудрости без какой-либо определённой реальности, – это значит быть сосредоточенным.

Срединный путь /dbu ma'i lam; санскр.: saptadhanam) – здесь: учение о пустоте, впервые систематизированное Нагарджуной. Это учение считается основой наставлений Тайной мантраяны. «Срединный» указывает на то, что это учение не ограничено рамками наподобие таких крайних философских воззрений, как нигилизм и этернализм.

Становление /srid pa/ – процесс существования в сансаре. Это тибетское слово часто употребляется в значении «возможность» и обозначает все те представления, которые мы проецируем на действительность и которые становятся воспринимаемым нами иллюзорным миром. Это слово обычно используется как синоним сансары в противовес zhi ba – покой нарваны.

Старая традиция /rnying ma pa/ – название наиболее раннего Учения, которое в VIII веке распространял в Тибете Падмасамбхава. Патрул Ринпоче принадлежал к этой школе.

Сто семейств /rigs brgya/ – семейства сорока двух мирных и пятидесяти восьми гневных божеств.

Стослоговая мантра /yig brgya/ – мантра Ваджрасаттвы, представляющая сущность ста семейств.

Страдание обусловленности /'du byed kyī sdug sngal/ объясняется следующим образом: rgyu rkyen 'du byed nas sdug sngal 'byung «когда причина и условие сходятся вместе, возникает страдание». Это считается источником двух других основных видов страдания в сансаре и описывается как khyab pa – вездесущее или всепроникающее страдание.

Ступа /mchod rten; букв, 'опора подношения'/ – символ сознания Будды. Часто в ступы закладываются останки просветлённых существ. Размеры ступы могут варьироваться от небольшого глиняного ца-ца до огромных сооружений, таких как Борободур в Индонезии или Бодхнатх в Непале.

Суварнадвипа /gser gling/ – остров Суматра (Индонезия), где жил учитель Дхармакирти. Атиша считал его самым важным из своих учителей, потому что от него он получил наставления о бодхичитте.

Сугата /bde bar gshegs pa, букв, 'ушедший к счастью'/ – Будда; «тот, кто, идя благословенным путём колесницы бодхисаттв, обретает плод счастья – совершенную буддовость» (Слов.)

Сунакшатра /legs pa'i skar ma/ – двоюродный брат Будды. Он в течение двадцати пяти лет прислуживал Будде и знал наизусть все его наставления, но так и не смог оценить его высокие качества. Умер вскоре после того, как покинул Будду, и переродился как прета (голодный дух).

Сподвижница 1) /yum, букв, «мать»/ – божество в женском облике, представляемое в соитии с божеством в мужском облике /yab/. Символизирует мудрость, неотделимую от искусных средств, которые символически представлены божеством в мужском облике; также символизирует простор пустоты, нераздельный с изначальным сознанием; 2) /gsang yum, букв, «тайная мать»/ – сподвижница возвышенного ламы.

Сутра /mdo/ – текст, передающий устные наставления Будды. Сутры – это одна из трёх питак. См. Трипитака.

Существа обыкновенные (rags pa), неуловимые («тонкие» – phra ba) и «тончайшие» (shin tu phra ba) – см. прим. 8.

Сущностные наставления /man ngag; санскр.: upadesa/ – наставления, в которых даются точные и ясные практические объяснения к наиболее глубоким и существенным аспектам Учения.

«Сущность, естество и сострадание» /ngo bo, rang bzhin, thugs rje/. В воззрении Великого Совершенства: сущность сознания и вещей – пустота; естество (букв.: «самобытие») этой сущности – ясность; её сострадание многообразно и пронизывает все существующее.

Сферы существования – см. шесть сфер существования.

Т.

Тайная мантрайна /gsang ngags kyi theg pa/ – раздел Великой колесницы, в которой используется техника тантр с целью в кратчайший срок привести существ к Прозрению. Синоним: Ваджраяна.

Тайное посвящение /gsang dbang/ – второе посвящение, «которое очищает омрачения речи, позволяет медитировать на каналах и энергиях и читать мантры, а также сеет семена обретения ваджра-речи и самбхогакаи». (Слов.)

Таковость /de bzhin nyid; санскр.: tathata/ – природа вещей, пустота.

Танка /thang ka/ – тибетское живописное произведение в форме свитка.

Тантон Гьялпо (1385-1509) /thang stong rgyal po/ – знаменитый тибетский сиддха, много путешествовавший по Китаю, Тибету и другим восточным странам. Построил множество храмов и металлических мостов и также основал монастыри в Дерге и в других местах.

Тантра /rgyud/ – исходный текст и система практики в рамках Ваджраяны.

Тара /sgrol ta/ – бодхисаттва в женском облике; рождена из слёзы Авалокитешвары и являет великое сострадание.

Татхагата /bde bzhin gshegs pa/ – синоним Будды.

Творческое начало первозданного сознания /rig pa'i rtsal/ – неотъемлемая и спонтанная способность первозданного сознания разворачивать явления.

Тело /sku/ – см. три тела, четыре тела, пять тел.

Тело, речь, сознание, высокие качества и деятельность /sku, gsung, thugs, yon tan, phrin las/ – пять аспектов буддовости. Иногда об этом говорят как о пяти телах. См. также пять семейств.

Тенма /rten ma bcu gnyis/ – двенадцать местных богинь, которые в присутствии Падмасамбхавы дали обет защищать Дхарму.

Тепло (признак ~) /drod rtags/ – знак, указывающий на то, что практика начинает приносить результаты. Так, если разжигаешь костёр и появляется признак тепла, это

означает, что огонь разгорается. (Это название первого уровня второго из пяти путей. – *Прим. ред.*)

Терма – клад, духовные сокровища.

Тилопа – один из восьмидесяти четырёх индийских махасиддх. Учитель Наропы.

Тиндзин Зангпо (Ньянг) (IX век) /myang ting 'dzin bzang po/ – тибетский махасиддха, ученик Вималамитры (от которого он получил все наставления к Сокровенной сущности), а также Падмасамбхавы. Говорят, что он был первым из тибетцев, кто обрёл радужное тело великого переноса ('ja' lus 'pho ba chen po) – величайшее свершение в рамках Великого Совершенства.

