Собрание советов Падмасамбхавы
Дакини Еше Цогял
и другим ближайшим ученикам

Совет РОЖДЕННОГО из ЛОТОСА

САНГЕЛИНГ - РАНЧЖУНГ ЕШЕ
Санкт-Петербург
1998

СОВЕТ
РОЖДЕННОГО
из ЛОТОСА

Собрание советов, данных Падмасамбхавой
дакини Еше Цогял и другим близким ученикам.
Взято из тэрма, тайных учений-кладов,
которые открыли
Нянг Рал Нима Осэр, Гуру Чованг, Пэма Лэдрэл Цал,
Санге Лингпа, Ригдзин Годэм и Чокгюр Лингпа.

Введение
Его Преосвященства Тулку Ургена Ринпоче

Перевод с тибетского
Эрика Пэма Кунсанга

САНГЕЛИНГ — РАНГЧЖУНГ ЕШЕ
Санкт-Петербург, 1998

ББК 88.96
Н82

Совет Рождённого из Лотоса. пер. с англ.
СПб.: Сангелинг/Рангчжунг Еше, 1998 год — 272 стр.

Книга является собранием уникальных учений Падмасамбхавы — основателя традиции Ваджраяны в тибетском буддизме. Учения были даны им ближайшим ученикам в виде устных наставлений по практике, записаны и сокрыты в виде кладов-тэрма для будущих поколений буддистов.

Заново открытые и расшифрованные тэртонами, эти учения донесли до наших современников живой язык и непосредственное присуствие Просветлённого, прямую передачу его учения о быстром достижении Освобождения.

Перевод с английского
Ф. Маликовой
Редакционная коллегия:
Т. Науменко, А. Кулик, К. Шилов

ISBN 962-7341-20-7 (PBK.)
ISBN 5-87885-005-X

© 1994 Eric Hein Schmidt
© Рангчжунг Еше, 1998
© Сангелинг, 1998

«Эти учения — главные советы
из собрания речений
Падмасамбхавы, великого гуру-нирманакаи.
Это слова, идущие из его сердца
к сердцу каждого практика.
Прошу, помните об этом!»

Еше Цогял

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие 9
Введение 15
Завет — драгоценное остриё 31
Совет Трисонг Дэуцену 44
Отсутствие противоречий между малой и великой колесницами 55
Золотые чётки, содержащие нектар 59
Песни двадцати пяти ученикам 87
Сокровищница, полная драгоценностей, устраняющих препятствия 98
Совет о том, как правильно практиковать Дхарму 146
Направив посох на старика 149
Устный совет по практике 153
Посвящение заслуг — драгоценность, исполняющая желания 172
Побуждение к духовной практике 187
Благопожелания мандалы ваджрадхату 220
Примечания 224
Источники 228
Глоссарий 230

ПРЕДИСЛОВИЕ

Учения, вошедшие в «Совет Рождённого из Лотоса», Падмасамбхава изустно передал в Тибете своим близким ученикам. Первоначально это были ответы на вопросы благородной Цогял, княжны из рода Карчен. Она записала ответы и укрыла как драгоценный клад-тэрма, который предстояло открыть много столетий спустя. Почти в каждой главе упоминается, что эти наставления были даны на благо практиков грядущих поколений, в них рефреном звучит фраза: «Да встретятся в будущем с этим (учением) все достойные и счастливые!»

Книга «Совет Рождённого из Лотоса» дополняет книгу «Учения дакини» (*Dakini Teachings*, Shambala Publications, 1989) и составляет часть общих усилий ознакомить современных практиков с учениями Падмасамбхавы, великого учителя, который в конце восьмого столетия учредил буддизм в Тибете. В книге «Рождённый из Лотоса» (*Lotus-Born*, Shambala Publications, 1993) изложены события его жизни.

Тулку Урген Ринпоче выразил уверенность в том, что перевод этих драгоценных учений на английский язык принесёт огромное благо. Он попросил меня выбрать самые глубокие наставления, в которых затрагивались бы другие

вопросы, нежели те, что освещены в книге «Учения дакини».

Тексты для этой книги, содержащей устные советы самого выдающегося учителя Ваджраяны, взяты из разных учений-тэрма. Несмотря на то, что эти тэрма были открыты в разные столетия, разными людьми и в разных местах, их язык и грамматический стиль почти одинаков.

Приведенные здесь тексты представляют собой лишь частицу безмерных сокровищ тэрма, обнаруженных за последнее тысячелетие. Книга составлена по следующим источникам: Ригдзин Годэм, *Гонгпа Сангтал;* Нянг Рал, *Мартри;* Санге Лингпа, *Лама Гонгду, Тонгва Дондэн;* Пэма Лэдрэл Цал, *Кандро Нингтиг* и Чокгюр Лингпа, *Чоклинг Тэрсар.*

Первая глава, названная «Завет — драгоценное остриё», и шестая, самая длинная глава, «Сокровищница, полная драгоценностей», взяты из *Гонгпа Сангтал*, известного цикла учений-тэрма, открытых Ригдзином Годэмом (1337—1408), учителем традиции *чжангтэр*, или «северная тэрма», школы нингма.

Имя Ригдзин Годэм буквально переводится как «видьядхара с пером грифа»; он получил это имя потому, что, когда ему было двенадцать лет, на голове у него выросло три пера, а когда ему было двадцать четыре года, — ещё пять перьев. Он был перевоплощением Дордже Дуджома из Нанама, одного из девяти тибетцев, близких учеников Падмасамбхавы, и причисляется к пяти тэртонам, подобным царям.

Собрание учений *Гонгпа Сангтал* — «Прямой показ состояния Самантабхадры» — содержит также известный текст «Благопожелание Самантабхадры». *Гонгпа Сангтал* состоит из пяти разделов. Данные главы относятся к одному из них,

Совет Рожденного из Лотоса

озаглавленному *Кадаг Рангчжунг Рангшар*, «Самосущая и самопроявленная изначальная чистота».

Второй главный источник — *Мартри*, «Прямые наставления» Падмасамбхавы, открытые великим учителем Нянг Рал Нима Осэром (1124—1192). В книге «Учения дакини» я кратко описал жизнь Нянг Рала. Этот цикл учений Джамгон Конгтрул (1813—1899) включил в известное собрание учений-тэрма *Ринчен Тэрдзо*, «Драгоценная сокровищница учений-тэрма».

Третий источник — *Лама Гонгду*, который открыл Санге Лингпа (1340—1396). Его заглавие означает «Воплощённое состояние учителя (Падмасамбхавы)». Санге Лингпа был перевоплощением второго сына царя Трисонг Дэуцена (790—844), и его причисляют к «восьми Лингпа», или главным тэртонам. Его важнейшими открытиями были обширный цикл тэрма *Лама Гонгду* в восемнадцати томах, около семисот страниц каждый, и *Катанг Сэртрэнг*, подробная биография Падмасамбхавы, известная как «Золотая летопись».

Тонгва Дондэн означает «Содержащее суть — предмет размышления». Это биография Падмасамбхавы, составленная по трём главным источникам, представляющим собой летопись *Катанг*, обнаруженную Оргеном Лингпа (1329—1360/67), Нянг Ралом (1124—1192) и Гуру Човангом (1212—1270). Этот манускрипт, состоящий из двухсот семидесяти четырёх ксилографических листов большого формата, нашли в библиотеке Шечен Тэнни Дарге Линга в Боднатхе. В колофоне упоминается, что в него вошли материалы из: 1) «Подробной биографии великого учителя из Уддияны», обнаруженной Оргеном Лингпа в священном месте: Хрустальной Пещере, что в Ярлунге; 2) Завет Падма(самбхавы), обнаруженный великим тэртоном Нянг Ралом; 3) «Описание сорока пяти

деяний», составленное царевной Мандаравой, на основе которого Гуру Чованг, тэртон из Лходрака, составил сокращённый вариант — «Описание одиннадцати деяний» и 4) отдельные наставления, разные ответы на вопросы и предсказания из цикла *Лама Гонгду* Санге Лингпа.

В качестве четвёртого источника я использовал главу из книги Пэма Лэдрэл Цала *Кандро Нингтиг* — «Сокровенная Сущность, хранимая дакини». Падмасамбхава пожелал, чтобы его учения по Сокровенному Непревзойдённому Циклу Великого Совершенства были сокрыты, а в будущем обнаружены под названием *Кандро Нингтиг*. Тэртоном, открывшим этот важный цикл, был Пэма Лэдрэл Цал (1291—1315/9), перевоплощение царевны Пэма Сал, дочери царя Трисонг Дэуцена. Следующим его перевоплощением был знаменитый учитель Лонгчен Рабчжам (1308—1363), который затем перевоплотился как Пэма Лингпа (1445—1521). В недавние времена этот учитель перевоплотился как Кэнпо Нгакчунг, иначе именуемый Нгаванг Палсанг (1879—1941); он также называл себя Пэма Лэдрэл Цал.

Наконец, «Благопожелания мандалы ваджрадхату» — это важнейшая в *Чоклинг Тэрсар* молитва, содержащая благие пожелания. В традициях кагю и нингма она читается на память в конце почти всех духовных собраний. *Чоклинг Тэрсар*, «Новое тэрма Чокгюра Лингпа» (Чокгюр Лингпа, 1829—1870), было обнаружено великим тэртоном и его двумя ближайшими соратниками Джамьянгом Кенце Вангпо (1820—1892) и Джамгоном Конгтрулом Первым (1813—1870).

Я благодарен Его Преосвященству Тулку Ургену Ринпоче, держателю сердца учений Падмасамбхавы, за то, что он милосердно разъяснял любые возникавшие у меня вопросы,

Совет Рожденного из Лотоса

и за его полные наставления, освещающие всю глубину изложенного в этой книге воззрения, а также Чоки Нима Ринпоче за то, что все эти годы он подробно учил меня Дхарме, в том числе за два семинара, посвященных вопросам Еше Цогял Падмасамбхаве и его ответам на них.

Я очень рад тому, что этот перевод был закончен в храме Пещера Асура в десятый день лунного месяца, в тот самый день, когда Падмасамбхава обещал сойти из своей чистой страны, Достославной Медноцветной Горы, чтобы благословить всех, кто к нему взывает. Пусть же эти драгоценные учения даруют глубокое вдохновение всем, кто их прочитает!

Эрик Пэма Кунсанг
Наги Гомпа, 1994 год.

ВВЕДЕНИЕ

Учения, содержащиеся в «Совете Рождённого из Лотоса», принадлежат к разряду *мартри*, или «прямых наставлений». *Мартри* означает идущий от самого сердца и даваемый ясно и прямо личный совет, который открывает самые сокровенные и бесценные тайны. Зачастую такой совет даётся только одному ученику. Прямые наставления Падмасамбхавы содержат в себе сущностный смысл тантр Маха-йоги, священных текстов Ану-йоги и сердцевину наставлений Ати-йоги.

Существует изречение: «Когда разгорится пожар тёмной эпохи, учение ваджрной колесницы Тайной Мантры вспыхнет как неукротимое пламя». Падмасамбхава — главный учитель Тайной Мантры, и в этой роли он сопровождает всех и каждого из тысячи будд нашей кальпы.

Мой коренной гуру Самтэн Гяцо часто говорил: «Вдумайся, насколько удивительны учения-тэрма Падмасамбхавы! Сравни эти тэрма с любым трактатом, и ты поймёшь их неповторимость. Это потому, что их написал сам Падмасамбхава. Красота их слога изумительна!»

Ещё Самтэн Гяцо говорил: «Очень трудно написать произведение столь же красивое и глубокое, как текст практик тэрма. В отличие от трактатов, написанных обычными учёными,

каждое их слово раскрывает всё более глубокий смысл. Такова особенность ваджрной речи Падмасамбхавы».

Мой учитель не переставал восхищаться словами Падмасамбхавы! Самтэн Гяцо был чрезвычайно образован, он изучил огромное количество произведений, и, несмотря на это, всегда мог отыскать в учениях Падмасамбхавы новые уровни смысла. «Читая учения Падмасамбхавы, неизменно испытываешь преданность и благоговение, — говорил он, — тебя невольно охватывает чувство глубочайшей веры!» Вера Самтэна Гяцо в Падмасамбхаву была безмерна. Он часто говорил: «Падмасамбхава — величайший из всех. Разумеется, Будда Шакьямуни — это корень, но именно Падмасамбхава способствовал распространению и расцвету учений Ваджраяны по всей Индии и особенно в Тибете.»

Мы видим, что учения, записанные почти одинаковыми словами, были обнаружены разными тэртонами. Причина в том, что их символические письмена содержат безошибочную речь Падмасамбхавы. В этом нет никаких сомнений. Например, Семистрочная Молитва, начинающаяся словами: «На северо-западной границе страны Уддияна...» — появляется в самых разных тэрма, потому что разные тэртоны выходили на один и тот же источник.

«Подлинно великие тэртоны поражают, — говорил Самтэн Гяцо. Такие учителя как Нянг Рал, Гуру Чованг и Ригдзин Годэм — поистине изумительные люди!» Первых двух учителей-тэртонов, Нянг Рала и Гуру Чованга, называют «два царя тэртонов», а другую сотню тэртонов — их приближёнными. Есть также «три выдающихся тэртона», «восемь Лингпа», «двадцать пять главных тэртонов» и т. д. — все они в равной степени важны. Но все же главные из ста восьми тэртонов — это два царя тэртонов: Нянг Рал Нима Осэр и Гуру Чованг. «Эти двое — величайшие из всех», — говорил Самтэн Гяцо. Самым первым тэртоном был Санге Лама (не нужно путать его с Санге Лингпа). Я не знаком с подробностями разных жизнеописаний, знаю только, что они содержат необычайные эпизоды.

Совет Рожденного из Лотоса

Когда Дзонгсар Кенце Чоки Лодро жил в Гангтоке, мне посчастливилось в течение двадцати пяти дней приходить к нему по утрам, чтобы задать множество разных вопросов. В то время он был здоров и, находясь в полуритрите, не принимал посетителей.

Но благодаря тому, что я был одним из потомков Чокгюра Лингпа, он оказал мне особую милость и пригласил к себе. Часто он был совсем один, без помощников.

Однажды я обнаружил своё невежество, сказав:

— Людям вроде меня, которые ничего не знают, бывает трудно решить, какие из всех тэрма о божествах Трёх Корней, обнаруженные двумя царями тэртонов и другими ста восемью тэртонами и входящие в *Ринчен Тэрдзо*, самые важные. Мы как дети, которые, собирая цветы на бескрайнем лугу, стараются выбирать самые красивые. Какие вы считаете самыми важными?

Он ответил так:

— Что касается гуру, то самое важное тэрма — «Практика десятого дня в восьми главах» Гуру Чованга. Это самая главная из всех разновидностей садхан учителя. Что касается аспекта йидама, то Падмасамбхава дал «Восемь Садхан», и самый выдающийся их вариант принадлежит Нянг Ралу, а в аспекте дакини самое важное тэрма — *Трома Нагмо* Нянга. Эти три тэрма — самые важные из всех.

В основе «Практики десятого дня в восьми главах» Гуру Чованга лежит образ Падмасамбхавы, который называется *Лама Сангду*, «Учитель — воплощение всех тайн». У учений «Восемь Садхан» есть три главных варианта. Из всех практик дакини самая глубокая — открытая Нянгом практика Трома Нагмо, чёрной гневной формы Ваджрайогини.

Я спросил:

— Что практиковать лично мне?

Дзонгсар Кенце ответил:

— В качестве личной практики *возьми Тукдруб Барче Кунсэл*! Из всех тэрма Чокгюра Лингпа цикл *Барче Кунсэл* невероятно глубок и был открыт без всяких помех. Когда помехи устранены, реализация приходит сама собой, поэтому сосредоточься на этой практике!

— Кого же мне считать гуру?

— Обращайся к Чокгюру Лингпа! Этого будет вполне достаточно! Он самый подлинный аспект гуру!