Тиргхика /tu stegs pa/ – букв, 'те, кто пребывает на берегах' (т. е не «вступает в потока – *Прим. ред.*). Этот термин используется для обозначения последователей школ религиозной и философской мысли, стоящих на крайних позициях нигилизма или этернализма, несовместимых с буддизмом.

Тонпа (геше) (1005-1064) – Дром Тонпа.

Торма /gtor ma/ – ритуальное подношение, обычно изготавливаемое из муки и масла; может служить символом божества, мандалы или подношения, а иногда также используется как оружие для борьбы с негативными силами.

Традиция шести и традиция девяти передач Учения. Три линии «длинной» (bka' ma) передачи знания – это линия ментальной передачи знания Победителями (rgyal ba dgongs pa'i brgyud); линия символической передачи знания видьядхарами (rig 'dzin brda'i brgyud) и линия устной передачи знания ординарным существам (gang zag snyan brgyud). Шесть линий «короткой» передачи духовных сокровищ (gter ma) – это три предыдущие вместе взятые; а также линия, усиленная молитвами (smon lam dbang bskur ba'i brgyud); линия сокрытия сокровищ и препоручения их дакини (mlcha' 'gro gtad rgya'i brgyud) и линия пророческая (bka' bab lung bstan gyi brgyud). В этом разделе Патрул Ринпоче кратко описывает последовательность последних трёх линий, которые имеют прямое отношение к духовным сокровищам. Линия «скрывать и препоручать дакини» соотносится с самим процессом сокрытия кладов. См. более подробно об этом в Ист. (Vol. 1. P. 745). Девять линий передачи соответствуют трём линиям bka' ma и шести линиям gter ma.

Трекчо /khreg chod/ – одна из высших практик Дзогчена. – *Прим. ред.*

Три белых продукта /dkar gsum/ – молоко, масло и творог, которые традиционно считаются очень чистыми продуктами.

Три брата /sku mched gsum/ – три главных ученика Дрома Тонны: Потопа, Ченгава и Пучунгва.

Три вида восприятия /snang ba gsum/. Предварительные упражнения для практики «путь-плод» (lam 'bras) в традиции Сакья основаны на трёх видах восприятия: нечистое восприятие (ma dag pa'i snang ba); смешанное восприятие в практике йогов (rnal byog nyams ky'i snang ba) и чистое восприятие (dag pa'i snang ba).

Три времени /dus gsum; санскр.: trikala/ – прошедшее, настоящее и будущее.

Три высших метода /dam pa gsum/ – три части практики: 1) подготовительная часть: порождение бодхичитты; 2) основная часть: провести практику без мыслетворений; 3) посвящение: завершить практику, посвятив заслуги просветлению всех существ.

Три Драгоценности /dkon mchog gsum; санскр.: triratna/ – Будда, Дхарма и Сангха.

Три корня /rtsa gsum/: лама – источник благословений; йидам – источник постижений; дакини (и защитники) – источник деятельности.

Три мандалы /dkyil lchor gsum/ – мандалы тела, речи и сознания как явления изначальной природы: формы как божества, звуки как мантры и мысли как мудрость.

Три мира: 1) /kham gsum/ – мир желаний, мир форм и мир не-форм; первый включает всех существ в адах, прёт, животных, людей, асур и некоторых богов; другие два – это сферы богов, как результат некоторых видов интенсивной медитации; 2) но иногда используется как буквальный перевод выражения /sa gsum; санскр.: tribhavana/, то есть 'три уровня' – над землёй /sa bla/, на земле /sa steng/ и под землёй /sa 'og/, что соответствует миру богов, миру людей и миру наг.

Три обета /sdom pa gsum; санскр.: trisariwara/ – обеты личного освобождения или пратимокши, заповеди бодхисаттв и заветы Тайной мантраяны.

Три практики /bslab pa gsum; санскр.: trisiksa/: нравственность /tshul khrims; санскр.: sila/, сосредоточение /ting nges 'dzin; санскр.: samadhi/ и мудрость /shes rab; санскр.: prajna/.

Три представления /'khor gsum/ – представление о субъекте, объекте и действии как имеющих самосущность (истинное самосущее бытие).

Три сладких продукта /mngar gsum/ – сахар, патока и мёд.

Три тела /sku gsum; санскр.: trikaya/ – три аспекта буддовости: дхармакая, самбхогакая и нирманакая.

Три яда /dug gsum/ – три омрачения: неведение, желание и отвращение. См. также пять ядов.

Тридцать пять Будд /sangs rgyas so lnga или bde gshegs so lnga/ – тридцать пять Будд, способных очистить от омрачений всех существ во всех направлениях пространства: в четырёх основных, в четырёх промежуточных, а также в восьми и в шестнадцати дополнительных направлениях, в центре, в зените и в надире.

Тридцать три /gsum cu rtsa gsum; санскр.: Trayastrimsa/ – одна из сфер богов на втором уровне мира желаний, где находится обитель Индры и других высших богов. См. три мира.

Тринадцать украшений самбхогакаи – перечислены на с. 368.

Трипитака /sde snod gsum/ – три собрания учений Будды: Виная – дисциплина; Сутры – общие наставления Будды; Абхидхарма – метафизика. Иногда говорят, что четвертой питакой является учение о Ваджраяне. Трипитака буквально означает 'три корзины!'

Трисонг Децен (790-844) /khri srong sde'u btsan/ – тридцать восьмой правитель Тибета и второй из трёх великих правителей в Дхарме. Его усилиям мы обязаны тем, что из Индии пришли великие учителя и в Тибете прочно укоренился буддизм. В соответствии со Слов., большинство учёных считают годами жизни Трисонга Децена 790-844, хотя, согласно Бутону, он родился в 718-м, а согласно Байкару Яселу – в 730-м. См. прим. 246 в связи с проблемами хронологизации этого периода.

Трудничество /brtul zhugs kyī spyod pa/ – нестандартный образ поведения наиболее продвинувшихся практикующих для укрепления своей убеждённости в воззрении. «Выйдя за пределы ординарных действий, они переходят к необыкновенным». (Слов.)

Тулку /sprul sku/ – тибетский перевод санскритского термина нирманакаья. Используется как почётный титул и общее наименование для признанных перерождений лам, которых находят и обучают с раннего детства, с тем чтобы они могли наследовать традицию, а в ряде случаев – также и монастыри, учреждённые их предшественниками. Однако существует много общественных факторов, влияющих на выбор тулку; и существуют случаи, когда подлинность выбора сомнительна.

Тушита /dga' ldan/ – небесная сфера на четвертом уровне богов в мире желаний, где жил Шакьямуни, перед тем как явиться в этот мир. Сейчас в этой небесной сфере пребывает будущий Будда Майтрея. См. три мира.

Тэуранг /the'u rang/ – разновидность духов, которые выглядят как одноногие карлики.

У.

Уддияна /o rgyan/ – земля дакини. Некоторые полагают, что она находится между современным Афганистаном и Кашмиром. Там родился Падмасамбхава и также Гараб Дордже.

Уровни бодхисаттвы / 'phags pa'i sa; санскр.: bhumi/. Десять уровней, которые проходят бодхисаттвы на пути видения /mthong lam/ и медитации /bsgom lam/. В некоторых классификациях прибавляются дополнительные уровни.

Уровень соединения /zung 'jug gi go 'phang/ – уровень Ваджрадхары. Здесь имеется в виду соединение дхармакаи и рупакаи.

Ушниша /gtsug tor/ – см. выступ на темени.

Х.

Херука /khrag 'thung/ букв, «пьющий кровь [привязанности к «я». – *Ред.*]». Термин херука часто обозначает гневных божеств, но, в сущности, относится к любой форме, которая представляет нашу конечную природу. «ХЕ соответствует пространству (т. е. пустоте), КА соответствует мудрости и РУ – это соединение того и другого». (*Прим.*) (В «новых» тибетских школах этот термин относится к йидамам промежуточного класса – «ни грозным, ни спокойным», – а в Ньингма так иногда называют любого йидама. – *Прим. ред.*)

Хозяин земли /sa bdag; санскр.: bhūmipati/ – дух местности.

Ц.

Цампа /tsam pa/ – мука из поджаренного ячменя или других зёрен. Это основная еда в Тибете.

Ца-ца /tsa tsa/ – небольшая ступа, фигура Будды или другая фигурка из глины.

Цен /btsan/ – разновидность злокозненных и гневных духов.

Центральный канал /rtsa dbu ta; санскр.: avadhuti/ – центральная ось в невидимом теле. Его описание варьируется применительно к частным практикам. Центральный канал символизирует не-дуалистическую мудрость.

Цепляние (за что-л.) /'dzin pa/ – букв, 'держаться за что-л.', 'быть привязанным к чему-л.' или же 'верить во что-л.' Таким образом, 'цепляние за эго' означает привязанность к «я» или веру в «я».

Ч.

Чагме Ринпоче... – см. Карма Чагме.

Чакра /'khor lo, букв. «колесо»/ – средоточие энергии. Чакры располагаются в разных точках центрального канала, от которого радиально ответвляются тончайшие каналы, расходящиеся по всему телу. Обычно в практике используют четыре или пять чакр.

Чакшингва /lcags shing ba/ – геше из школы Кадампа, ученик Лангри Тхангпы.

Чамара (или Чамарадвипа) /rnga yab gling/ – в соответствии с древнеиндийской космологией, один из восьми субконтинентов к западу от Джамбудвипы. Это юго-западный континент, славен как чистая земля Славной Медно-красной горы.

Чекава Еше Дордже (1101-1175) /'chad kha ba ye shes rdo rje/ – знаменитый геше из школы Кадампа. Систематизировал учение о Семеричной тренировке сознания и тем сделал его более доступным. (См.: Дилго Кхенце. Отвага Прозрения. СПб.: Нартанг, 2000).

Ченгава (геше) (1038-1103) /sryan snga ba/ – ученик Дром Тонпы, зачинатель традиции передачи устных наставлений школы Кадампа.

Ченрези /sryan ras grigs/ – тибетское имя Авалокитешвары.

Чёрные приношения /тиб.: dkoḡ nag po/ (АП: «опасные приношения»): поскольку Будда, Дхарма и Сангха являются в высшей степени священными, использование сделанных им приношений неподобающим образом влечёт за собой чрезвычайно тяжёлые кармические последствия. Здесь более всего имеются в виду те приношения, которые делают верующие, заказывая церемонии для умерших, больных и т. п.

Четвёртая питака /sde snod bzhi pa/ – питака Тайной мантраяны. См. Трипитака.

Четыре безмерных /tshad med bzhi; санскр.: caturaprameya/ – любовь /'byams pa; санскр.: maitri/, сострадание /snying rje; санскр.: karuna/, сорадование /dga' ba; санскр.: mudita/ и равенность /btang snyoms; санскр.: upekṣa/.

Четыре бесформных состояния /gzugs med bzhi/ – четыре уровня медитации, именуемые безграничное пространство, безграничное сознание, совершенное ничто и ни бытие, ни небытие; а также четыре сферы богов в мире не-форм, соответствующие этим четырём видам медитации. См. три мира.

Четыре великие реки страдания /sdug sngal gyi chu bo chen po bzhi/ – рождение, болезнь, старость и смерть.

Четыре вида деятельности /phrin las bzhi/ – деятельность, осуществляемая просветлёнными существами с целью помочь другим путём устранения неблагоприятных

обстоятельств: 1) умиротворение /zhi ba/ – содействие уменьшению болезней, голода, конфликтов, омрачений, негативных сил и т. п.; 2) возрастание /rgyas pa/ – содействие росту продолжительности жизни, накопления заслуг, благосостояния, духовного постижения и т. п.; 3) контроль /dbang/ – регулирование внешних обстоятельств и внутренних энергий и 4) насильственное подавление /drag po/ негативных сил.

Четыре вида щедрости – это даяние материальных даров, Дхармы, защиты от опасностей и любви – chos kyi nam grangs shes bya'i nor gling 'jug pa'i gru gzigs/ P. 102. – *Прим. ред.*

Четыре видения /snang ba bzhi/ – в Великом Совершенстве четыре последовательных этапа в практике тхогал: 1) прямое распознавание дхарматы /chos nyid mngon sum/, 2) возрастание постижений и видений /nyams snang gong 'phel/, 3) кульминация постижения перводанного сознания /rig pa tshad phebs/, 4) растворение явлений за пределами сознания /chos zad blo 'das/; это последнее иногда формулируется как «растворение явлений в дхармате» /chos nyid zad pa/.