Тогда я спросил:

— На какой же практике Дзогчена мне сосредоточиться?

— Практикуй *Кунсанг Туктиг*! В наше время на людей оказывают влияние два цикла: *Кунсанг Туктиг* и *Чецун Нингтиг*. В каждой эпохе есть своё учение Великого Совершенства, предназначенное именно для неё. В более ранние времена самым известным было *Нингтиг Ябжи*, затем появились *Гонгпа Сангтал* Ригдзина Годэма и *Тава Лонг Янг* Дордже Лингпа, а потом — цикл *Кончог Чиду* Чжацона Нингпо. Каждое тэрма приходит в своё время.

Самтэн Гяцо по этому поводу говорил так: «Величие Падмасамбхавы в том, что он, прежде чем покинуть Тибет, укрыл для практиков грядущих веков множество тэрма, содержащих

учения, драгоценности и священные предметы. Появившиеся позднее тэртоны, получившие от Падмасамбхавы благословение, правомочность и передачу полной линии преемственности, были посланы им, чтобы обнаружить эти сокровища-тэрма. В наше время некоторые интеллектуалы возражают: «Возможно, у этих тэртонов нет непрерывной линии правомочности и передачи учений от Падмасамбхавы. Они просто откопали какие-то предметы, которые сами же спрятали!» На самом деле благодаря благословению Падмасамбхавы каждый тэртон получил самую что ни на есть полную передачу, что намного превосходит все формальные посвящения и передачи, которые так часто дают и в которых присутствует лишь видимость благословения. Все великие тэртоны — это учителя, чьи тело, речь и ум благословил и наделил силой сам Падмасамбхава. Заявлять, что они не получили передачи, — просто глупо. Такие слова только показывают незнание семи традиционных способов передачи. Учения тэрма, которые поражают своей глубиной, укрыты в надёжной сокровищнице «четырёх способов и шести пределов». В них заключена неизмеримая глубина, которую интересующиеся могут исследовать.

С самого раннего возраста тэртон отличается от обычных детей. Благодаря способности чистого видения он может видеть божеств, и реализация спонтанно проявляется изнутри. Тэртоны не похожи на обычных людей, которые должны проходить постепенный путь учёбы и практики. У обычных людей не бывает мгновенной реализации!

Со времени жизни Падмасамбхавы прошло не одно столетие, но из своего великого милосердия он укрыл для будущих поколений бесчисленные тэрма: в каменных глыбах,

в озёрах и даже в пространстве. Мысль о его безмерной доброте вызывает священный трепет. Но есть люди, неспособные даже оценить эту доброту.

Когда приходило время открыть то или иное тэрма, в этом мире появлялись великие тэртоны. Они могли доставать тэрма со дна озера, подниматься за ними на немыслимую высоту в горные пещеры, извлекать их из сплошной скалы.

Моя бабушка, дочь Чокгюра Лингпа, была свидетельницей этого и потом мне рассказывала: «Когда скала раскрылась, отверстие было похоже на задний проход коровы: камень размягчился и просто вылился наружу, открыв полость, в которой находилось тэрма. Зачастую тэртон извлекал тэрма в присутствии тысяч людей, поэтому нет никаких оснований в этом сомневаться. Когда скала открылась и стала видна её внутренность, мы увидели, что её заполняет переливающийся радужный свет. Предметы-тэрма бывают горячими на ощупь.

Однажды в тэрма было огромное количество порошка *синдхуры*: его было так много, что он сыпался наружу. Чокгюр Лингпа часто брал с собой парчовую ткань, на которую помещали священные предметы. Многие из них были такими горячими, что прожигали ткань, оставляя отметины. Никто, кроме него, не мог удержать тэрма.» Позднее я видел такие прожжённые куски парчи красного и жёлтого цвета в *тэнгам* [помещении для священных предметов] Чокгюра Лингпа.

Бабушка продолжала: «Затем Чокгюр Лингпа оставлял тэрма — иногда это были статуи — остывать на открытом алтаре, застеленном парчой. Он объяснял присутствующим, как это тэрма было скрыто и почему теперь оказалось обнаружено, какую пользу можно получить от исходящего от него

Совет Рожденного из Лотоса

благословения и т. д. Все собравшиеся, которых бывало больше тысячи, плакали от переполнявшего их чувства благоговения, так что воздух гудел от рыданий. Будь вы даже упрямым интеллектуалом, весь ваш скептицизм испарился бы. Чудо поражало всех.»

Так оно и было, потому что тибетцы, особенно жители восточной провинции Кам, известны своей крайней недоверчивостью. У них нет безусловной веры в тэртонов. Но если речь заходила о Чокгюре Лингпа, то здесь не было места сомнениям и спорам, потому что он не раз обнаруживал тэрма в присутствии бесчисленных свидетелей.

Когда учения-тэрма, прямые слова Падмасамбхавы, обнаружены в назначенное время, глубина их совершенства такова, что их нельзя даже сравнивать ни с каким другим произведением. Они несут неповторимое благословение, но это благословение зависит от вашей веры и преданности. Карсэ Конгтрул, сын Пятнадцатого Кармапы, однажды сказал мне:

— Три раза я исполнял ритуал *друбчен* — тэрма *Тукдруб Барче Кунсэл* Чокгюра Лингпа, и каждый раз проявлялись удивительные знаки его реализации.

— Расскажите, пожалуйста, что это были за знаки, — попросил я.

— Однажды из *торма* на алтаре полился нектар, очень сладкий, с лёгкой кислинкой, похожий на лучший чанг, и дотёк до самого входа в храм. В другой раз *амрита* и *ракта* на алтаре закипели, издавая клокотание кипящей воды. В третий раз мы приготовили священные пилюли, и их чудесный аромат можно было ощутить на расстоянии семи дней пути. За всю свою жизнь мне не приходилось видеть столь удивительные знаки, как в эти три раза.

Видимо, такие явления объясняются сочетанием совершенного учения-тэрма и великого учителя. Существует много других историй о нектаре, изливающемся из *торма* на алтаре во время ритуала *друбчен* в монастыре Чокгюра Лингпа —Цикэ.

Великий учитель Джамьянг Кенце Вангпо тоже обнаружил тэрма, точно такое же, как *Тукдруб Барче Кунсэл.* После встречи с Чокгюром Лингпа, тщательно изучив и сравнив два варианта этого учения-тэрма, Джамьянг Кенце Вангпо сжёг свой вариант, сказав: «Зачем нам иметь два, если их слова и смысл одинаковы! Твоё тэрма, найденное в земле, *(сатэр)* более совершенно и будет более действенным, чем моё тэрма ума *(гонгтэр).*» Так благословения двух линий передачи, тэрма земли и тэрма ума, слились в одно. Тэрма земли материально, его вынимают из земли, а тэрма ума обнаруживается из пространства реализации. Считается, что тэрма земли приносят большую пользу живым существам, потому что в них часто находят спрятанный Падмасамбхавой жёлтый пергамент с символическими письменами.

Эти символические знаки, называемые буквами дакини, имеют безмерно глубокий смысл. В одном тантрийском тексте говорится: «Буквы-сокровища есть тело волшебного воплощения. Они также — речь для понимания звуков и слов. Благодаря постижению их смысла, они — ум.» Поэтому в буквах письма дакини содержатся просветлённые тело, речь и ум. Само это письмо есть нирманакая, тело волшебного проявления. Чтобы учитель смог дать передачу учения или даже краткой молитвы, обязательно нужен материальный текст: недопустимо давать передачу по памяти. Поэтому существенно важно, есть ли в тэрма жёлтый пергамент с письмом дакини или нет.

Совет Рожденного из Лотоса

Наставления Падмасамбхавы часто завершаются приказом, обращённым к прямым ученикам: не распространять эти наставления немедленно, а скрыть для блага будущих последователей. Это объясняется стремлением сохранить непрерывность сущностных наставлений. Если не скрыть прямые наставления в виде тэрма, через несколько столетий их преемственность может прерваться. Учения действительно исчезают, даже если тот, от кого они первоначально исходят, умел летать в небе и проходить сквозь стены.

Возьмите, к примеру, великого сиддху Карма Пакши. Его сочинения составляли около сотни томов, но ныне от них осталось всего три. Вот как бывает. Наставления по практике *чод* (отсечение привязанности к собственному «я») женщины-учителя Мачиг Лабдрон составляли более восьмидесяти или девяноста томов, но где вы сегодня найдёте все эти драгоценные учения?

В традиции нингма нет более известных учителей, чем Ронгзомпа и Лонгченпа. Хотя обычно Ронгзомпа считается более учёным, Лонгченпа превосходит его в своём учении о воззрении. У каждого из них было собрание сочинений, насчитывавшее более шестидесяти или семидесяти томов, но ныне их уже нигде не найдёшь. Учения исчезают, это действительно так!

Тэрма же неисчерпаемы. Когда у подлинного тэртона проявляется видение символического письма, каждый слог становится целым волшебным городом. Кроме того, буквы учения, которое тэртон должен записать, висят в воздухе, пока он не запишет их правильно: если фраза продолжает висеть, значит, тэртон допустил орфографическую ошибку. Так обеспечивается правильность расшифровки тэрма.

Все мы согласны с тем, что Падмасамбхава и Еше Цогял драгоценны. Учения, которые они укрыли в озёрах и в скалах, не пропадают. Как только подходит нужное время, такой текст ярко и отчётливо всплывает в сфере восприятия тэртона. Перед тем, как обнаружить само тэрма, тэртон обычно получает текст-указание: краткий текст, в котором описывается местонахождение, содержание учения и должное время его обнаружения. Моя бабушка говорила так: «Чокгюра Лингпа вёл луч света, идущий от его сердца к тэрма, и приводил его прямо к тому месту, где оно было сокрыто.»

Падмасамбхава умел ясно, как свои пять пальцев, видеть прошлое, настоящее и будущее, а потому мог совершенно определённо знать, какое именно учение подойдёт для людей грядущих поколений. Когда он бранит свою главную ученицу Еше Цогял или тибетцев вообще, то вы, в какой бы стране ни родились, вполне можете принять эту критику на свой счёт, чтобы устранить скрытые ошибки. Сомнения не приносят никакой пользы — не уподобляйтесь обращённой на север пещере, куда никогда не заглядывает солнце.

Когда Падмасамбхава указывает на то, что является ошибочным и мешает на пути к просветлению, эта истина справедлива не только для тибетцев, но и для всех, кто искренне хочет заниматься духовной практикой. Поскольку жизнь в нашу эпоху очень отличается от той, что была в восьмом веке, можно свободно заменить слово «тибетцы» словами «все люди».

Еше Цогял была главной собирательницей слов Падмасамбхавы, и без неё у нас не было бы столько его учений. Если взять учения Сутры, то главным собирателем слов Будды Шакьямуни был Ананда, а его тантрийские наставления собрал

Совет Рожденного из Лотоса

Валжрапани: суть же у них одна. Еше Цогял обладала тем, что называют «абсолютной памятью»; она никогда не забывала ни одной услышанной фразы. Что толку что-то слушать, чтобы потом полностью забыть?

Составительница учений Падмасамбхавы сама была воплощением будд: Праджняпарамиты, Ваджраварахи и Арья Тары. Именно для этого она и появилась в нашем мире: таковы были её особые полномочия. И Ананда, и Ваджрапани, и Еше Цогял — все они обладали абсолютной памятью, способностью всё помнить и ничего не забывать. Такая абсолютная память — то же самое, что мы называем способностью не отвлекаться, потому что забывчивость и отвлечение есть явления одного порядка. В этой книге вы найдёте учения, которые Еше Цогял выслушала, запомнила навсегда, систематизировала и, наконец, укрыла для нас в виде тэрма. Еше Цогял была женщиной. Возможно, есть люди, которые считают, что только мужчина может достичь просветления, но пример её жизни доказывает обратное. На самом деле пробуждённое состояние ума не имеет ни мужского, ни женского рода.

Стиль «Совета Рождённого из Лотоса» — диалог между Падмасамбхавой и Еше Цогял, а также его другими близкими учениками — точно такой же, что и в большинстве сутр и тантр, особенно в их первой главе, называемой «введением». Как известно, большинство текстов Винаи, посвящённых монашеской дисциплине, возникли в результате того, что Будде задавали вопросы, как поступить с шестью неисправимыми учениками, которые совершали самые разные прегрешения. Выслушав тот или иной рассказ об их последних проступках, Будда вводил новое правило, устанавливающее для монахов конкретный запрет.

Другая особенность сутр заключается в том, что вы едва ли найдете хотя бы одну, которая не была бы написана по чьей-то просьбе. Сначала кто-то задавал Будде вопрос, а затем Будда произносил проповедь. Точно так же и устные наставления, о которых идёт речь, даются только в ответ на просьбу. Так же излагались и тантры: центральная фигура мандалы эманирует своё окружение, члены которого затем просят дать то или иное тантрийское учение. Короче говоря, форма вопросов и ответов — это традиционный стиль.

Существует предсказание о том, что «учение Будды будет распространяться всё дальше на север». А ведь Непал находится к северу от Индии, а Тибет — ещё севернее. «Затем оно возвратится в срединную страну, после чего направится на запад». Не знаю точно, откуда эти слова: возможно, из тэрма Падмасамбхавы, а может быть, их произнёс сам Будда, но совершенно точно, что такое предсказание существует. Я слышал его от Дзонгсара Кенце Ринпоче. «Отныне Дхарма Будды будет распространяться всё дальше на запад», — сказал он.

Есть и такое мнение: поскольку и Будда Шакьямуни, и Падмасамбхава являются в миллиарде образов в каждой из миллиарда мировых систем, то почему бы их воплощениям не появиться во всех странах нашего мира? Может ли кто-то с уверенностью утверждать, что есть хоть одно место, на которое не распространилось бы благословение какого-либо будды? Разумеется, мы опираемся на исторические труды, которые рассказывают нам, где и когда распространялся буддизм, но я считаю, что деяния Будды всеобъемлющи и охватывают весь наш мир.

Например, мне часто приходилось слышать, что Падмасамбхава обошёл все уголки Тибета и Кама, благословив

Совет Рожденного из Лотоса

каждую гору, пещеру и озеро, не оставив без внимания ни одного клочка земли, будь он даже размером с отпечаток конского копыта. Так разве мог он пренебречь каким-либо другим местом нашего мира?

Разумеется, все учения Будды верны, но они отличаются тем, в какой степени в каждом из них уделяется внимание относительному или абсолютному смыслу. Каждый из них важен с той точки зрения, что на относительном уровне мы опираемся на учения о правильном поведении, а на абсолютном — на наставления о правильном воззрении. Эти учения могут быть представлены в виде глубокого совета или сжатых устных наставлений.

Обычно считается, что человек должен «нисходить, отталкиваясь от воззрения» и «восходить с помощью поведения». Нисходить, отталкиваясь от воззрения, означает ознакомиться с точкой зрения Великого Совершенства, а восходить с помощью поведения — практиковать в соответствии с восемью низшими колесницами. В частности, в контексте Ваджраяны, имеется в виду практика десяти пунктов Тантры.

Разные собрания советов Падмасамбхавы содержат наставления как по воззрению, так и по поведению. На мой взгляд, следует знакомить людей с учениями в их первозданном виде, ничего не прибавляя и ничего не опуская. Если, к примеру, вы опустите наставления Падмасамбхавы по воззрению и будете знакомить только с его учением о поведении, то слова Падмасамбхавы будут неполными.

Если говорить о воззрении в абсолютном смысле, то вы, конечно же, слышали утверждения: «Нет ни кармы, ни добра, ни зла». Но такие заявления я призываю понимать в правильном контексте!

Если исключить воззрение, то все учения станут лишь прикладными, поверхностными наставлениями о поведении. Если вы упустите из виду воззрение, то у вас не будет никаких шансов на освобождение, но упустив поведение, вы впадёте в другую крайность, считая, что нет ни добра, ни зла, что то и другое — пустота. Чтобы понять Ваджраяну, следует постичь, как тантрийские учения скрыты в шести пределах и четырёх способах бытия.