Четыре демона /bdud bzhi/– см. демон и прим. 192.

Четыре единства – единство видимостей и пустоты, осознанности и пустоты, блаженства и пустоты, а также ясности и пустоты.

Четыре завесы /sgrib bzhi/ – 1) завесы как следствие омрачений, 2) кармические завесы, 3) завесы как результат мыслетворения и 4) завесы как следствие привычных склонностей. См. завесы.

Четыре класса /шесть разделов/ тантр /rgyud sde bzhi или drug/ – подразделение тантр на четыре класса (крिया, чарья, йога и анутарайога) в соответствии с классификацией, принятой в Новой школе переводов; или на шесть разделов (крिया, упайога, йога, махайога, ануйога и атийога) в соответствии с классификацией, принятой в Старой школе переводов.

Четыре махараджи /rgyal chen rigs bzhi; санскр.: caturmaharajakayika/ – четыре божества, которые традиционно считаются защитниками четырёх направлений. Они пребывают в первой из шести сфер богов в мире желаний. См. три мира.

Четыре метафоры /'du shes bzhi/ – представлять 1) себя больным, 2) своего духовного учителя – целителем, 3) Дхарму – лекарством и 4) практику наставлений учителя – средством исцелиться.

Четыре наслаждения /dga' ba bzhi; санскр.: caturananda/– четыре возрастающих по степени утонченности переживания блаженства, недоступные ординарному сознанию; связаны с практикой третьего посвящения, посвящения мудрости.

Четыре посвящения /dbang bzhi/ – посвящение сосуда, тайное посвящение, посвящение мудрости и драгоценное посвящение слова. Четыре способа привлекать существ /bsdu ba'i ngos po bzhi; санскр.: catuhsamgrahavastu/ – четыре средства, с помощью которых бодхисаттва привлекает учеников: 1) выказывает щедрость /sbyin pa; санскр.: dana/, 2) разговаривает в приятной манере /snyam par smra ba; санскр.: priyavadita/, 3) обучает каждого ученика в соответствии с его потребностями /don mthun pa; санскр.: samanarthata/ и 4) живёт сообразно тому, чему учит /don spyod pa; санскр.: arthacarya/.

Четыре тела /sku bzhi/ – три тела и свабхавикакая /ngo bo nyid kyī sku/, то есть тело бытия как оно есть, представляющее аспект нераздельности первых трёх тел.

Четыре уровня медитации /bsam gtan bzhi; санскр.: caturdhyana/ – четыре типа медитативного погружения, плодом которого является перерождение в четырёх различных сферах богов в мире формы. Они могут, однако, также использоваться на пути к Прозрению.

Четыре элемента /'byung ba bzhi; санскр.: caturbhuta/: земля, вода, огонь и ветер (или воздух), являющие принципы твёрдости, жидкости, теплоты и движения.

Чё /gcod, букв. «резать, разрушать»/. Метод медитации, при котором в жертву приносится своё тело с целью уничтожить четырёх внутренних демонов. Мачик Лабдрон получила учение чё от выдающегося индийского пандиты Падампы Сангье и от ламы Кьотама Сонама, а затем распространила его в Тибете.

Чинтамани /yid bzhin nor bu/. Это название означает «драгоценность, исполняющая желания» или «всеисполняющая драгоценность» (подробнее см. в Ист.).

Чистая земля /dag pa'i zhing/ – место или область, явленная Буддой или великим бодхисаттвой. Здесь процесс продвижения существ к Прозрению не прерывается возможным ввержением в низшие сферы существования в сансаре. Чистая земля – это также любое место, воспринимаемое как чистое явление спонтанной мудрости.

Чистая земля Блаженства /bde ba saṃ; санскр.: Sukhavati/ – земля Будды Амитабхи на западе.

Чистые восприятия /dag snang/ – «восприятие мира и всего, что в нём есть, как чистого поля Будды, как проявления тел и мудростей» (Слов.)

Чистые уровни (три-) /dag pa sa gsum/ – восьмой, девятый и десятый уровни бодхисаттвы; называются чистыми потому, что на этих уровнях бодхисаттвы совершенно свободны от завес омрачений /nyon sgrib/.

Чогьял Пакпа (1235-1280) /chos rgyal 'phags pa/ – один из пяти великих иерархов в школе Сакья (Сакья Гонгма). Он был наставником монгольского императора Хубилайхана и регентом Тибета.

Чтение в ритме ваджры (rdo rje bzlas pa) – начитывание мантры в ритме 'вдох – задержка дыхания – выдох'.

Ш.

Шаварипа /sha ba ri pa или ri khod dbang phyug/ – один из восьмидесяти четырёх индийских махасиддх. Был охотником из племени, жившего на холмах Бенгалии. Вместе со своими жёнами стал учеником Нагарджуны.

Шакья – род, из которого произошёл Гаутама Будда. Племена шакьев жили на границе современных Индии и Непала.

Шакьямуни /sha kya thub pa/ – Будда нашего времени, жил около V века до н. э.

Шанг Ринпоче (1121-1193) /bla ma zhabg rin po che (brtson 4grus grags pa)/ – знаменитый лама школы Кагмо, основатель ветви Цалпа Кагью.

Шанкара /bde byed/ – сильные страсти и ненависть привели его к убийству собственной матери; однако впоследствии он раскаялся и, очистившись от своих неблагих действий, возродился в одной из небесных сфер.

Шантаракшита /zhi ba^ mtsho/, известный также как Настоятель бодхисаттва – великий индийский пандита. Был настоятелем буддийского университета Наланда и автором многочисленных философских комментариев, таких как Украшение Срединного пути /dbu ma rgyan; санскр.: Madhyamakalamkara-karika/. Правитель Трисонг Децен пригласил его освятить то место в Самье, где предполагалось построить первый тибетский монастырь, и посвятить первых тибетцев в монашеский сан.

Шантидева (VII век) /zhi ba lha/ – великий индийский поэт и махасиддха, поразивший монахов монастыря Наланда своей знаменитой поэмой Бодхичарья-аватара /spyod 'jug/ («Путь бодхисаттвы»), посвящённой практике бодхичитты.

Шапкью /zhabs kyü, букв. «ножной крючок»/ – знак в форме крючка, который ставится под согласными, чтобы обозначить следующий за ними тибетский звук «у».

Шарава (1070-1141) /sha ra ba (yon tan grags)/ – имя геше из школы Кадам, ученика геше Потопы.

Шарипутра /sha ri'i bu/ – один из двух главных учеников Будды Шакьямуни.

Шастра /bstan bcos/ – комментарий к Учению Будды.

Шесть групп сознания /rnam shes tshogs drug; санскр.: sadvijñanakaya, букв. 'шесть групп сознания'/ – имеются в виду триады чувственного объекта, чувственного органа и

соответствующего сознания: зрение, слух, обоняние, вкус, осязание и ментальное сознание.

Шесть миров – см. шесть сфер существования.

Шесть путей Освобождения (grol ba drug) – это видение, слышание, запоминание, касание, вкушение и перенесение.

Шесть сфер существования /'gro drug; санскр.: sadgati/ – шесть видов существования, вызванных к жизни и подвластных одному из отравляющих сознание ядов: в адских сферах (см. ады) – это гнев, среди прёт (голодных духов) – жадность, в мире животных – неведение, в мире людей – желания, среди асур – зависть и среди богов – гордость. Каждая сфера соотносится с ошибочными, вызванными кармой существ восприятиями, которые воспринимаются как истинные. Иногда говорят о пяти сферах существования /'gro lnga; санскр.: pancagati/. В этом случае боги и асуры относятся к одной сфере.

Шесть типов существ – см. шесть сфер существования.

Шесть украшений /rgyan drug/ – шесть великих комментаторов Учения Будды: Нагарджуна, Арьядева, Асанга, Васубандху, Дигнага и Дхармакирти.

Шравака /nyan thos/ – последователь основной колесницы буддизма, цель которой – обрести освобождение от страданий сансары, достигнув уровня архата. В отличие от последователей Великой колесницы, шраваки не стремятся к Пробуждению во имя блага всех существ.

Шравакаяна /nyan thos kyi theg pa/ – колесница шравак.

Шри Симха (IV век) /dpal gyi seng ge/ – третий в человеческом облике учитель в традиции передачи учения о Великом Совершенстве; ученик Манджушримитры.

Шрона (Шронаджат) /gro byin skyes/ – музыкант, игравший на ви'не. Был учеником Будды и обрёл способность посещать другие сферы, в частности сферу прёт (голодных духов).

Шубу Пелги Сенге /shud bu dpal gyi seng ge/ – один из двадцати пяти учеников Падмасамбхавы.

Щ.

Щедрость /sbyin pa; санскр.: dana/, букв. – даяние.

Э.

Энергия /rlung; санскр.: vāyu, букв. 'ветер'/ – характеризуется как «лёгкая и подвижная». Сознание описывается как скачущее на rlung, словно всадник на коне. Пять различных видов rlung регулируют все функции тела: 1) восходящая энергия /gyen rgyu/, 2) энергия опорожнения /thug sel/, 3) горячая энергия /me mnyam/, 4) всепроникающая энергия /khyab byed/, 5) жизненная энергия /srog 'dzin).

Этап завершения / rdzogs gim; санскр.: sampannakrama/: 1) «с характеристиками» /mtshan bcas/ – медитация на каналах и энергиях; 2) «без характеристик» /mtshan med/ – этап медитации, при котором формы в ходе визуализации этапа порождения растворяются и остаётся лишь восприятие пустоты.

Этап порождения /bskyed gim; санскр.: utpattikrama/ – «йога, в которой при посредстве медитации осуществляется очищение от привычного цепляния за четыре типа рождения и объектом медитации являются формы, звуки и мысли как имеющие природу божеств, мантр и мудрости». (Слов.)

Этернализм /rtag par lta ba; санскр.: atmadrsti/ – вера в вечное бытие чего-либо, например «я» /satkayadrsti/. Этернализм и нигилизм считаются «крайними» философскими воззрениями.

Я.

Явления /snang ba/ – см. восприятия.

Якша /gnod sbyin/ – разряд духов.

Яма /gshin rje / – Властелин смерти.

Ямантака /gshin rje bshed/ – гневная форма Манджушри.

Ясность (переживание ~) /gsal nyams/ – одно из трёх переживаний при медитации. См. переживание.

Ясность, рост и обретение /snang mched thob gsum/ – три последовательно разворачивающихся переживания в момент смерти.

Ясный свет /'od gsal; санскр.: prabhāsvara/ – спонтанный и светозарный (или знающий) аспект природы сознания.

Я. с. периода основы /gzhi dus kyi 'od gsal/ – «природа сознания всех существ, неизменно чистая и спонтанно светозарная; базовый континуум первоначального сознания, потенциальная основа буддовости». (Слов.) Может быть «открыт» с

помощью просветлённого учителя, но затем это «открытие» следует укрепить и развить посредством глубоких занятий в рамках Великого Совершенства. Обыкновенные существа воспринимают этот свет лишь на секунду, в момент смерти.

Боги я.с. /'od gsal gyi lha; санскр.: Abhasvara) – самый высокий уровень богов второй медитации в мире форм.

Библиография.

1. Тексты, цитированные Патрулом Ринпоче.

Алмазная сутра (rdo rje gcod pa; ca: санскр.: Va jracchedika-prajna-paramita-sutra).

Внедрение стебля травы – 'pho ba 'jag 'dzugs та, молитва Ньи Да Сангье, которая читается при выполнении практики переноса сознания.

Восемь великих непревзойдённых стихов – ngo tshar ba'i tshig chen brgyad – с их помощью в тантрах Великого Совершенства выражается конечная природа великого всепроникающего совершенства.

Восьмистишие Лангри Тхангпы – glang thang pa'i tshigs brgyad та, восемь стихов о практике бодхичитты в рамках тренировки сознания.

Гирлянда драгоценностей – gin chen phreng ba; санскр.: Ratnavali, шастра, написанная Нагарджуной.

Джатаки – skyes rabs, раздел Слова Будды, в котором он рассказывал истории из своих прошлых жизней.