Условный, соответствующий обстоятельствам смысл сосредоточен на поведении, абсолютный же смысл охватывает воззрение. Как сказал Миларэпа, «Обманываясь условным смыслом, упускаешь возможность постичь истинный смысл».

Беседа Тулку Ургена Ринпоче,
Храм Пещеры Асура, октябрь 1993 года.

СОВЕТ РОЖДЁННОГО ИЗ ЛОТОСА

ЗАВЕТ — ДРАГОЦЕННОЕ ОСТРИЁ

ЭТОТ СОВЕТ ОБРАЩЁН К ЕШЕ ЦОГЯЛ

Я — Лотосорождённый гуру из Уддияны,
Овладевший Дхармой ради своего блага и блага других.
К востоку от Ваджрасаны
Я учился и стал сведущ в учениях Сутры.

На юге, на западе и на севере
Я изучил собрания учений
Винаи, Абхидхармы и Парамиты.

В Бхасудхаре я изучил Крию.
В стране Уддияна я изучил Йогу.
В стране Сахор я изучил два раздела Тантры.

В стране Джа я изучил Килаю.
В стране Сингха я изучил Хаягриву.
В стране Маруце я изучил Мамо.
В Непале я изучил Ямантаку.
В Ваджрасане я изучил Амриту.

Четыре раздела Отцовской Тантры
И Материнской Тантры,
Включая Гухьясамаджу,
Я всесторонне изучил в стране Джала.
Великое Совершенство стало мне ведомо
Из собственного естественно осознающего ума.
Я постиг, что все дхармы подобны сновидению, иллюзии.

В стране Тибет я совершил безмерные деяния на благо живых существ.
В эпоху упадка я буду помогать живым существам.
Поэтому я укрыл неисчислимые клады-тэрма,
Что будут открыты теми, кому это суждено.

Все счастливцы, имеющие связь с этими тэрма,
Исполните волю Лотосорождённого!

Так он сказал.

Эмахо! В конце этой эпохи мои клады-тэрма будут обильны в снежной стране Тибет. Слушайте все те, кто в то время последует моему совету!

Трудно реализовать сущность Ати-йоги Великого Совершенства, так упражняйтесь же в ней! Эта сущность есть

Совет Рожденного из Лотоса

пробуждённое состояние ума. Хотя ваше тело остаётся человеческим, ум ваш достигает уровня будды.

Сколь бы ни были глубоки, обширны и всеобъемлющи учения Великого Совершенства, все они заключаются в следующем: не создавай в уме и не делай объектом медитации даже такую малость, как атом, и не отвлекайся ни на единый миг. [1]

Существует опасность, что люди, не сумевшие этого понять, воспримут это высказывание буквально: «Не нужно медитировать? Ну и прекрасно!» Их ум отвлечён сансарными делами, тогда как человек, постигший природу немедитации, освобождает сансару и нирвану в состояние равенства. Если наступает реализация, то вы окончательно освобождаетесь от сансары, так что ваши клеши естественным образом успокаиваются и становятся изначальной пробуждённостью.* Что толку в реализации, которая не может избавить от клеш?

Однако некоторые, отказываясь от медитации, предпочитают погрязнуть в пяти ядах. Они не постигнут истинной природы и наверняка попадут в ад.

Не разглагольствуйте о воззрении, которого не постигли! Поскольку воззрение свободно от воззрения, природа ума есть пространство великой пустоты. Поскольку медитация свободна от медитирования, освободите своё личное переживание от сосредоточения. Поскольку поведение свободно от действий, оно есть неизмышленная естественность. Поскольку плод свободен от отвергания и достижения, он — дхармакая великого блаженства. Эти четыре высказывания — слова, идущие из моего сердца. Противореча им, вы никогда не найдёте сущности Ати-йоги.

---

* тиб. ye shes; санскр. *джняна*. Эрик Пэма Кунсанг использует термин «original wakefuless». Другой вариант перевода — «изначальная мудрость». — Прим. ред.

В конце следующей эпохи будет много ложных практиков, которые будут использовать Дхарму как товар. В то время все вы, почитающие мои слова, не отступайте от десяти духовных действий.

Пусть ваша реализация равна реализации будд, совершайте подношения Трём Драгоценностям. Пусть вы овладели своим умом, обратите сокровенные помыслы к Дхарме. Пусть природа Великого Совершенства непревзойдённа, не пренебрегайте другими учениями.

Пусть вы постигли, что будды и живые существа равны, обратите своё сострадание на всех живых существ. Пусть пути и бхуми — вне упражнения и продвижения, не прекращайте очищать свои омрачения с помощью действий Дхармы. Пусть собрания <заслуг и мудрости> не зависят от накопления, не отсекайте корень условной добродетели.

Пусть ваш ум пребывает за пределами рождения и смерти, ваше иллюзорное тело всё-таки умрёт, — поэтому, помня о смерти, практикуйте. Пусть вы обладаете переживанием свободной от мыслей дхарматы, храните поведение, направляемое бодхичиттой. Пусть вы обрели плод дхармакаи, не теряйте связи со своим йидамом.

Пусть дхармакая — это не какое-то иное место, ищите истинный смысл. Пусть состояние будды не пребывает где-то в ином месте, посвящайте все создаваемые вами заслуги высшему просветлению. Пусть всё воспринимаемое вами есть изначальная пробуждённость, не позволяйте уму впасть в сансару.

Пусть природа вашего ума просветлена, всегда почитайте своего йидама и своего учителя. Пусть вы постигли природу Великого Совершенства, не отвергайте своего йидама. Те, кто вместо этого безрассудно болтают и похваляются, только

наносят вред Трём Драгоценностям и не будут счастливы даже на миг.

Гуру сказал:

Люди не думают о смерти. Человеческая жизнь подобна куче мякины или пёрышку на горном перевале. Демон Владыка Смерти налетает внезапно, как лавина. Клеши подобны готовой вспыхнуть соломе. Ваша жизнь стремительно убывает, как тени при заходе солнца.

Все живые существа трёх миров обвивают себя ими же порождённой чёрной змеёй гнева. Они пронзают себя рогами ими же порождённого красного быка страсти. Они омрачают себя ими же порождённой непроглядной тьмой неведения. Они приковывают себя к ими же порождённой скале самодовольства. Их рвут ими же порождённые шакалы зависти. Люди не понимают, что не могут избежать пяти опасных ущелий клеш. Они делают всё для того, чтобы испытать сансарные удовольствия только этой жизни.

Эта жизнь пролетает за один краткий миг, сансара же бесконечна. Что вы будете делать в следующей жизни? К тому же продолжительность этой жизни неведома: человек не знает, когда наступит смерть, и, как преступник, идущий на казнь, с каждым шагом приближается к смерти.

Все живые существа невечны и должны умереть. Разве вы не слышали о людях, которые уже умерли? Разве вы не видели, как умирал кто-то из родственников? Разве вы не замечаете, как приближается старость? И все равно вместо того, чтобы практиковать Дхарму, вы забываете о прошлых бедах. Вместо того, чтобы устрашиться будущих несчастий, вы закрываете глаза на страдания низших миров.

Преследуемые мимолётными обстоятельствами, связанные узами двойственных представлений, изнурённые рекой желаний, опутанные сетями сансарного бытия, зажатые в тиски созревания кармы, вы продолжаете цепляться за развлечения и остаётесь беспечны, даже когда до вас доходит весть Дхармы. Разве к таким, как вы, не приходит смерть? Мне жаль всех живых существ, которые думают так!

Гуру сказал:

Если вы помните о неизбежности смерти, то становится ясно, что все действия — причины страдания, поэтому откажитесь от них. Разрубите все узы, даже самые малые, и в уединении созерцайте пустоту — противоядие от них. Ничто не поможет вам на пороге смерти, поэтому практикуйте Дхарму: она ваш лучший друг.

Ваш гуру и Три Драгоценности — вот лучшее окружение, так примите же в них прибежище всем сердцем. Практика Дхармы — вот что лучше всего поможет состоянию вашего ума. Запомните то, что услышали, поскольку самое надёжное — это Дхарма.

Какое бы учение вы ни практиковали, отбросьте сонливость, апатию и лень. Облачитесь в доспехи усердия. Если вы поняли учение, то каково бы оно ни было, не отделяйте себя от его смысла.

Падмасамбхава сказал:

Поступайте так, если хотите практиковать истинную Дхарму! Храните в памяти устные наставления своего гуру. Не давайте оценок своему переживанию, потому что это способствует только привязанности или недовольству. День и ночь наблюдайте свой ум. Если ваш поток сознания содержит нечто неблагое, всем сердцем отрекитесь от него и преследуйте благо.

Совет Рожденного из Лотоса

Далее, когда вы видите, как другие люди совершают зло, чувствуйте к ним сострадание. Вполне возможно, что вы будете ощущать привязанность к одним объектам чувств и отвращение к другим. Откажитесь от этого. Почувствовав привязанность к чему-то привлекательному или отвращение к чему-то отталкивающему, поймите, что это заблуждение вашего ума, волшебная иллюзия и ничто иное.

Услышав приятные или неприятные слова, поймите, что это пустые звуки, подобные эху. Столкнувшись с суровыми испытаниями и несчастьями, поймите, что это всего лишь мимолётное происшествие, ошибочное впечатление. Осознайте, что истинная природа неотделима от вас.

Обрести человеческое тело чрезвычайно трудно, поэтому безрассудно, обретя его, пренебрегать Дхармой. Только Дхарма может вам помочь, всё остальное — мирские соблазны.

И ещё сказал гуру:

Существа с низшей кармой стремятся к блеску и тщете этого мира, не думая о созревании кармы. Грядущие несчастья будут длиться гораздо дольше, чем нынешние, поэтому ощущайте материнскую любовь и сострадание к существам трёх миров. Никогда не расставайтесь с пробуждённым умом — бодхичиттой. Откажитесь от десяти неблагих дел и обратитесь к десяти благим.

Не считайте ни одно живое существо своим врагом: это всего лишь заблуждение вашего ума. Не добывайте еду и питье обманом и ложью. В этой жизни вы набьёте брюхо, а тяжесть ощутите в будущей.

Не занимайтесь делами ради наживы и барышей: обычно это только отвлекает и себя, и других. Не придавайте значения богатству, потому что оно враг медитации и практики Дхармы.

Излишние заботы о пище — причина отвлечения, поэтому припасов для медитации должно хватать только для поддержания жизни. Не живите в селениях или в таких местах, которые способствуют привязанности и отвращению. Когда тело пребывает в уединении, ум тоже становится затворником. Откажитесь от праздной болтовни и говорите меньше. Если вы заденете чувства другого человека, то оба накопите неблагую карму.

Все существа до единого были вашими родителями, поэтому не позволяйте себе чувствовать привязанность или враждебность. Сохраняйте мирное расположение ума. Откажитесь от злоречия и грубости — разговаривайте с улыбкой на лице. Вы не сможете отплатить за доброту ваших родителей, даже пожертвовав жизнью, поэтому проявляйте почтительность в мыслях, словах и делах. И добро, и зло происходят от воспринимаемых объектов и окружения, поэтому не общайтесь с теми, кто поступает дурно. Не оставайтесь там, где люди проявляют к вам враждебность и где усугубляются гнев и страсть. В противном случае будут только усиливаться клеши — и у вас самих, и у других.

Живите там, где ум ваш пребывает в покое, — тогда практика Дхармы будет идти сама собой. Жизнь в таких местах, где сильны привязанность и гнев, способствует отвлечению. Живите там, где практика Дхармы идёт успешно.

Если вами овладеет самодовольство, ваши заслуги уменьшатся, поэтому отбросьте заносчивость и высокомерие. Если

Совет Рожденного из Лотоса

вас постигнет разочарование и одолеет уныние, будьте сами себе утешителем и советчиком. Вернитесь на путь.

Гуру сказал:

Если вы хотите по-настоящему практиковать Дхарму, руководствуйтесь добродетелью даже в самом малом. Откажитесь от дурного, даже в самом мелком поступке. Огромный океан складывается из капель воды, и даже гора Сумеру и четыре континента состоят из мельчайших атомов.

Пусть ваш дар — лишь единственное зёрнышко кунжута, это не имеет значения: если вы отдаёте его с состраданием и бодхичиттой, то обретаете стократную заслугу. Если же вы даёте что-то без помыслов бодхичитты, то заслуги ваши не возрастут, пусть даже вы принесёте в дар коней и скот.

Не прибегайте к лести и не водите неискренней дружбы. Оставайтесь честны в мыслях и делах. Главная практика Дхармы — всегда быть честным в мыслях и делах. Основа практики Дхармы опирается на чистоту самаи, сострадание и бодхичитту. Сюда входят самаи Тайной Мантры, обеты бодхисаттвы и правила шраваков.

Гуру сказал:

Тратьте все свои запасы пищи и деньги на благие дела. Некоторые говорят: когда придёт смерть, деньги пригодятся. Но когда вас поразит смертельная болезнь, вы не сможете умерить боль ни за какие деньги, сколько бы слуг у вас ни было, а если у вас ничего нет, то от этого боль не станет сильнее.

В это время не имеет никакого значения, есть ли у вас помощники, слуги, приближённые и деньги. Всё это только причины привязанности. Привязанность ограничивает, даже если это привязанность к своему йидаму или Дхарме.

Привязанность богача к своим мешкам с золотом и привязанность бедняка к своей иголке с ниткой одинаково ограничивают. Откажитесь от привязанности, которая запирает врата, ведущие к освобождению.

Когда вы умрёте, не будет никакой разницы, сожгут ли ваше тело на костре из сандалового дерева или его пожрут птицы и собаки где-то в безлюдном месте. Вы уходите в сопровождении благих или злых деяний, совершённых вами при жизни. Всё остаётся позади: и дурное имя, и добрая слава, и запасы продовольствия, и имущество, и слуги, и приближённые.

В день смерти вам нужен лишь духовный учитель, поэтому ищите его [заранее]. Без учителя вы не сможете пробудиться к просветлению, так следуйте же знающему учителю и исполняйте всё, что он велит.

И ещё сказал гуру:

Слушайте, счастливые люди грядущих времён, которые следуют словам Падмакары! Прежде всего, вступая на путь, необходимо проявлять усердие. Ибо до сих пор вы пребывали в заблуждении: в течение неисчислимых кальп всё, что вы делали, происходило в заблуждении. Отсеките же это заблуждение прямо сейчас, когда вы обрели человеческое тело.

Все живые существа омрачены тьмой неведения, происходящего из всеобщей основы. Когда возникло двойственное восприятие, оно упрочилось вследствие двойственных представлений. Чтобы бы ни делали живые существа, они всегда совершают дурные поступки. До чего же тесна темница заблуждения, в которой томятся существа шести миров!

Обрести человеческое тело чрезвычайно трудно. А из тех, кто его обрел, только немногие слышат имя Будды. Услышавшие же крайне редко зарождают в себе веру. И даже ощутив веру, многие люди, вступив на путь Дхармы, ведут себя как упрямые животные, нарушают самаю и обеты и совершают падение. Видя таких живых существ, бодхисаттвы горюют и я, Падмакара, печалюсь.

Совет Рожденного из Лотоса

Цогял, там, где есть учения Будды, даже те люди, которые обрели совершенное человеческое тело и в течение бесчисленных жизней накопили безмерные заслуги, всё ещё обладают полной кармой шести разрядов существ.

Некоторые из них, услышав о качествах Будды, воспламеняются привязанностью и гневом, беспокоясь, что и другие люди тоже заинтересуются. Присоединившись к последователям учения Будды, они тревожатся, что сансара будет исчерпана. Такой вид привязанности и гнева — семя мира ада. В будущих жизнях подобные люди переродятся в таких местах, где никогда не услышат о Трёх Драгоценностях.

Вы, живущие ныне люди или те, что появятся в будущем, люди, которые правильно внимают словам Падмакары, должны делать следующее: чтобы воспользоваться преимуществами, которые даёт человеческое тело, вам нужна возвышенная Дхарма. Люди, жаждущие мирских благ и славы, а не практики Дхармы, относятся к высшему уровню мира животных.

Если вы сомневаетесь в этом, то как следует поразмыслите: стремиться к тому, чтобы телу было хорошо, чтобы оно продолжало жить, стремиться одержать победу, беспокоиться о благе близких, жаждать отомстить ненавистным врагам — всё это свойственно мирским людям. Но то же самое свойственно и птицам в небе, мышам, бегающим по земле, муравьям, живущим под камнями, — всем живым существам.

Иметь менее опасных врагов, чем другие существа, — это просто высший уровень среди животных. Чтобы практиковать Дхарму, вы должны отбросить привязанность к своей стране. Ваша родина — это место рождения привязанности и гнева.

Имейте столько пищи и имущества, сколько можно без труда взять и унести с собой. Поступайте так, пока не избавитесь от привязанности к еде и одежде. Не храните такого имущества, которое может отвлекать. Ищите место, где не встречаются дикари. Имея запас пищи, необходимый только для поддержания жизни, живите в уединении, избегая общества.

Сначала очистите свои проступки. Затем загляните в свой ум! То, что естественное состояние ума не длится, но порождает мысли, есть доказательство его пустоты. Беспрерывное возникновение мыслей — это его осознающая ясность. Не преследуйте возникающие мысли. Не цепляйтесь за осознающую ясность. Когда вы расслабляете своё внимание и распознаёте его сущность, ваше естественное осознавание проявляется как дхармакая.

Время от времени делайте практики для очищения препятствий и достижения успеха. Если вы сможете следовать моим наставлениям, то обретёте состояние Ваджрадхары в этой жизни.

Цогял, ближе к концу учений Шакьямуни появится некто тёмно-коричневый в гневном обличье. Скрой для него эти мои слова в ларце из коричневой шкуры носорога.

Так он сказал.

На этом завершён завет Лотосорождённого гуру из Уддияны, названный «Драгоценное Остриё».

Обнаружено Ригдзином Годэмом, Видьядхарой с Пером Грифа, в белом кладе на востоке.

Самая, печать, печать.
Да исполнится благо.
Да исполнится благо.
Да исполнится благо.
САРВА МАНГАЛАМ.

СОВЕТ ТРИСОНГ ДЭУЦЕНУ

Эмахо! Царь Трисонг Дэуцен пригласил Гуру Падмасамбхаву, чтобы тот обуздал <энергии, господствующие над> местом, <выбранном для строительства монастыря> Самье, Великолепного Самосовершенного Исполнения Безграничных Желаний, и возглавил его строительство. Позднее, когда шло освящение, царь попросил гуру, который был облачён в плащ тёмно-красной парчи, взойти на трон с шёлковыми подушками в верхнем центральном зале. Он подал учителю рисовое вино, а по правую и по левую его руки поставил кубки, полные золота и серебра. Царь преподнёс множество разнообразных даров, а на круглую золотую мандалу размером в локоть положил украшения из бирюзы в виде семи

драгоценных символов. С собственной шеи он снял бирюзовое украшение под названием Сияющее Мару и положил его как символ солнца, а другое, под названием Кэнру Конгчок, — как символ луны. Другие, разложенные на блюде драгоценности, символизировали гору Меру и четыре континента. Эту мандалу царь поднёс гуру, произнеся такую хвалу:

Без отца и матери твой образ-нирманакая появился
из цветка лотоса,
Он властвует над живыми существами как ваджрное тело,
Что пресекает поток рождения и смерти.

Из неограниченного пространства реализации
Ты открываешь достойным ум будды.
Искусно воздействуя многообразными методами,
Ты связал клятвой надменных богов и демонов.
Совершенными деяниями трёх кай твоя нирманакая
Превосходит все нирманакаи других будд.

Я склоняюсь перед лотосным образом Ваджра Тотрэнга
И с благоговением восхваляю тебя.
Хотя, наслаждаясь пятью чувственными радостями,
Ты свободен от всякой привязанности,
Ты из сострадания принимаешь их,
Дабы живые существа могли обрести заслуги.
Прошу, будь ко мне милостив: даруй мне высший,
глубокий смысл!

Учитель ответствовал так:
О царь! Нравится ли тебе мой нынешний облик?

Да, — *молвил царь и продолжал:*

Свободный от болезней четырёх элементов,
Превосходящий рождение и смерть,
Ты обладаешь высшим состраданием
И действуешь на благо живых существ,
Твой ум всегда пребывает как неотъемлемая природа дхарматы:
Да, мне нравится твой облик, о защитник существ!

Тогда учитель сказал:

Тебе должно знать, что собственный учитель важнее,
Чем тысяча будд этой кальпы.
Почему? Потому что все будды этой кальпы
Появились благодаря следованию учителю,
И, пока не было учителя,
Никогда не существовало даже слово «будды».

И ещё он сказал:

Учитель — Будда, учитель — Дхарма,
Учитель — также и Сангха;
Поэтому он — корень Трёх Драгоценностей.
Прекратив поклоняться всем остальным,
Стремись служить своему учителю.
Ублаготворяя его, обретёшь все свершения, какие пожелаешь.

Затем царь спросил Падмасамбхаву:

О великий учитель, пытаясь достичь плода, состояния будды, исходя из причины, живого существа, — мы прежде всего придаём исключительное значение воззрению о реализации. Что значит «обладать воззрением о реализации?»

Совет Рожденного из Лотоса

Учитель ответил:

Вершина всех воззрений есть бодхичитта — сущность пробуждённого ума. Все неисчислимые вселенные, все сугаты десяти направлений и все живые существа трёх миров имеют одну и ту же природу, потому что присутствуют в бодхичитте — сущности пробуждённого ума. «Ум» здесь означает всё то многообразие, что проявляется из несотворённого.

Ты можешь возразить: «Какова же разница между буддами и живыми существами?» Она кроется лишь в одном: постигает ум или не постигает. Основа пробуждённого состояния, будды, присутствует в тебе, но ты её не распознаёшь. Не распознав свой ум, живые существа попадают в шесть потоков бытия. Тогда ты, может быть, спросишь: «Как же постичь ум?» Говорят, что для этого нужны устные наставления учителя.

«Ум» — это то, что думает и познаёт: ведь есть же нечто, что воспринимает. Не ищи этот ум вне себя, загляни внутрь! Пусть ум сам ищет себя! Обрети уверенность в том, что есть природа ума!

Во-первых, откуда возникает ум? <Второе:> где он пребывает сейчас? Под конец, наблюдай, куда он уходит! Когда твой ум смотрит в себя самого, он не находит ни того места, откуда он возникает, ни где он пребывает, ни куда уходит. Невозможно объяснить: «Вот как это происходит». Мы обнаруживаем, что «ум» не вне и не внутри. В нём нет того, кто смотрит; не является он и актом зрения. Он переживается как великая изначальная пробуждённость, не имеющая ни середины, ни краёв, как безмерная вездесущесть, которая изначально пуста и свободна. Это изначальная пробуждённость подлинна и самосуща. Она появилась не теперь, а присутствует в тебе с самого начала. Твёрдо реши, что воззрение есть признание именно этого!

«Обладать уверенностью» в этом означает понять, что ум, как и пространство, присутствует изначально. Как солнце, он свободен от какой бы то ни было основы для тьмы неведения. Как цветок лотоса, он чист и не запятнан недостатками. Как золото, он не меняет своей природы. Как океан, он недвижим. Как река, он неиссякаем. Как гора Сумеру, он абсолютно неизменен. Когда ты поймёшь, что он именно таков [и упрочишься в этом], это называется «обладание воззрением реализации».

Царь спросил:
Что значит выражение «владеть переживанием медитации?»

Учитель ответил:
Слушай, о царь! «Владеть переживанием медитации» означает оставить свой ум чистым, без измышлений, без искажений. Предоставь уму покоиться в своём естественном, неограниченном и свободном состоянии. Не устремляя свой ум на что-то внешнее, не сосредотачивая его внутри, ты не имеешь центра. Пребывая в великом равностном состоянии своей неотъемлемой природы, позволь своему уму оставаться неподвижным, как пламя масляного светильника, не колеблемое ветром.

В таком состоянии может появиться переживание: твоё сознание может переполниться, стать ясным или же совсем прекратиться; может стать блаженным, сияющим или свободным от мыслей; может затуманиться, лишиться ориентиров, пойти вразрез с тем, что принято в этом мире. Если есть такие переживания, не придавай им особого значения, потому что это всего лишь преходящие ощущения. Совершенно не

сосредоточивайся на них и не привязывайся к ним! Вот что называется «владеть переживанием медитации».

Царь спросил:
Что значит выражение «обладание единым вкусом в поведении»?

Учитель ответил:
Под «поведением» здесь имеется в виду непрерывность медитации: не отвлекаться, несмотря на то, что нет никакого объекта медитации. Как река течёт непрерывно, так и ты сохраняешь присутствие при любых обстоятельствах: идёшь ли ты, делаешь что-то, лежишь или сидишь. «Равный вкус» означает, что свободным от привязанности знанием своей неотъемлемой природы ты охватываешь всё видимое и воспринимаемое другими пятью чувствами. Ты ничего не принимаешь и не отвергаешь, как в примере с посещением острова сокровищ. Это называется «обладание единым вкусом в поведении».

И ещё спросил царь:
Что помогает «пройти опасное ущелье движения мыслей?»

Учитель ответил:
Когда во время медитации возникают рассудочные мысли, все они появляются из твоего собственного ума. Поскольку ум не состоит ни из какой конкретной основы, мышление само по себе пустотно, лишено какой-либо реальной сущности. Подобно облаку, появляющемуся и исчезающему в небе, мышление происходит в уме и в уме же растворяется. В сущности, рассудочное мышление есть дхармата.

«Пройти опасное ущелье» означает: когда ум погружается в разнообразные мысли, следует направить внимание на сам ум. Подобно вору, забравшемуся в пустой дом, пустотные мысли никак не могут повредить пустому уму. Вот что называется «пройти опасное ущелье движения мыслей».

Царь спросил учителя:
Как «обрести неколебимую уверенность в плоде»?

И учитель ответил:
Слушай, о царь! Пробуждённый ум — бодхичитта не создаётся причинами и не разрушается обстоятельствами. Его не сотворили искусные будды и не изобрели смышлёные живые существа. Он изначально присутствует в тебе как твоя естественная собственность.

Когда ты узнаешь его благодаря устным наставлениям своего учителя, то, поскольку ум есть прародитель будд, ты как будто встретишься с давним знакомым.

Все будды трёх времён пробуждаются к просветлению, непрерывно реализуя это после того, как достигнут устойчивости <созерцания>, подобно восходящему на престол царевичу. Пробудиться к тому, что спонтанно присутствует с самого начала, будучи свободным от страха и робости, называется «обладанием уверенности в плоде».

Снова царь спросил учителя:
Что помогает «отсечь ограничения заблуждений и ошибок?»

Учитель ответил так:
О царь, питать надежду или страх — значит совершать

ошибку непонимания воззрения. Пробуждённый ум — <естественное> осознавание не питает ни надежды обрести просветление, ни страха впасть в состояние живых существ.

Иметь представление о медитирующем и о предмете медитации значит совершать ошибку: не отсекать порождения двойственного ума. В неотъемлемой от тебя природе дхарматы, свободной от умопостроений, нет ни объекта медитации, ни того, кто медитирует, ни самого процесса медитации.

Принимать или отвергать — значит совершать ошибку: не отсекать влечения и привязанности. В изначально свободной и пустой природе ума нет ни того, что нужно было бы достигать и к чему питать привязанность, ни того, что нужно было бы отвергать и к чему питать враждебность. В ней нет ни благого, что следует принимать, ни дурного, что следует отвергать.

Привязанность к собственности — следствие ошибки: непонимания практики. Чего бы ни касалась практика, следует быть свободным от привязанности и понимать, что влечение и привязанность лишены почвы и корня.

Подытожив все эти высказывания в одной фразе, можно сказать: воззрение должно быть свободно от убеждений [2], медитация не должна быть направлена ни на что, переживание должно быть свободно от смакования его вкуса, а плод должен быть вне достижения. Будды трёх времен не учили, не учат и не будут учить ничему иному! Это называется «отсечь ограничения заблуждений и ошибок».

Царь спросил учителя:
Что значит «очистить ошибку убеждения?»

Учитель ответил:

Пусть даже ты понял, что твой ум есть будда, не оставляй своего учителя!

Пусть даже ты постиг, что видимые проявления есть ум, не отрывайся от условных корней добродетели!

Пусть даже ты не питаешь надежды на обретение состояния будды, почитай возвышенные Три Драгоценности!

Пусть даже ты не боишься сансары, избегай малейшего прегрешения!

Пусть даже ты обрёл непоколебимую уверенность в своей неотъемлемой природе, не принижай ни одно духовное учение!

Пусть даже ты обладаешь переживаниями самадхи, высшими способностями восприятия и тому подобным, откажись от самомнения и заносчивости!

Пусть даже ты постиг, что сансара и нирвана недвойственны, не прекращай проявлять сострадание к живым существам!

Царь снова спросил:

Что значит «обрести уверенность»?

Учитель ответил:

Обрети уверенность в том, что твой собственный ум с самого начала есть пробуждённое состояние будды. Обрети уверенность в том, что все дхармы есть волшебное проявление твоего собственного ума. Обрети уверенность в том, что плод присутствует в тебе самом и его не нужно нигде искать. Обрети уверенность в том, что твой учитель есть воплощённый будда. Обрети уверенность в том, что сущность воззрения и

Совет Рожденного из Лотоса

медитации — реализация будд. Чтобы обрести такую уверенность, ты должен практиковать! [3]

Царь опять спросил:

Что значит «обладать передачей устных наставлений»?

Учитель ответил:

Своим благословением Самантабхадра передал эти тайные слова в уши Ваджрасаттвы. Ваджрасаттва излил их в *гау* ушей Гараба Дордже. Гараб Дордже вверил их центру сердца Шрисингхи. Шрисингха даровал их мне, Падмасамбхаве. Храни их, Трисонг Дэуцен, в самой глубине своего сердца! [4]

Далее учитель так наставлял царя:

О царь, если не постигнешь нерождённую природу дхарматы, то, даже если ты родился монархом, твоя жизнь подобна пузырю на воде.

Если не обретёшь переживание неотъемлемой природы дхарматы за пределами мысли, [то будешь страдать, когда] придут в упадок и исчезнут твоё царство и мирская власть, иллюзорные, как радуга.

Если не будешь близок со своим другом, самосущим осознаванием, то, уйдя из этой жизни, [не сможешь отсечь привязанность] к своим супругам, слугам и подданным, [которые всего лишь] временные попутчики.

Если не освоишь естественное состояние воззрения и медитации, то будешь вращаться в круговороте жизней, как обод колеса водяной мельницы: появление на поверхности — рождение, погружение в воду — смерть.

Если не будешь править своим царством с помощью истины мира, то строгие законы уподобятся ядовитому дереву,

которое уничтожает само себя. О великий царь, прошу тебя, правь в согласии с Дхармой!

И снова наставлял царя учитель:
О царь, в конце этого века люди будут жаждать высших учений, но не смогут их реализовать. Не следуя словам Дхармы, многие будут объявлять себя практикующими. В то время будет много хвастунов, но мало людей совершенных. Когда в Тибете, Китае и Монголии Дхарма Будды будет заброшена, как порубленная кольчуга, люди станут необузданными. В то время эти учения должны сохранить Дхарму Будды, поэтому ты должен их спрятать как клад-тэрма.