Доха (Сарахи, Вирупы) – do ha mdzod; санскр.: Dohakosa, песнопение, в котором сиддха (например, Сараха или Вирупа) повествует о своём Прозрении.

Драгоценный Высший путь – lam mchog gin po che, текст Гампопы.

Дхармическая практика, спонтанно освобождающая от цепляния за привычное – chos spyod bag chags rang grol, раздел zhi khro, составленный Кармой Лингпой.

Запредельная мудрость в восьми тысячах стихов (shes rab kyī pha rol tu phyin pa brgyad stong pa, санскр.: Astasahasrika-prajna-paramita).

Могущественная тайна (gnyan po gsang ba) – первое название, данное сутре, которую, как говорят, правитель Лхатотори Ньенцен обнаружил на крыше своего дворца (433 год). Позднее она получила название Сутра ста призываний и простираний. Кроме того, так в общем виде обозначают сам факт появления различных предметов, среди которых была и данная сутра, ознаменовавшая появление буддизма в Тибете.

Молитва Медно-красной горы (zangs mdog dpal ri'i smon lam) – молитва о возрождении в чистой земле Будды Падмасамбхавы.

Молитва о благих деяниях (bzang spyod smon lam; санскр.: Bhadracaryapranidhana) – молитва из Avatamsaka-sutra (phal po che), которую почти всегда читают в конце ритуалов.

Молитва Сукхавати (bde ba can gyi smon lam) – молитва о возрождении в чистой земле Будды Амиتابхи. Самой знаменитой является та, которая была написана Кармой Чагме.

Обеты пяти семейств (rigs Inga'i sdom pa) – название тантры.

Облако драгоценностей (mdo sde dkon mchog sprin; санскр.: Ratna-megha-sutra) – считается, что это была первая сутра, переведённая на тибетский язык; её перевёл Тонми Самбхота.

Обретение покоя в иллюзии (msgyu ma ngal gso), сочинение Лонгченпы, где он показывает, что все явления соотносятся с восемью подобиями иллюзии. Это третий том его Трилогии о покое (ngal gso skor gsum).

Обретение покоя в природе сознания (sems nyid ngal gso). Сочинение Лонгченпы – первый том его Трилогии о покое (ngal gso skor gsum).

Подробный комментарий на изложенное в сжатом виде (dgongs 'dus rnam bshad) – комментарий Джигме Лингпы на цикл практик под названием bla ma dgongs 'dus, составленный Сангье Лингпой.

Покаяние в ошибках (ltung gshags) – текст из Трёхчастной сутры.

Путь бодхисаттвы (byang chub sems dra'i spyod pa la 'jug pa; санскр.: Bodhicaryavataṛa) – знаменитый трактат Шантидевы, в котором он описывает путь бодхисаттвы.

Пятикнижие Майтреи (byams chos sde Inga) – пять текстов, которым Будда Майтрея обучал Асангу в небесной сфере Тушита: Abhi-sajnaya-alamkara (mngon rtogs rgyan), Mahayana-sutra-alamkara (mdo sde rgyan), Madhyanta-vibhanga (dbus mtha' rnam 'byed), Dharma-dharmatarvibhanga (chos dang chos nyid rnam 'byed) и Uttara-tantra-sastra (rgyud bla ma).

Пять трактатов о Срединном пути (dbu ma rig pa'i tshogs) – пять трактатов Нагарджуны о философии Срединного пути: Prajna-mula-madhyamaka-karika (dbus ma rtosa ba shes rab), Yukti-sastika-karika (rags pa drug cu pa), Vaidalya-sutra (zhib mo rnam 'thag), sunyata-saptati-karika (stong nyid bdun cu p#), Vighraha-vyavartani-karika (rtsod pa bzlog pa).

Семистрочная молитва (tchig bdun gsol 'debs) – знаменитая молитва для призывания Падмасамбхавы. Говорят, дакини впервые пропели её при его рождении. Молитва имеет несколько уровней значения и содержит в себе сущность всех учений, см. Глоссарий

Семь сокровищ (mdzod bdun) – собрание сочинений Лонгченпы: 1) Драгоценное сокровище абсолютного простора, chos dbyings rin po che'i mdzod; 2) Драгоценное сокровище, исполняющее желание: комментарий на сущностные указания к Великой

колеснице, theg pa chen pa'i тап ngag gi bstan bcos yid bzhin rin po che'i mdzod; 3) Драгоценное сокровище Высшей колесницы, theg pa'i mchog rin po che'i mdzod; 4) Драгоценное сокровище сущностных наставлений, тап ngag rin po che'i mdzod\ 5) Драгоценное сокровище слов и значений, озаряющее три вместилища несравненной сокровенной алмазной сущности, gsang ba bla па med pa (od gsal rdo rje snying pa'i gnas gsum gsal bar byed pa'i tshig don rin po che'i mdzod\ 6) Драгоценное сокровище философских доктрин, освещающих значение всех колесниц, theg pa mtha' dag gi don gsal bar byed pa grub pa'i mtha' rin po che'i mdzod; 7) Драгоценное сокровище естественного состояния, gnas lugs rin po che'i mdzod.

Семьдесят строф о Прибежище (shyabs 'gro bdun bcu pa).

Собрание дарованных изречений (ched du brjod pa'i tshoms; санскр.: Udanavarga). Подобие палийской Дхаммапады; содержит наставления, дарованные Буддой по его собственной воле в интересах сохранения Учения, а не в ответ на вопросы каких-то индивидуумов.

Собрание [стихов] запредельной мудрости (phar phyin bsdu pa[I mdo]; санскр.: Prajnaparamita-samcaayagatha-sutra).

Совет правителю Сурабхибхадре (rgyal po bde spyod la gdams pd) – альтернативное название «Письма другу» (bshes spring; санскр.: Sukhrlekha) Нагарджуны.

Сокровенная сущность (snying thig) – квинтэссенция учения из раздела сущностных наставлений (map ngag sde) в составе Великого Совершенства. Её две основные линии передачи – это передача Вималамитры и передача Падмасамбхавы. Наиболее известные наставления о Сокровенной сущности – это bi ma snying thig, mkha' 'gro snying thig и klong chen snying thig.