О царь, в своей последней жизни ты встретишься с этими учениями и с теми, кто охраняет Дхарму Будды. Тогда ты прекратишь поток перерождений и станешь видьядхарой. Посему не предавай их гласности ныне!

Преисполнившись радости, царь поднёс мандалу с золотом и совершил бессчётные простирания и обходы по кругу.

Печать сокровища.
Печать сокрытия.
Печать вверения.

ОТСУТСТВИЕ ПРОТИВОРЕЧИЙ МЕЖДУ МАЛОЙ И ВЕЛИКОЙ КОЛЕСНИЦАМИ

Царь Трисонг Дэуцен поднёс великому учителю Падмакаре мандалу с золотом и сказал:
О, чудо! Великий учитель, прошу тебя научить методу практики, который показывает, что нет противоречий между малой и великой колесницами.

Учитель ответил:
Эмахо, великий царь, родиться повторно царём и обладать совершенным человеческим телом, наделённым заслугами, — великая редкость, а потому очень важно уметь править царством Дхармы. В мирских делах ты можешь править со всей суровостью, но это наносит вред всем живым существам, поэтому важно практиковать бодхичитту.

Ты можешь с большой любовью лелеять это иллюзорное тело, но время смерти неведомо. Твои седые волосы и морщины — это знаки смерти, потому важно ощутить усталость и прибегнуть к лекарству: практике Дхармы.

Дабы вступить на путь освобождения, необходимо обладать чувством стыда и скромности, избегая дурных дел, поэтому важно соблюдать обеты и обещания, не нарушая их.

Все живые существа заслуживают сострадания, поэтому будь свободен от предубеждений против новых знакомств. Важно привести всю твою свиту, подданных и родственников к Дхарме и поддерживать их <в ней>.

Такие вещи, как пища и богатство, никогда не бывают в избытке, поэтому важно использовать их на благо Дхармы, не допуская, чтобы они тратились зря, становясь добычей врагов и злых духов. Не имея веры и преданности, нельзя получить суть устных наставлений, поэтому важно почитать учителей линии передачи и служить им верой, преданностью и почитанием. Именно учитель показывает, что мудрость состояния будды присутствует в тебе самом, поэтому важно попросить у учителя, держащего линию устной передачи, устных наставлений, а затем претворить их в практику.

Ты не получишь благословения, если твои тело, речь и ум останутся обычными, поэтому важно стремиться к тому, чтобы тело, речь и ум стали божеством, мантрой и естественным состоянием вне понятий.

Если ты преследуешь только обычные цели, твои тело, речь и ум будут без остатка захвачены мирскими делами, поэтому важно умело отказываться от ненужного общения и уходить в ритод.*

* уединённое место в горах для духовной практики. — Прим. ред.

Родители, братья, сыновья и супруги — все они только временные попутчики. Вы не будете вместе вечно, поэтому важно отказаться от привязанности и воздерживаться от общества женщин, корня сансары.

Все достижения, почести и слава этой жизни есть причины отвлечений и препятствий, поэтому важно отойти от забот этой жизни и полностью отречься от восьми мирских дхарм.

Все твои теперешние переживания, разнообразные чувства удовольствия и страдания — поверхностны и нереальны, поэтому важно осознать, что всё проявляющееся и существующее лишено независимого бытия, как волшебная иллюзия или сновидение.

Ум подобен необъезженному коню, что во весь опор мчится куда попало, поэтому важно всегда держать настороже внимательность и осознанность.

Природа ума, которую нельзя точно определить, есть изначальная пробуждённость, естественная и самосущая: важно заглянуть в самого себя и распознать свою природу.

Когда умом владеет привязанность, он не знает покоя, поэтому важно расслабить тело и ум изнутри, а внимание оставить в естественном состоянии.

Всякие выдумки и измышления — это двойное заблуждение твоего рассудка, поэтому важно расслабить безудержный поток мыслей, предоставив им освободиться в их естественное состояние.

Всякие усилия и попытки чего-то достичь связаны веревкой желания, поэтому важно, освободившись от усилий и желаний, позволить [своим мыслям] проясниться самим по себе.

Ты не достигнешь состояния будды, пока питаешь надежду или страх, поэтому важно твёрдо понять, что пустота и нерождённая природа ума — вне состояния будды, которого нужно достигать, или сансары, в которую можно впасть.

Эмахо! Слушай, царь! Если ты практикуешь так, как было сказано, то не найдёшь никакого противоречия ни между великой и малой колесницами, ни между колесницей Мантры и Аналитической колесницей, ни между колесницами причины и плода — так помни же об этом, великий царь.

В конце этой эпохи, великий царь, ты пресечёшь поток перерождения и завершишь сансару. В тебе <как солнце> взойдёт изначальная пробуждённость состояния будды, и ты будешь постоянно действовать на благо живых существ. Укрой эти учения как драгоценное сокровище!

Услышав этот совет о единстве зарождения и завершения, царь преисполнился радости, совершил бесчисленные простирания, обходы и рассыпал золотую пыль.

Таковы устные наставления, дающие важный совет, который не противоречит ни одной из всех колесниц.

Печать сокровища.
Печать сокрытия.
Печать вверения.

ЗОЛОТЫЕ ЧЁТКИ, СОДЕРЖАЩИЕ НЕКТАР

Склоняюсь перед великим учителем Падмасамбхавой!

Тот, кого называют Лотосорождённым из Уддияны, есть эманация всех будд трёх времен, великий видьядхара неразрушимого всеведения. Он был приглашен в Тибет владыкой и правителем [Трисонг Дэуценом]. Когда он пребывал там, я, Еше Цогял, служила ему как супруга и спутница. Однажды во время пребывания в пещере Тидро, что в Шото, мне был указан смысл Сокровенной Непревзойдённой Сердечной Сущности Великого Совершенства и был мною понят. Благодаря воззрению я постигла естественное состояние как прямое переживание, а не как теоретическое предположение. Поражённая этим чудом, я, княжна из рода Карчен, задала вопрос:

Что за диво! О великий учитель, поскольку все ключевые моменты Сердечной Сущности Тайной Мантры содержатся в трёх началах: сущности, природе и способности, — бывают ли какие-либо отклонения от них?

Учитель сказал так:

Цогял, прекрасно, что ты спрашиваешь об этом. Действительно, все ключевые моменты Сокровенной Сердечной Сущности заключены в сущности, природе и способности. Если человек этого не понимает, можно сбиться с пути. Объяснение содержит четыре пункта: как впадают в заблуждение, каков признак заблуждения, каков его изъян и каковы последствия.

Первое: как отходят от сущности. Обычно «сущность» означает просто естественное состояние твоего [недвойственного] осознавания — неизмышленную и неиспорченную пробуждённость. С изначальных времён и до сих пор эта пробуждённость пребывает как познающая способность пустоты, не созданная из чего бы то ни было. Если же вместо того, чтобы просто оставить её как есть, человек упражняется, воображая её пустотой, то он не свободен от умозрительного сосредоточения на пустоте. Поэтому он сбивается с пути и попадает в так называемую «нигилистическую пустоту».

Признак заблуждения — когда утверждают: «Нет никаких будд наверху, нет никаких живых существ внизу, а всё есть пустота, поскольку ничего не существует».

Изъян такого заблуждения — это рассудочная мысль: «Всё есть пустота!» В итоге человек отвергает все духовные аспекты, такие как вера и чистое восприятие, прибежище и бодхичитта, доброта и сострадание и так далее. Вместо этого он предаётся мирским желаниям.

Что касается дурных последствий, то подобное отношение приводит к разнузданным неблагим действиям. Того, кто подобным образом извращает истину, ожидает не что иное, как Ваджрный Ад.

Тот, кто извращает истину о добродетельном, вследствие такого безумного поведения будет в следующем рождении придерживаться крайнего нигилистического воззрения. Тот, кто извращает истину о причине и следствии, погрязнет в пучине страдания.

Цогял, очень многие утверждают, что постигли пустоту, но немногие постигли абсолютное естественное состояние.

Что касается «природы», то здесь есть также четыре аспекта ухода на ложный путь. Первый из них, каким образом отходят от природы: естественное сияние чистого осознавания, которое благодаря свету проявляется как каи и мудрости, не имеет образов с ликами и руками, не имеет цвета (мудрости) и не заключается в каких-либо ограниченных атрибутах. Это естественное сияние пустоты просто пребывает как неотъемлемо присущая пустоте способность осознавать. Неумение увидеть эту обладающую способностью познавать пустоту, как нераздельное единство называется «уход осознавания в [двойственное] восприятие».

Признак впадения в подобное заблуждение — когда человек формулирует все слова Дхармы как сторонник крайних взглядов. Даже заучив слова, описывающие единство, он не способен понять их умом.

Изъян такого отхода от природы: точка зрения, рассматривающая воспринимаемые [объекты] как конкретные, не позволяет понять учения школы Читтаматра. Вследствие

сильной односторонней привязанности к отдельным положениям философии человек отходит от путей и ступеней, ведущих к всеведению [просветлению]. Тот, кто твёрдо верит в конкретную реальность того, что он воспринимает, весьма далёк от освобождения!

Последствия подобных заблуждений: во внешнем аспекте — перерождение в мире форм и т. д. вследствие того, что проявление ясного света выдается за конкретную реальность. Во внутреннем аспекте такая односторонняя позиция, неумение увидеть осознавание как способность пустоты познавать *, препятствует освобождению.

Цогял, многие утверждают, что распознали ясный свет, но немногие упражняются в единстве пустоты и её способности познавать!

Что касается «способности», то здесь тоже есть четыре аспекта ухода на ложный путь. Первый из них, это как именно человек заблуждается относительно способности. В сущности, разные мысли, проявляющиеся из осознавания как естественное сияние способности пустоты познавать, независимо от способа проявления, никогда не пребывают вне чистого осознавания. Непонимание этого называется «отход от чистого осознавания».

Признак подобного заблуждения: мысли, слова и действия полностью направлены на [мирские] дела.

Изъян этого заблуждения: такая направленность ума, когда мысли не проявляются как дхармакая, затягивает в сети любых возникающих мыслей, тем самым останавливая

* тиб. gsal ba, Эрик Пэма Кунсанг переводит как “cognizance”; другой вариант перевода — “ясность”. — Прим. ред.

духовную практику. Под влиянием вредных склонностей, обусловленных скрытыми кармическими следами, вы преследуете только мирские цели. Скованные двойственным сомнением, вы не можете вырваться из уз надежды и страха.

Последствия подобных заблуждений: из-за неспособности заметить блуждание мысли скрытые кармические склонности упрочиваются; забывая про закон причины и следствия, вы проводите жизнь в отвлечении, а когда умираете, отправляетесь блуждать в один из трёх миров.

Многие утверждают, что свободны от мыслей, но немногие понимают ключевой момент: как мысли освобождаются после возникновения.

Снова спросила благородная Цогял:

Поскольку нет смысла держаться этих трёх заблуждений, как же нам их преобразить?

Учитель ответил:

Цогял, пустотная сущность твоего осознавания никем не создана. Не имея ни причин, ни условий, она присутствует изначально. Не старайся изменить или переделать осознавание. Оставь его как оно есть! Так ты освободишься от заблуждений и пробудишься в состоянии изначальной чистоты.

Точно так же твоя способность познавать изначально и спонтанно присутствует неотделимо от пустоты. Её выражение, ничем не ограниченная способность любых проявлений, не имеет конкретного бытия.

Узнай, что все три аспекта [осознавания] представляют собой великое нераздельное единство. Так ты пробуждаешься как нераздельность трёх кай.

Опять спросила благородная Цогял:

Каким образом отходят от правильного воззрения, медитации и поведения?

Учитель ответил:

Слушай, Цогял! Что касается воззрения, то здесь есть пять пунктов: заблуждения в самом воззрении; заблуждения, связанные с местом пребывания; заблуждения, связанные со спутниками; заблуждения, связанные с клешами, и заблуждения односторонности.

Во-первых, заблуждения в самом воззрении: обычное воззрение Дхармы заключается в том, что пустота не имеет пределов, но в данном контексте йогин, практикующий Сердечную Сущность, признаёт пустоту непосредственной реальностью. Когда ты по-настоящему и окончательно достигаешь реализации, эти два [пустота и переживание реальности] становятся неотделимы. Но если это не так, то обычное воззрение, то есть воззрение, исходящее из предположения, не раскрывает истинного смысла — таково основное заблуждение в самом воззрении.

Если не доверяешь подлинному воззрению, а вместо этого принимаешь за абсолютное то, что выражено словами и основано на предположении, то делаешь такие утверждения: «Всё не поддаётся сравнению, всё несоздано и свободно от крайностей!»

Позволяя себе поведение, которое не отличает добродетельных поступков от дурных, ты говоришь так: «Нет ни добра, ни зла! От добродетельных поступков нет никакой пользы! От дурных поступков нет никакого вреда! Всё свободно и одинаково!» Тем самым ты остаёшься обычным человеком.

Такие взгляды называются «демоническим воззрением чёрного распространения», это корень всевозможных заблуждений в воззрении.

Цогял, если хочешь избежать такого заблуждения, необходимо действовать в согласии с подлинным воззрением о недвойственной, естественной способности познавать, которая по сути неотделима от поведения, соответствующего глубокой причине и следствию.

Во-вторых, что касается заблуждения, связанного с местом пребывания, то обычно учат, что для обретения совершенной абсолютной реализации воззрения тот, кто достиг лишь относительной реализации, должен удалиться в уединённое место, например, в ритод или на кладбище. Ты можешь в какой-то момент обладать воззрением, но, чтобы его поддерживать, следует пребывать в ритодах. Неблагоприятное же место может способствовать возникновению заблуждений в воззрении.

Цогял, если хочешь избежать такого заблуждения, укрепляй своё временное воззрение в ритодах!

В-третьих, что касается заблуждения, связанного со спутниками, то обычно учат, что тот, кто обладает временным воззрением, должен окружать себя спутниками, находящимися в согласии с Дхармой и не способствующими увеличению клеш. Общаясь с недобродетельными друзьями, ты, возможно, не сумеешь избежать влияния их дурного образа жизни. Таков корень впадения в заблуждение, поскольку это подталкивает тебя к преследованию мирских целей, не позволяет укрепить воззрение и увеличивает твои клеши.

Цогял, если хочешь избежать такого заблуждения, порви с ненужными спутниками и оставайся в одиночестве!

В четвёртых, что касается заблуждения, связанного с клешами: тот, у кого лишь временное воззрение, неспособен полностью преодолеть клеши. Он вовлекается в клеши вследствие разнообразных внешних обстоятельств. Когда тобой хотя бы на миг овладевает клеша, создаётся карма. Если клеши владеют тобой более длительное время, ты совершаешь дурные кармические деяния, в том смысле, что пять ядов порождают неблагоприятную карму в каждой из шести разновидностей восприятия. В скором времени или отдалённом, но ты пожнёшь следствие, поэтому какая бы клеша ни проявилась, следует каждый миг проявлять бдительность и свободно отпускать своё внимание.

Упражняйся в доброте и сострадании ко всем живым существам, которые, находясь во власти клеш, порождают карму. Умоляй своего учителя такими словами: «Благослови меня использовать клеши как путь!» Ежедневно читай мантру, очищающую семена клеш, а после этого расслабляйся в состоянии воззрения, произнося в заключение слова посвящения заслуг и благопожеланий.

Если будешь так практиковать, пользой от этого станет обретение как временного, так и высшего блага. В противном случае увязнешь в трясине клеш и не сможешь совершенствовать воззрение — таков самый страшный корень заблуждения.

Цогял, если хочешь избежать подобного заблуждения, применяй средство против любой клеши, которую ощутишь, и тем самым используй её как путь!

В-пятых, что касается заблуждения, связанного с односторонностью, то даже люди, которые обладают временным воззрением, впадают в заблуждение, обусловленное философскими положениями той школы, которой они придерживаются. Выдергивая цитаты из священных текстов, они, руководствуясь предубеждениями и ограниченными взглядами, разделяют себя и других, высокое и низкое. Такое поведение есть коренное заблуждение, свойственное попытке измерить великое, свободное от ограничений воззрение будд умозрительными, ограниченными понятиями обычных людей и сформировать о нём какие-то предположения.

Цогял, если хочешь избежать подобного заблуждения, познай великое воззрение, ничем не ограниченное и свободное!

Что касается второго аспекта, отхода от правильной медитации, то здесь тоже есть пять моментов: заблуждение, касающееся самой медитации, заблуждение, касающееся места и окружения, впадение в ошибочную медитацию и заблуждение, связанное с клешами.

Первое, заблуждение, касающееся самой медитации: это когда ученик неспособен понять прямую реальность, на которую указывает учитель. Тогда он впадает в заблуждение, путая сущность, природу и способность и не признавая в них нераздельного единства пустоты и её способности познавать.

Объясню подробнее: если, практикуя в соответствии с тем устным наставлением, которое дал учитель, ты просто питаешь привязанность к чувству блаженства, испытываемому телом и умом, то впадёшь в перерождение среди богов или людей мира желаний. Если ты привязываешься к свободному

от мыслей состоянию ума, то впадёшь в перерождение среди богов мира форм. Если тебя завораживает состояние ясности и свободы от мыслей, то впадёшь в перерождение среди богов в чистых сферах. Если ты привязываешься к состоянию блаженства и отсутствия представлений, то впадёшь в перерождение среди богов мира желаний. Если тебя зачаровывает пустота и отсутствие представлений, то впадёшь в перерождение среди богов в мире без форм. Так впадают в перерождение в трёх мирах.

Если пресечёшь поток объектов чувств, то впадёшь в сферу восприятия, принадлежащую к Бесконечному Пространству. Если пресечёшь ощущения, как в состоянии глубокого сна, то впадёшь в сферу восприятия, принадлежащую к Полному Отсутствию Всего. Если пресечёшь воспринимаемое, пока способность познавать ещё остра, то впадёшь в сферу восприятия, принадлежащую к Бесконечному Сознанию. Если сохранишь малейшее чувство блаженства, хотя длительное время нет ничего воспринимаемого, то впадёшь в сферу восприятия, принадлежащую к Ни Присутствию, Ни Отсутствию. Всё это называется «впадение в одностороннюю шаматху», и когда умираешь, то продолжаешь перерождаться в трёх мирах среди существ шести классов.

Цогял, нет нужды снова впадать в сансару, поэтому отсеки заблуждения, свойственные неразумной практике медитации!

Кроме того, если ты придерживаешься тех же представлений о видимых объектах и уме, что и обычные существа, то впадаешь в заурядный материализм. Если односторонне рассматриваешь их или как существующие, или как несуществующие, то впадаешь в этернализм или нигилизм, свойственный еретикам — сторонникам крайних взглядов. Если считаешь,

что объекты существуют отдельно от ума, то впадаешь в воззрение шраваки или пратьекабудды. Если заявляешь, что всё воспринимаемое есть ум, то становишься последователем школы Читтаматра. Если считаешь, что мир и существа — это божества, впадаешь в колесницу Мантры. Что пользы в практике медитации, если не умеешь отсечь все эти заблуждения!

Так дай же мне, пожалуйста, метод, позволяющий отсечь заблуждения, — *попросила Еше Цогял.*

Учитель ответил:

Цогял, если хочешь избежать всех перечисленных заблуждений, то сначала обрети обширные познания, затем сосредоточься на полученных наставлениях и, наконец, применяя их на практике, пойми, что все перечисленные выше заблуждения есть не что иное, как влечение и привязанность к состоянию медитации. Такая медитация, для описания которой приводят сравнение с кроликом, спящим в гнезде коршуна, или с сосредоточением лучника, не становится причиной освобождения. Какие бы временные переживания у тебя ни возникли, просто расслабься и пребывай в том, что переживаешь, не пытаясь ничего улучшить или переделать, не питая ни надежды, ни страха, ничего не принимая и не отвергая. Когда ты свободна от сосредоточенности на том, что переживаешь, нет никакой причины впасть в заблуждение.

Второе: что касается учения о заблуждении касательно места пребывания и спутников, то медитирующий должен упражняться в таком месте, которое имеет надлежащие качества. Если ты будешь находиться в храме, полном отвлечений, или в таком месте, которое способствует укреплению

клеш, то испытываемые тобой привязанность и неприязнь приведут к тому, что клеши захватят тебя вследствие нравственной нечистоты и получаемых тобой подношений. Дружба с недобродетельными людьми мешает продвижению в медитации, и находиться в таком обществе — все равно, что самому покупать себе яд.

Цогял, если хочешь правильно практиковать Дхарму, самое важное — отсечь связи с неблагими местами, спутниками и тому подобным. Так откажись же от всего этого!

Третье: что касается заблуждения, связанного с ошибочной медитацией, то, пытаясь поддерживать медитацию, ты можешь ощущать вялость, возбуждение и рассеянность.[5] Что касается вялости, то она бывает шести видов: обусловленная местом, обусловленная окружением, обусловленная временем, обусловленная пищей, обусловленная позой и обусловленная медитацией.

Первый: вялость, обусловленная местом, возникает при пребывании в низинном лесу или в узком ущелье, или в такой местности или селении, где сильна нравственная нечистота. Ты ощущаешь отупение, *тиглэ* нечётки, осознавание затуманено, чувствуешь сильную сонливость, тело тяжелеет. В таких случаях делай очистительные ритуалы и раскайся в своих ошибках; переберись на открытое и высокое место; медитируй в таких местах, где небо безоблачное и ясное; открой окно для свежего воздуха; представь, что находишься на снежной вершине горы и тебя овевает свежий ветер. Все эти способы помогут избавиться от вялости.

Второй: вялость, обусловленная окружением, возникает, если находишься в обществе нравственно нечистого человека

Совет Рожденного из Лотоса

или супруги с дурным нравом и неверной. Их общество оскверняет. В таких случаях усердно делай ритуалы для исполнения желаний и раскаяния, а также для очищения. Будь бдителен по отношению к людям, нарушившим самаю или нравственно нечистым. Ищи супругу, наделённую достоинствами, пусть она получит посвящения и не допускай измены. Это избавит от вялости.

Третий: вялость, обусловленная временем, означает помрачение чувств и сонливость весной или летом; она проходит, если уйти в снежные горы и другие подобные места.

Четвертый: вялость, обусловленная пищей и одеждой, означает притупление и затуманивание чувств, которое происходит от пищи чужих людей или осквернённых одежд. Во время практики сторонись пищи чужих людей и осквернённых одежд. Это избавит от вялости.

Пятый: вялость, обусловленная позой, проявляется, когда новичок начинает засыпать из-за лежачей или иной подобной позы. Во время практики медитации применяй три позы ваджры [со скрещенными ногами], укрепляй ум, освежай чувства и медитируй ярко и ясно. Это избавит от вялости.

Шестой: вялость, обусловленная медитацией, происходит, если медитировать в подавленном состоянии ума, при котором чувства полностью затуманены и притуплены. Направь взор в небо, и, сохраняя уравновешенность, заставь себя пробудиться и обостри осознавание. Это избавит от вялости.

Тексты по постепенным путям учат, что вялость и возбуждённость объясняются неумением пробудить осознавание. Цогял, если не проявишь усердия, не устранишь препятствия, мешающие медитации!

Теперь о возбуждённости. Она бывает двух видов: обусловленная местом и обусловленная обстоятельствами.

Возбуждённость, обусловленная местом, случается, когда при медитации в чистом и высоком месте твоё осознавание проясняется, внимание же становится неустойчивым, а мысли — сумбурными и рассеянными. Позволив себе отвлекаться всем, что захватывает твоё внимание, станешь жертвой клеш. Чтобы справиться с этим, устреми взор в точку, где небо встречается с землёй. Если это тебя не успокоит, то примени [направленный вниз] взор шраваков, а иногда сосредоточивайся на каком-нибудь объекте.

Ночью, засыпая, представляй, что твой ум входит в чёрное бинду в двух яйцевидных соединениях каналов, расположенных в ступнях ног. Таков один из методов, но лучше сосредоточить ум на букве А в своём тайном месте. Когда внезапно возникнет какая-нибудь мысль, заметь её, примени ПХАТ и задержи дыхание. После этого полностью расслабься и оставь всё как есть. Или же можно отыскивать того, кто мыслит, а затем, не найдя его, пребывать в этом состоянии. Всё это поможет устранить возбуждённость.

Возбуждённость, обусловленная обстоятельствами, бывает, когда вследствие внешних влияний ты поддаёшься мысли и твой ум приходит в возбуждение и впадает в клеши. Если это происходит, сохраняй ко всему такое отношение: «нет никакой нужды что-либо делать!»

Упражняйся в доброте и сострадании, в освобождении от чар, в методах, знании и преданности. Следуя такому совету, упорно занимайся практикой, как при изучении воззрения. Это избавит от возбуждённости.

Третий вопрос, об изъяне рассеянности, содержит две части: рассеянность от недостатка понимания и рассеянность вследствие обстоятельств. Рассеянность от недостатка понимания бывает, когда нет никакого продвижения, сколько ни медитируешь. Это объясняется неумением разделить практику на отдельные периоды. Ты поступаешь вопреки наставлениям и указаниям своего учителя или же, не умея различить теорию и переживание, занимаешься медитацией безо всякого толка.

Чтобы справиться с этим, обратись к своему учителю, приобрети уверенность в устных наставлениях, раздели практику на отдельные периоды и повторяй занятия определённое число раз. Не увлекайясь никакой деятельностью, медитируй открыто и свободно. Ощутив ясность, отбрось рассеянность и продолжай медитировать. Это избавит от рассеянности и усилит переживание.

Вторая часть: рассеянность вследствие обстоятельств. Такая рассеянность бывает, когда из-за какого-то внешнего события попадаешь во власть пяти ядов или шести видов восприятия, отвлекаешься и теряешь внимательность. Чтобы справиться с этим, немедля примени противодействующее средство, разрушь сосредоточение на воспринимаемом и относись к нему, как к волшебной иллюзии.

Цогял, если хочешь избавиться от таких заблуждений, бей клеши в свиной пятачок *!

Четвёртое, заблуждение, связанное с клешами. Человек, пытающийся заниматься практикой медитации, сталкивается с многочисленными врагами и грабителями — собственными

* см. прим. 18.

клешами. Их можно подразделить на пять видов: гнев, гордость, страсть, зависть и неведение. Из этих корней произрастают восемьдесят четыре тысячи клеш, мешающие пребывать в медитации. Каждый из пяти ядов вовлекает в пять клеш, которые всё больше затягивают в сансару. Поэтому защищайся от них неусыпно, как мать, потерявшая единственное дитя. Отвергни клеши, как отбросила бы змею, свернувшуюся у тебя на коленях. Бдительно и внимательно замечай их и практикуй точно так же, как при изучении воззрения. Если не практиковать так, дурная карма создаётся ежемгновенно.

Цогял, если хочешь избежать этого заблуждения, приложи все усилия к искусной борьбе с пятью ядами, принимая и отвергая то, что должно, никогда не выходя из-под защиты сознательности!

В любом случае, пока не достигнешь достаточной устойчивости в воззрении и медитации, необходимо искать уединения, подобно раненому оленю. Беги от клеш, как от ядовитой змеи.

И снова спросила благородная Цогял:
Не следует ли тому, кто практикует Тайную Мантру, принять все клеши как путь?

Учитель ответил:
Несомненно, их следует вносить в путь! Но только павлин может питаться ядом. Человек, способный, не отвергая клеши, принять их как путь, встречается реже, чем цветок удумбара. Хотя для человека высшего разряда клеши служат помощниками, для человека с меньшими способностями они становятся ядом. Для людей такого уровня важнее отказаться от клеш!

Еше Цогял спросила:
Как долго нужно отвергать клеши, прежде чем достигнешь высшего уровня?

Учитель ответил:
Если человек не привязан к клешам и чувственным удовольствиям и воспринимает их как волшебную иллюзию, то нет нужды подавлять клеши, даже когда они возникают, поскольку они не наносят вреда. Когда они не возникают, нет желания их порождать, поскольку ты свободна от ожиданий. Если же клеши проявляются, то становятся частью пути. А пытаться использовать клеши в качестве пути, не отказавшись от привязанности к материальной реальности, означает уподобиться мухе, увязнувшей в мёде.

Цогял! Не впадай в подобные заблуждения!

Третий аспект, отход от правильного поведения, делится на две части: отход, заключающийся в несвоевременности поведения, и общий отход от правильного поведения.

В первом имеется семь моментов. Вначале должно идти поведение, свойственное пчеле: изучение, размышление и медитация. Поскольку это поведение новичка, неверно было бы придерживаться его во время практики йогического аскетизма.

Поведение, свойственное оленю, предназначено исключительно для периода практики пути. Придерживаться его во время практики йогического аскетизма — неверно, поскольку тогда твоё самадхи утрачивает свободу.

Поведение, свойственное немому, предназначено исключительно для периода достижения ключевого момента

переживания. Придерживаться его, когда нужно вести себя подобно пчеле, неверно, поскольку оно подразумевает неразличение слова и смысла.

Поведение, свойственное ласточке, влетающей в своё гнездо, предназначено исключительно для периода, когда обретено личное переживание. Придерживаться его, когда уже приобретён опыт в самадхи, неверно, поскольку это становится препятствием.

Поведение, свойственное безумцу, предназначено исключительно для периода, когда переживание закреплено. Придерживаться такого поведения, когда достигнуто лишь частичное переживание, неверно, поскольку полный смысл ещё не обнаружен.

Поведение, свойственное льву, предназначено исключительно для периода, когда воззрение стало совершенным. Придерживаться такого поведения, когда пытаешься обрести переживание, неверно, поскольку, не имея уверенности в таковости, можно попасть под власть других явлений.

Поведение, свойственное собакам и свиньям, предназначено исключительно для периода, когда уже достигнуто мастерство. В другое время прибегать к нему не следует, поскольку навлечёшь на себя гнев дакини.

Если придерживаться верного способа поведения, личное переживание станет врождённой природой дхарматы. Овладев способностью управлять элементами, сможешь избавлять других людей от неверия, оживлять мёртвых и творить любые чудеса.

Если же извращаешь все вышеупомянутые способы поведения, то это называется отходом от правильного поведения, и никакого плода не обретёшь.

Цогял! Если хочешь избежать подобного отхода от правильного поведения, придерживайся правильных способов поведения, что описаны в священных текстах!

Второе: что касается общего отхода от правильного поведения, то бывает, что люди временно подражают правильному поведению, но это не согласуется с Дхармой. Если поведение не становится путём к просветлению, то оно зовётся лицемерием и представляет собой отход от правильного поведения.

Цогял! Если желаешь избежать общего отхода от правильного поведения, следи за тем, чтобы любое твоё поведение было путём к просветлению!

Что касается четвёртого аспекта, заблуждения относительно плода, то оно делится на два вида: временное и абсолютное. Первое, временное заблуждение, — когда, практикуя устные наставления, ты считаешь обычные достижения высшими, а потому чувствуешь гордость и самодовольство. Это называется заблуждением, потому что препятствует созреванию абсолютного плода. Абсолютное заблуждение — это когда не удаётся избавиться от надежды и страха, хотя плод уже достигнут. И тогда следствие ошибочно считают причиной.

Цогял! Если хочешь избежать подобных заблуждений, осознай, что надежда и страх не имеют никакой основы!

Благородная Цогял снова задала вопрос:
Нужно ли порождать бодхичитту, когда постигнешь этот ключевой момент видения реальности?

Учитель ответил:

Великая колесница и Тайная Мантра поистине отличаются особым признаком — зарождением бодхичитты.

Однако, если не помнить о смерти, непостоянстве, <законе> причины и следствия и изъянах сансары в течение четырёх частей суток, то вся эта жизнь быстро пролетит мимо.