Сокровенная сущность Безбрежного простора (klong chen snying gi thig) – духовное сокровище, открытое Джигме Лингпой, и одно из наиболее знаменитых учений о Сокровенной сущности. Было издано ламой Нгодрупом для Его Святейшества Дилго Кхенце Ринпоче (Паро, Бутан, 1922, в 4-х томах).

Сокровище, исполняющее желания (yid bzhin mdzod) – сокращённое название второго из Семи сокровищ (mdzod bdun), написанных Лонгченпой (см. Семь сокровищ).

Сокровищница драгоценных качеств (yon tan po che'i mdzod) – знаменитый трактат Джигме Лингпы, в котором он описывает весь буддийский путь, от обучения Шправакаяне до Великого Совершенства. Сутра, безусловно суммирующая Дхарму (chos yang dag par sdud pa'i mdo, санскр.: Dharmasangiti-sutra).

Сутра в форме дерева (sdong po bkod pa; санскр.: Gandavyuha-sutra) – раздел в Аватамсака-сутре (phal po che).

Сутра великого Освобождения (thar pa chen pa'i mdo).

Сутра глубокого содержания (mdo dgongs pa 'dus pa) – одна из четырёх основополагающих тантр ануйюги.

Сутра, испрошенная Сагарамати (blo gros rgya mtshos zhus pa'i mdo; санскр.: Sagaramati-pariprccha-sutra).

Сутра лунного светоча (zla ba sgron me'i mdo; санскр.: Chandrapradipa-sotra) – другое название для Сутры царя самадхи (ting 'dzin rgyal po; санскр.: Samadhiraja-sutra).

Сутра о мудрости и глупости (mdzangs БИп gyi mdo; санскр.: Damo-murkha-sutra).

Сутра наставлений правителю (rgyal po la gdams pa; санскр.: Rajavava-daka-sutra).

Сутра незапятнанности (dri ma med pa'i mdo).

Сутра нирваны (nya ngan las 'das pa'i mdo; санскр.: Mahaparinirvana-sutra).

Сутра привлечения внимания (dran pa nye bar bzhag pa'i mdo; санскр.: Saddharmanu-smrtyupasthana-sutra).

Сутра сердца (shes rab snying po). Имеется несколько русских переводов. – *Прим. ред.*

Сутра сердца солнца (nyi ma'i snying pa'i mdo). Сутра сжатого содержания – см. прим. 229.

Сутра ста действий (mdo sde las brgya pa; санскр.: Karmasataka-sutra). Сутра ста призываний и простираний (spang shong phyag brgya pa; санскр.: Saksi-purana-sudrakanama-sutra) – название сутры в Кагьюре. Это было, по-видимому, первое буддийское сочинение, появившееся в Тибете (в середине V века на крыше дворца правителя Лхатотори Ньенцена). Сутра эта также известна как Могущественная тайна (см.). Была переведена на тибетский язык Тонми Самбхотой.

Сущностное украшение (snying pa'i rgyan) – тантра.

Тантра единения солнца и луны (nyi zla kha sbyor).

Тантра непосредственного постижения наставлений ко всем практикам Дхармы (chos spyod thams cad kyi man ngag mngon par rtogs pa'i rgyud).

Тантра обзора ати (a ti khod pa).

Тантра полного покаяния (dri med gshags pa'i rgyud).

Тантра тайной сущности (rgyud gsang ba'i snying po), также известна как dral gsang ba'i rgyud; санскр.: Guhyagarbha-tantra). Это коренная тантра махайюги.

Тантра установления заветов (dam tshig bkod pa'i rgyud; санскр.: Samaya-vyuha). Эта тантра является общей для махайюги и ануйюги.

Тантра Хеваджры (rgyud brtags gnyi; санскр.: Hevajra-tantra-raja).

Трёхчастная сутра (phung po gsum; санскр.: Triskandha-sutra).

Указания о бодхичитте, писанные золотом на камне (byang sems rdo la gser zhuri) – это, видимо, тантра под названием rdo la gser zhun из раздела Сознание (sems sde) в рамках Великого Совершенства, входящая в состав собрания тантр школы Ньингма (rnying ma gnyud 'bum). (См. русский перевод «Золотые письма». – *Прим. ред.*)

Утешительное письмо (tva ngan bsal ba'i springs yig; санскр.: Soka-vinodana) – шастра Ашвагхоши.

Факел трёх методов (tshul gsum sgron te; санскр./Nayatraya-pradipa) – шастра, составленная Трипитакамалой.

Хорошо изложенные доводы (rnam bshad rig pa; санскр.: Vyakhya-yukti) – шастра Васубандху.

2. Основной справочный текст примечаний и Глоссария.

Прим. – rdzogs pa chen po klong chen snying thig gi sngon 'gro'i khrid yig kun bzang la ma'i shal lung gi zin bris (Примечания к «Словам моего несравненного учителя») – это собрание объяснительных заметок к некоторым важным пунктам из «Слов моего несравненного учителя». Заметки были написаны Нгавангом Пелзангом (Ngawang Pelzang /ngag dbang dpal bzang/), то есть Кхенпо Нгагчунгом, который был главным учеником Ньошула Лунгрока Тенпэ Ньимы, бывшего, в свою очередь, выдающимся учеником Патрула Ринпоче. Заметки были изданы Тубтенем Ньимой, Алаком Зенкаром Ринпоче в изд-ве Minorities Publishing House, Sichuan. Chengdu, China (1988). Этот текст переведён на английский язык под руководством Алака Зенкара Ринпоче при участии членов переводческой группы Падмакара – A Guide to the Words of My Perfect Teacher. Boston: Shambhala, 2004.

3. Произведения Патрула Ринпоче.

Полное собрание сочинений: d'Pal sprul Orgyan 'Jigs med Chos kyi dBang po (d'Pal sprud gsung bum). Два шеститомных издания, опубликованы: 1) Сономом Кази (Sonam Kazi) с использованием ксилографов Его Святейшества Дюджоме Ринпоче, Гангток (Сикким), 1971; 2) под редакцией Алака Зенкара Ринпоче с использованием новых рукописей, – издано Office of Kangyur and Tengyur, Chengdu, China, 1988.

rdzogs pa chen po k'long chen snying thig gi sngon 'gro'i khrid yig kun bzang bla ma'i zhal lung. Это изначальный текст данной книги. Наиболее свежим и доступным изданием является карманное издание Алака Зенкара Ринпоче, в изд-ве Minorities Publishing House, Sichuan. Chengdu, China (1988).