Можно объявлять себя последователем Махаяны, но если ты постоянно не упражняешься в доброте и сострадании ко всем живым существам, то уже отклонился на путь шраваки или пратьекабудды.

Пусть ты уже достиг высокой реализации, но если не имеешь ежемгновенно правильного отношения к малейшему аспекту причины и следствия, то ещё столкнешься с разнообразными трудными обстоятельствами.

Цогял, если хочешь практиковать Дхарму как должно, всегда помни о реализации и о том, что я сейчас сказал!

Снова спросила благородная Цогял:

Каково самое большое препятствие для практики на пути?

Учитель ответил:

Когда впервые вступаешь на путь, любые обстоятельства, которые вводят твой ум в заблуждение, есть препятствие. В частности, для мужчины самый большой демон — женщины, а для женщины — мужчины. Вообще же, главные демоны — пища и одежда.

Благородная Цогял снова задала вопрос:

Но разве карма-мудра не способствует продвижению по пути?

Совет Рожденного из Лотоса

Гуру Ринпоче ответил:

Супруга-мудра, действительно способствующая продвижению по пути, встречается реже, чем золото! Женщины с дурной кармой, вы дарите свою преданность похотливым мужчинам. Вы бросаете свой взор, чистое восприятие, на милого. Вы отдаете своё собрание заслуг любовнику. Своё усердие вы обращаете на семейную жизнь. Своё сострадание вы направляете на незаконнорождённого ребёнка. К священной Дхарме вы питаете отвращение. Ваша ежедневная практика — увеличение похоти. Ваша сущностная мантра — непристойная болтовня. Вместо жеста почитания у вас кокетливые ужимки. Вместо почтительного обхода по кругу вы стремитесь туда, куда влекут вас прихоти. Ваша стойкость распространяется на страсти. От заблуждений вы пытаетесь избавиться с помощью лона. Своё доверие вы возлагаете на тайного любовника. Свою благодарность вы отдаёте тому, кто неутомим в любви. Все ваши переживания сосредоточены на постельных делах. Наверное, вы занимались бы любовью даже с собакой, лишь бы она слушалась. Ваша неизменная конечная цель — отдаться страсти. Вместо того, чтобы стремиться немедля достичь просветления, вы предпочитаете ещё разок предаться наслаждению. Ваша вера вульгарна, почитание неискренне, зато жадность и ревность непомерны. Ваши преданность и щедрость слабы, зато неуважение и сомнение огромны. Ваши сострадание и разум слабы, зато бахвальство и самомнение велики. Ваши верность и усердие слабы, зато вы сильны в том, чтобы сбить с пути и переврать. Ваши чистое восприятие и смелость малы. Вы не держите своих обетов-самай и не способны заниматься должным служением. Вместо того, чтобы помогать подняться выше, вы подобны крюку, что стаскивает

практика вниз. Вы не способствуете обретению блаженства, а предвещаете несправедливость и несчастья. Взять супругу, надеясь достичь освобождения благодаря страсти, — значит создать причину для возрастания ревности и клеш. Ожидать, что супруга будет опорой для улучшения здоровья, — только погрязнуть в скверне нарушения обетов-самай. Женщина, которая не хранит самаю как следует, — демон для практика.

Какова же тогда супруга, наделённая должными качествами, — *спросила она.*

Учитель ответил:
В общем, это та, у которой нет упомянутых недостатков. В частности, это та, кто интересуется Дхармой, разумна и благонравна, обладает большой верой и состраданием, соблюдает все шесть парамит, не противоречит слову учителя, уважает практиков, как зеницу ока бережёт самаи Тайной Мантры, не нарушает супружеской верности, если только не овладела методом в совершенстве, и живёт опрятно и чисто. Найти такую супругу — значит обрести поддержку на пути, но в Тибете такое существо можно встретить очень редко. Оно должно быть подобно царевне Мандараве.

И снова она спросила:
Каков же самый большой урон от нарушения супружеской верности до овладения методом в совершенстве?

Гуру Ринпоче ответил:
Даже овладев методом, не следует предаваться наслаждениям без разрешения своего гуру. Кроме учителя, который даёт

Совет Рожденного из Лотоса

посвящение, ни брат в Дхарме, ни член семьи не должны наслаждаться с тем, на кого претендует практикующий. Если это происходит, самая в этой жизни становится нечистой и дакини наказывают виновного неблагоприятной и короткой жизнью. Охранители Дхармы покинут его, он не достигнет сиддхи и столкнётся с разнообразными препятствиями. Женщина, уйдя из этой жизни, переродится в Аду Пылающей Страсти. Поэтому женщины должны тщательно избегать нарушения супружеской верности.

Когда мужчина наслаждается с супругой ваджрного учителя, обладающего двумя или тремя уровнями [обетов], или с сестрой в Дхарме, имеющей те же самаи, это называется «отравление сосудов» и неизбежно влечёт за собой перерождение в аду. Наслаждение даже с супругой обычного человека может иметь крайне тяжкие последствия. Во время посвящения не возбраняется наслаждаться даже с супругой [гуру] или с сестрой в Дхарме. Если хранишь самаю, то быстро достигнешь всех сиддхи Тайной Мантры.

Цогял! Если, войдя во врата Мантры, не станешь соблюдать самаи, не будет никакой надежды на пробуждение к просветлению! Я обыскал весь Тибет, но кроме тебя не нашёл никого, кто может хранить самаи.

Снова спросила благородная Цогял:
Поскольку самое большое препятствие для практики Дхармы — это эгоистичная привязанность к еде, одежде и телу, расскажи, пожалуйста, как избежать этих трёх привязанностей.

Гуру Ринпоче ответил:
Цогял! Раньше или позже это тело погибнет.

Продолжительность жизни предопределена, но мы не знаем, молодыми умрём или старыми. Каждый должен умереть, и я не видел ещё никого, кто бы избежал смерти благодаря привязанности к своему прекрасному телу. Откажись от эгоистичной заботы о своём теле и удались в ритод!

Что касается одежды, то достаточно простого плаща из овечьей шкуры, а питаться можно даже камнями и водой, но, сдаётся мне, это не для тибетских практиков!

Благородная Цогял опять задала вопрос:
Должна ли я записать всё, что ты сказал?

Гуру Ринпоче ответил:
Если запишешь, то это принесёт пользу грядущим поколениям.

Она спросила:
Следует ли распространять сказанное тобой или спрятать? Как оно принесёт пользу? Кто воспользуется им?

Гуру Ринпоче ответил:
Время для распространения этих учений ещё не наступило, поэтому их нужно спрятать. Когда я поставил ларец с текстом Сердечной Сущности на макушку головы царской дочери, царевны Пэма Сал, я пожелал, чтобы она стала вверенным ей учением. После смерти она через несколько жизней снова встретится с этим учением. Для этого ты должна спрятать его как клад-тэрма.

Держателем учения Сердечной Сущности будет Вималамитра. Придёт время для его учеников. Это учение, сущность моего сердца, проявится, когда традиция Ранних Переводов

будет искажена и близка к гибели. Оно распространится и будет процветать, но недолго. Вообще все учения тёмной эпохи будут распространяться широко, но ненадолго.

В конце этой эпохи, когда средняя продолжительность жизни станет равняться пятидесяти годам, царевна родится человеком и будет принята Нянг Ралом [Нима Осэром], воплощением речи царя [Трисонг Дэуцена]. В течение последних лет жизни [Гуру] Чованга, перевоплощения царя, она вновь обретёт связь с Дхармой. В течение последующей жизни она найдёт это учение-тэрма, содержащее устные наставления Сердечной Сущности.

Поскольку это будет время для практики, то не будет никакой деятельности на благо живых существ. Этот человек[6] проживет пятьдесят девять лет. У него будут разные благоприятные и неблагоприятные кармические связи. Одни его ученики отправятся в Обитель Блаженства, другие переродятся в низших мирах.

Этот пример показывает последствия загрязнения самаи, и может статься, что упомянутый человек умрёт в возрасте пятидесяти лет. Ему следует стоять на страже чистоты самаи и прилежно заниматься раскаянием. Тогда он сможет прожить весь отпущенный ему век.

В это время возможно появление женщины, получившей благословение пяти классов дакини. Если она появится и тот учитель возьмёт её в супруги, то ему следует молиться о долгой жизни, и тогда он сможет прожить больше пятидесяти лет. У него будет предопределённая судьбой ученица, отмеченная родимым пятном. И если он даст ей полные наставления, она сможет действовать на благо живых существ. Если же она не появится в этой жизни, то станет его ученицей в

следующей жизни и в северной части местности Караг достигнет просветления без остатка.[7]

Если учитель не принесёт эти наставления в южную часть Бумтанга, а спрячет там, где первоначально было заложено их тэрма, или же в скале, в таком месте, что не могут поколебать ни боги, ни демоны, то он откроет их в своём следующем рождении.

После этого воплощения он некоторое время будет странствовать по мирам самбхогакаи, а затем родится в Тарпалинге, что в Бумтанге.

Начиная с пятнадцати лет он будет приносить пользу живым существам, откроет множество тэрма и сотворит разнообразные чудеса. Он доживет до семидесяти лет. Его деятельность на благо всех живых существ достигнет расцвета, когда он возьмёт в супруги пять дакини, принявших облик женщин.

У него будет сын по имени Дава Драгпа, эманация Хаягривы, который тоже будет трудиться на благо живых существ. Он будет поддерживать Дхарму Будды в течение девяноста лет. Поскольку это учение вверено ему, спрячь его как клад-тэрма!

Выслушав это, благородная Цогял совершила бесчисленные простирания и обходы, а затем прилежно записала эти слова.

Самая.
Печать.
Печать.
Печать.

Какое чудо, что такой неразумной женщине, как я, Цогял,
Благодаря чистоте намерений довелось повстречать
нирманакаю!
Благодаря чистоте своей самаи я получила сок
наставлений.
В ответ на моё служение он одарил меня великой добротой.
Видя во мне достойный сосуд,
Он наполнил меня нектаром Мантры
И даровал мне высшую, глубочайшую
Сердечную Сущность.
Не поведав её до времени никому,
Я сокрыла её как клад-тэрма.
Да найдёт «Золотые четки, содержащие нектар»,
Текст в виде вопросов и ответов,
Тот самый человек, наделённый полными признаками!

Самая.
Печать глубины.
Печать сокровища.
Печать [неразборчиво].
Печать суровости.

В тёмную эпоху этот тайный цикл глубоких наставлений,
Вручается тому, кому он предназначен, —
Рождённому в год Воды-Зайца драгоценному сыну
Уддияны,
Обладающему тайным уделом,
Мирянину с истинным разумом,
Чьи силы ещё не расцвели полностью в этом рождении,
Чей образ жизни будет потаённым,[8]

Совет Рожденного из Лотоса

Чье поведение не нуждается в обуздании и свободно
от лицемерия,
Кто обладает могучими способностями,
Но не обнаруживает своей силы,
Кто отмечен родимым пятном на теле
И имеет выпуклые глаза.
Его ученики, дети дакини пяти разрядов,
Родившиеся в такие пять лет:
В год Тигра, Зайца, Собаки, Дракона и Быка, —
Будут держать его линию передачи
И уйдут в небесные обители.
Всякий, кто будет держать его линию,
Достигнет состояния будды за одну жизнь,
И все они в своём последнем воплощении будут йогинами.

ИТХИ.
Да будет благо!

ПЕСНИ ДВАДЦАТИ ПЯТИ УЧЕНИКАМ

Царь и двадцать пять учеников попросили драгоценного учителя из Уддияны:
Умоляем даровать нам глубокое наставление, затрагивающее коренной вопрос, который всеобъемлющ, но прост для практики.

В ответ Падмасамбхава пропел:

О, чудо!
Царь, царевичи и вы, все остальные ученики,
Истинный смысл доступен не каждому.
Когда его слышит недостойный,
Это порождает злословие, непонимание и нарушение
обетов-самай.

Я дал вам важные предсказания о будущем,
Но нечестивые тибетские вожди
Не имеют веры, сколько бы они ни слушали,
Сея ложь, они занимаются пустословием.
Тем не менее, я кратко объясню
То, о чём вы, имея веру, спросили меня.
Ныне время не распространять,
А каждому практиковать правильно и самостоятельно.
Поскольку это учение будет укрыто ради будущего
как клад-тэрма,
Дайте клятву хранить его в тайне!

Повелев им хранить учение в тайне, он сначала обратился к царю:

О царь! Слушай!
Прими позу со скрещенными ногами,
Устроившись на сиденье, держи спину прямой
и медитируй!
Сохраняй своё внимание свободным от мыслей
И не обусловленным умственными построениями.
Поскольку твоё сосредоточение выходит за пределы
любых объектов,
Не задерживаясь ни на одном признаке конкретности,
Пребывай в покое, безмятежности и присутствии!
Если ты находишься в таком состоянии,
Естественным образом проявляются знаки продвижения:
Ясность сознания, не возникающая и не исчезающая,
И осознавание, совершенно свободное от заблуждений.
Таково пробуждённое состояние,
Что присутствует в тебе самом,
Не искомое где-то, но самосущее — о, чудо!

Совет Рожденного из Лотоса

Слушай, преданная Цогял из рода Карчен!
Твой ум нельзя увидеть
Как нечто реально существующее, а потому
В естественном, неизмышленном,
Спонтанно присутствующем состоянии
Пребывай, не отвлекаясь, в сфере немедитации!
В таком пребывании освобождение наступает само собой.
Оно само по себе есть состояние пробуждения!

Слушай, Палги Сэнгэ,
Мой выдающийся благородный сын!
Все дхармы сансары и нирваны суть твой собственный ум
И не возникают отдельно от этого ума —
Они лишены собственной природы,
Запредельны мыслям, словам и определениям.
Не принимай приятное и не отвергай неприятное,
Не утверждай и не отрицай,
Ничему не оказывай предпочтения,
Но пребывай в ясной осознанности
В состоянии несозданной естественности!
В таком пребывании знаки продвижения
Заключаются в том, что твои тело, речь и ум
Свободны и раскованны,
Не ограничены удовольствием и страданием.
Таков момент понимания пробуждённого состояния!

Слушай, достойный Вайрочана!
Всё, что появляется и существует, сансара и нирвана,
Возникает из твоего собственного ума —
Ума, который нельзя уловить,
В котором нет середины и края.

В естественном состоянии безграничной равностности,
изначальном и нерождённом,
Пребывай не отвлекаясь в великой спонтанности,
свободной от усилий!
Какая бы мысль ни появилась в уме,
Она возникает как измерение чистого присутствия —
Именно это и есть состояние Пробуждённого.
Когда самопознающее чистое присутствие
полностью реализовано,
Оно получает имя «будда»!

Слушай, Юдра Нингпо из Гялмо!
Если твой ум не проявляется, ничто не воспринимается.
Свободный от мыслей, не создавая никаких понятий,
Не следуй за своим мышлением!
Не принимай и не отвергай, но пребывай,
Раскрепостившись, в себе самом!
В этом состоянии поток мыслей пресечён,
И развивается мудрость, стирающая
Черту между сансарой и нирваной!

Слушай, Намкай Нингпо, странствующий йогин из Нуба!
Твой ум — это искренняя простота, свободная от «я»,
Поэтому пребывай в его самосущем,
Самоуспокаивающемся состоянии, свободном от уловок!
В этот момент изнутри рождается блаженство,
Самопроизвольно появляются
Знаки успешного продвижения;
Это само по себе — пробуждённое состояние!

Слушай, Джнянакумара,
Не отвлекаясь внемли этому наставлению!
Твой ум в начале не был создан никакими причинами
И в конце не будет уничтожен никакими обстоятельствами,
Посему пребывай без усилий
В неописуемом и неизмышленном состоянии!
В этот момент в тебе обнаруживается плод
Без стремления к нему.
Помимо этого ты не найдёшь никакого иного
Пробуждённого!