Kun-Zang La-May Zhal Lung. Tr. Sonam Kazi, Upper Montclair (New Jersey), Diamond Lotus Publishing, 1989-1993, 3 volumes. Перевод книги Патрула Ринпоче на английский язык выполнен Сонамом Кази, издание в 3-х томах. (Этот английский перевод переведён на русский язык Ф. Маликовой: **Патрул Ринпоче. Слова моего всеблагого учителя.** СПб.: Уддияна, 2004. – *Прим. ред.*)

Tantric Practice in Nying-ma, Khetsun Sangpo Rinbochay. Transl. by Jeffrey Hopkins. Ithaca: Gabriel/Snow Lion, 1982. «Гантрическая практика в школе Ньингма». Издание подготовлено на основе лекций по книге Kunzang Lama'i Shelung.

Propitious Speech from the Beginning, Middle and End (thog mtha' bar gsum dge ba'i gdam lta sgom spyod gsum mnyams len dam pa'i snying nor). Patrul Rinpoche (translated by Thinley Norbu). Jewel Publishing House, 1984.

Heart Treasure of the Enlightened Ones (thog mtha' bar gsum dge ba'i gdam lta sgom spyod gsum mnyams len dam pa'i snying nor). Patrul Rinpoche. Commented by Dilgo Khyentse (translated by Padmakara Translation Group). Boston: Shambhala, 1992.

(Патрул Ринпоче. Сердечное сокровище просветлённых). Эта книга Патрула Ринпоче с комментариями Дилго Кхенце Ринпоче была переведена переводческой группой Падмакара. В ней содержится краткая биография Патрула Ринпоче.

4. Биографии Патрула Ринпоче.

Хвала Патрулу Ринпоче (rgyal-ba'i myu-gu chos-kyi dbang-po rjes-su dran-pa'i ngag-gi 'phreng-ba bkra-shis bil-ba'i ljong bzang kun tu dga'-ba'i fshal). Джамьян Кхенце Вангпо ('jams-dbyangs mkhyen-brtse'i dbang-po). Включено в Собрание сочинений. Т. 6. С. 245-250.

Росинка амриты (mtshungs bral rgyal-ba'i myu-gu o-rgyan jigs-med chos-kyi dbang-po'i rtogs-brjod tsam gleng-ba bdud rtsi'i zil thig), Третий Додруп Чен, Тенпай Нима (mdo-grub bstan-pa'i nyi-ma). Собрание сочинений. Т. 4. С. 101-136. Издано Dodrup Sangye. Gangtok, Sikkim, 1972.

Эликсир веры (o-rgyan 'jigs-med chos-kyi dbang-po'i rnam-thar dad-pa'i gsos sman bdud rtsi'i bum bcud). В сочинениях: mkhan-chen kun-bzang dPal-ldan. Собрание сочинений. Т. 2. С. 353-484. Издано: Н.Н. Dilgo Khentse Rinpoche. Bhutan, 1986.

Издательство Падмакара готовит перевод этого сочинения на английский и французский языки под названием: «Жизнь и учение Патрула Ринпоче».

Вторичные источники.

Этот список, содержащий лишь сочинения, цитированные в примечаниях и в Глоссарии, отнюдь не представляет собой исчерпывающую библиографию работ, связанных с темой.

Chos kyi rnam grangs shes bya'i nor gling 'jug pa'i gru gzigs. mgon pod bang rgyal. India, HP: Dzongsar Institute, 1991.

Dzogchen Innermost Essence Preliminary Practice. Jigme Lingpa (translated Tulku Thondup). Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1982. (Джигме Лингпа. Глубокая сущностная предварительная практика Дзогчена). Книга переведена на английский язык Тулку Тхондрупом.

Eine Ikonographie des tibetischen Buddhismus. Lauf D.I.. Akademische Druck – u. Verlagsanstalt, Graz / Austria, 1979.

Enlightened Courage. Dilgo Khyentse. Peyzac – le-Moustier (France): Edit-oins Padmakara, 1992. Английский перевод книги выполнен переводческой группой Падмакара. На русский язык книга переведена под названием «Отвага прозрения». Пер. Е Заубер. СПб.: Нартанг, 2000.

Great Path of Awakening. Jamgon Kongtrul (translated by K. McLeod). Boston: Shambhala, 1987. (Джамгон Конгтрул. Великий путь Пробуждения). Книга переведена на английский язык МакЛеодом.

The Great Tibetan-Chinese Dictionary (bod rgya tshig mdzod chen mo). Beijing, 1985.

The Hidden Teachings of Tibet Tulku Thondrup Rinpoche. London: Wisdom, 1986.

Legend of the Great Stupa. Transl. Keith Dowman. Berkeley: Dharma Publishing, 1973.

Nyingma School of Tibetan Buddhism: Its Fundamentals and History.

Dudjom Rinpoche (tr. by Dorje and Kapstein). Boston: Wisdom, 1991. (Дюджом Ринпоче. Традиция Ньингма в тибетском буддизме: Основы истории).

The White Annals. dgedun chos phel. Deb ther dkar po. Darjeling: Tibetan Freedom Press, 1964.

На русском языке:

Дилго Кхенце. Отвага Прозрения. Пер. с англ. Р. Заубер. СПб.: Нартанг, 2000.

Лобсан Чойки Гьялцен. Ритуал почитания Учителя. Шестиразовая йога. Пер. с тиб. А. Терентьева. СПб.: Нартанг, 2002.

Терентьев А. Определитель буддийских изображений. СПб.: Нартанг, 2004.

Четыре Дхармы Гампопы. СПб., 2003.

Чже Цонкапа. Большое руководство к этапам пути Пробуждения. Пер. с тиб. А. Кугявичуса. СПб.: Нартанг, 1994-2000. Тт. 1-5.

Чже Цонкапа. Последовательное руководство к глубокому пути шести учений Наропы «Обладающее троичной надёжностью». СПб.: Нартанг, 2007.



Гонпо Лекден.



Гонпо Манинг.



Экадшати.



Рахула.



Дамчен Дорже Легпа.



Церингма.