Слушай, Гялва Чо-янг из Нгэнлама!
Пробуждённый ум просветления
Не создаётся с помощью медитации,
Поэтому, свободный от мышления,
Не порождая мыслей и не препятствуя им,
Пребывай с открытыми всему чувствами,
Предоставив мышлению успокоиться самому собой!
В таком состоянии твоё мышление спонтанно растворяется
И мудрости возникают, без поисков, сами собой.
Это и есть обнаружение пробуждённого состояния!

Слушай, Дордже Дуджом из Нанама!
Так называемый «пробуждённый ум просветления»,
Неотъемлем от тебя и изначально существует сам по себе,
Не имея ни середины, ни края.
Не исправляй его, но в состоянии, самосознающем себя
И естественно спокойном,
Ничего не меняя, не переделывая,
Раскрепощённо пребывай в естественности!

Когда пребываешь так, твой ум, свободный от смятения,
И есть сам Пробуждённый!

Слушай, Еше Янг из Ба, и осваивай это наставление!
Твой ум непоколебим,
Когда не сосредоточен на субъекте и объекте,
Не отвлекаем усилием, надеждой и страхом,
Сохранением мыслей и их устранением.
Не исправляй, но пребывай в своём естественном
состоянии.
Не отходи от того, что есть сам Пробуждённый!

Слушай, Палги Еше из Согпо!
Пробуждённое состояние ума не создано,
Не достигнуто — оно существует само по себе.
Без усилия, направленного на удержание субъекта
и объекта,
Пребывай в неизмышленном состоянии
Естественной способности познавать!
Когда пребываешь в таком состоянии,
Поток возбуждения пресекается и останавливается.
Распознай, что этот момент и есть сам Пробуждённый!

Слушай, Нанам Еше,
Юный странствующий йогин из страны Шанг!
Не обременяй своё внимание двойственными действиями,
Ничего не утверждай и не отрицай,
Но пребывай без умственных построений и усилий,
Ничего не принимая и не отвергая.
Пробуждённое состояние означает именно такое
неотвлекаемое пребывание!

Слушай, Палги Вангчук из Карчена!
Оставь свой ум в немедитации,
Не придавай ему никакой направленности,
Но, ничего не придумывая, оставайся
В самосущей естественной способности познавать!
Когда пребываешь в этом состоянии, не отвергая сансары,
Естественное растворение изъянов сансары есть
мудрость Пробуждённого!

Слушай, Дэнма Цеманг, возвышенный!
Твой ум не имеет субъекта и объекта и не сотворён,
Поэтому не прибегай к усилию и вымыслу,
Не создавай ничего с помощью медитации,
Но пребывай, не отвлекаясь,
В самосущей естественной способности познавать!
Когда пребываешь в таком состоянии,
Естественная способность познавать высвобождается.
Отвергнув его, никогда не найдёшь Пробуждённого!

Слушай, переводчик Кава Палцек из Чинбу!
Если устранить субъект и объект, ум невозможно показать.
Точно так же его нельзя создать или исправить.
Пребывай в состоянии равностности,
Не впадая в сосредоточение на конкретности.
Пребывать в нём — и есть само состояние пробуждения!

Слушай, Палги Сэнгэ из Шубу!
Пробуждённое состояние ума
Свободно от представлений о «большем» или «меньшем».
Пребывая в таком состоянии,

Невыдуманном и естественно свободном от <понятия>
Субъекта, который принимает или отвергает объект,
Не останавливайся ни на чём,
Будь свободен от всех препятствий.
Пребывание в этом состоянии и есть сам Пробуждённый!

Слушай, Гялвэ Лодро, странствующий йогин из Дрэ!
Твой ум — то, о чём нельзя помыслить, что нельзя наблюдать.
Он лежит за пределами бытия и небытия, вечности и распада.
Посему будь свободен от медитации о медитирующем и объекте!
Когда ты не отвлекаешься от такого состояния,
Это и называется дхармакаей Пробуждённого!

Слушай, Локи Чунгпа, мои наставления!
Не обременяй свое внимание
<Понятиями о> познающем и познаваемом,
Не сосредоточивайся, а свободно
Расслабься, ничего не желая,
И пребывай в состоянии познания,
Не имеющего собственной природы.
Пребывать в нём, не отклоняясь,
И есть само пробуждённое состояние!

Слушай, Дрэнпа Намка!
Твой ум, который воспринимает,
И, тем не менее, свободен от вещественности
И познаёт без мыслей, — всё ощущает, но неописуем.

Свободный от движений рассудочного мышления,
Пребывай в этом бдительном и открытом состоянии.
Пребывание в этой сущности и есть сам Пробуждённый!

Слушай, Палги Вангчук из О-дрэна!
Пробуждённый ум есть воспринимающая пустота,
Пустая и в то же время светоносная способность познавать.
Пребывай в её самосущем состоянии,
Не изменяя его и не исправляя.
Пребывание в этом состоянии, не выходя из него,
И есть сам Пробуждённый.

Слушай, Ринчен Чок!
Сущность твоего внимания, которая ни из чего не составлена,
Не нужно подтверждать, как не нужно создавать или отбрасывать её в медитации.
Не исправляй и не изменяй её первозданной свежести,
Но оставайся в изначальном состоянии, которое спонтанно присутствует!
Находясь в этом состоянии, не позволяй уму блуждать,
Поскольку никогда не обретёшь иного плода!

Слушай, Санге Еше, странствующий йогин из Нуба!
Воспринимая, пробуждённый ум пуст,
И точно так же, оставаясь пустым, он воспринимает.
Непостижимое единство восприятия
И осознающей пустоты
Пребывает в естественности,
Не отвлекаясь от этого измерения.

Пребывание в этом состоянии, не выходя из него,
И есть сам Пробуждённый!

Слушай, Палги Дордже Вангчук из Лхалунга!
Природа твоего ума не имеет ни конкретности,
ни каких-либо признаков,
Не стремись ни выдумывать её, ни улучшать,
А пребывай в ней, не изменяя и не забывая.
Такое пребывание и есть сам Пробуждённый!

Слушай, Кончог Чжунгнэ из Лангдро!
Твой ум не обладает конкретностью и изначально чист,
По природе своей пуст и неизмышлен,
Посему пребывай в состоянии, где нет
Ни медитирующего, ни объекта медитации.
Благодаря этому ты обретаешь плод состояния будды!

Слушай, Гялва Чжангчуб из Ласума!
Твой ум не возникает и не уничтожается,
Он не обладает ни качествами, ни конкретностью.
По природе он пуст и его способность к познанию
беспрепятственна.
Неуклонное пребывание в нём и есть сам Пробужденный!

Всех вас призываю применять
Эти наставления в своей практике!
Можете сравнивать сутры и тантры Будды
И комментарии к ним
С многочисленными словами,
Которые выходят за пределы пространства,

Но сжатый смысл заключается именно
В этих жизненно важных положениях.
Практикуйте же их и укройте как клад
Сообразно своему обету!

Так изрёк Падмасамбхава, и благодаря лишь этому дару истинных сущностных наставлений все ученики обрели свободу и достигли реализации.

СОКРОВИЩНИЦА, ПОЛНАЯ ДРАГОЦЕННОСТЕЙ, УСТРАНЯЮЩИХ ПРЕПЯТСТВИЯ

ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ ЕШЕ ЦОГЯЛ

В ритоде Самье Чимпу благородная Цогял, княжна из рода Карчен, вопрошала Гуру Падмасамбхаву:

Великий учитель, молю, удели мне внимание! Ты уже показал мне, неразумной девушке, что весь мир и все его обитатели есть дхармакая, и всё же из-за старой привычки к ошибочному восприятию моя практика Дхармы уклоняется в сторону теоретического понимания. Прошу, милостиво даруй мне наставление, которое позволит объединить всё, что я делаю, с изначальной природой дхарматы!

Падмасамбхава отвечал:

Слушай, Цогял! Практикуя учения Тайной Мантры великой

колесницы, ты должна овладеть следующими тремя ключевыми моментами: первый касается тела — это его положение, второй касается глаз — это взгляд, а третий касается ума — это способ пребывания.

Прежде всего, в уединённом месте сядь на удобное сиденье в позе со скрещенными ногами, руки расположи в равновесии и выпрями позвоночник. Если твоё тело пребывает в своём исходном состоянии, медитация наступает естественно. Если же не принять нужной позы, то медитация не происходит.

Далее, что касается взгляда: не закрывай глаз, не мигай и не заглядывайся по сторонам. Прямо и неотрывно смотри перед собой. Поскольку зрение и сознание имеют одну природу, медитация наступает естественно. Без правильного взгляда медитация не происходит.

Ключевой момент, касающийся ума, таков: не допускай, чтобы естественное состояние твоего обычного ума преследовало привычные образы прошлого, не позволяй ему обращаться к будущим проявлениям клеш, не позволяй ему делать никаких умственных построений в настоящем. Если сознание пребывает в естественном состоянии, медитация наступает естественно. Если отвлекаешься или проявляешь рассеянность, медитация не происходит.

Когда ты таким способом предоставляешь своим трём вратам пребывать в естественном состоянии, все грубые и тонкие мысли утихают и твой ум расслабленно пребывает в самом себе. Это называется шаматха, пребывание в покое. [Когда твой ум] не встречает препятствий, свободен от места пребывания и обнажён в спонтанной пробуждённости [это называется випашьяна].[9] Когда в момент осознавания эти два

процесса остаются живыми и яркими как нераздельное тождество, это называется нераздельностью шаматхи и випашьяны. Интеллектуальное понимание — это когда ты рассматриваешь сознание как объект. Переживание — когда ты обнаруживаешь отсутствие его местопребывания, а реализация наступает, когда эти состояния ума остаются яркими и живыми и представляют собой сущность твоей практики медитации. Эта реализация ничем не отличается от реализации будд трёх времен. Она не умственное построение, опирающееся на глубокие наставления учителя, и не следствие острого ума ученика. Такая реализация называется достижением естественного состояния основы.

При подобной медитации возникают три переживания: блаженства, ясности и «немышления».*

Сознание, свободное от рассудочного мышления, называется «немышление» и бывает трёх видов. «Отсутствие благой мысли» означает свободу от приверженности к <понятиям> «медитирующий» и «объект медитации». «Отсутствие дурной мысли» — это прерывание потока грубого и тонкого понятийного мышления. «Отсутствие нейтральной мысли» — это понимание, что естественный лик осознавания не имеет местопребывания.

В состоянии «немышления» ясность представляет собой беспрепятственное, обнажённое сияние осознавания. Есть три вида ясности. «Спонтанная ясность» — это состояние свободы от объекта. «Первозданная ясность» не проявляется на какой-то промежуток времени. «Естественная ясность» никем не создана.

* тиб. mi rtog pa. — Прим. ред.

Есть четыре вида блаженства: «Чувство удовольствия» — это свобода от неблагоприятных противоречащих обстоятельств. «Блаженство отсутствия понятий» — свобода от неудовлетворённости, рождаемой понятиями. «Недвойственное блаженство» — это свобода от привязанности к двойственности. «Необусловленное блаженство» — это свобода от причин и условий.

Когда возникают эти виды переживаний, нужно воспользоваться тремя непривязанностями, поясняемыми тремя метафорами: отсутствие привязанности к блаженству подобно безумцу; отсутствие привязанности к ясности подобно сну младенца; отсутствие привязанности к состоянию отсутствия мыслей подобно йогину, в совершенстве овладевшему практикой йогического аскетизма. Если ты обладаешь всем этим, то свободна от изъянов медитации.

Если же ты увлекаешься этими тремя переживаниями и питаешь к ним привязанность, то впадаешь в три состояния бытия. Привязанность к блаженству приводит тебя в мир желания, привязанность к ясности приводит тебя в мир форм, а привязанность к отсутствию мыслей — в мир без форм.

Даже полагая, что не имеешь к ним ни привязанности, ни влечения, ты всё же сохраняешь тонкую внутреннюю привязанность. Для отсечения этой западни существует «девять последовательных пребываний в состоянии спокойствия», начиная с четырёх дхьян покоя для отбрасывания мышления, обусловленного желанием. Первая дхьяна должна быть свободна от рассудочного мышления, в котором присутствует воспринимающий и воспринимаемое, но она всё ещё связана

с различением объекта и акта медитации. Вторая дхьяна должна быть свободна от рассудочного мышления и различения, но она всё ещё сосредоточена на наслаждении вкусом радости самадхи. Третья дхьяна способствует достижению непоколебимого ума, но в ней остаётся вдох и выдох. Самадхи четвёртой дхьяны заключается в полной свободе от рассудочного мышления при беспрепятственном ясном восприятии.

Четыре состояния спокойствия, свободные от форм, устраняют рассудочное мышление мира форм. Сосредоточиваясь на мысли: «Все дхармы подобны пространству!» — ты впадаешь в сферу восприятия, принадлежащую к Бесконечному Пространству. Сосредоточиваясь на мысли: «Сознание бесконечно и не имеет направлений!» — ты впадаешь в сферу восприятия, принадлежащую к Бесконечному Сознанию. Сосредоточиваясь на мысли: «Чистая познавающая способность восприятия ни присутствует, ни отсутствует и не может быть объектом разума!» — ты впадаешь в сферу восприятия, принадлежащую к Ни Присутствию, Ни Отсутствию. Сосредоточиваясь на мысли: «Ум не состоит из какой бы то ни было сущности, он не существует и пуст!» — ты впадаешь в сферу восприятия, принадлежащую к Полному Отсутствию Всего. Эти состояния слегка омрачены рассудочностью, иллюзорными построениями и впечатлениями двойственного ума.

Покой прекращения отбрасывает представления, свойственные всем этим состояниям. Аналитическое прекращение — это прекращение взаимодействия шести видов сознания со своими объектами, которое заключается в равной опоре на прерывание движения дыхания и двойственного ума. Неаналитическое прекращение заключается в том, что ты

Совет Рожденного из Лотоса

приходишь к своей неотъемлемой природе. Такова абсолютная беспристрастность.

Из девяти состояний спокойствия четыре состояния дхьяны — это «шаматха, рождающая випашьяну». Поэтому самадхи этих четырёх дхьян находится в согласии с неотъемлемой внутренней природой и представляет собой самое выдающееся из всех видов земных самадхи.

Четыре лишённые образов состояния покоя — это западни самадхи. Покой прекращения есть спокойное самадхи шраваки.

Узнав эти состояния, ты можешь различить разные виды самадхи, очистить препятствия своей практики медитации и избежать ухода на ложный путь.

Пять путей входят в эти три. Избежав этих западней и практикуя безупречную медитацию, ты в период занятия медитацией пребываешь в спокойном и ярком состоянии блаженства, ясности и «немышления». [10] В период после занятия медитацией видимые проявления возникают беспрепятственно и представляются невещественными, как сон или волшебство. Ты понимаешь природу причины и следствия, до краев наполняешь меру заслуг, обретаешь «сердце самадхи» и этим доводишь до совершенства путь накопления.

Практикуя так длительное время, ты по-настоящему видишь лишённую местопребывания самосознающую природу, присутствующую в тебе самом. Узнавание своего естественного лица и есть путь видения. Переживая видимые проявления, осознавание и пустоту как бескрайние и самосознающие, ты прямо видишь необусловленную врождённую природу. Омрачение клеш устраняется в самом корне. Когда постигнута пустота причины и следствия, у сансары нет

конкретного существования. Это — первая ступень, бхуми, называемая «Радостная». Состояние медитации неотделимо от состояния будды, и в период после занятия медитацией всё видится как волшебная иллюзия.

Когда всё больше знакомишься с этим состоянием и устойчиво сохраняешь его, все явления становятся недвойственными. Когда распознаёшь, что всё видимое и ум есть самопроявление, они сливаются в одно. Когда пустота проявляется как причина и следствие, ты постигаешь зависимое возникновение. Во время медитации все дхармы лишены местопребывания и выступают как сущность осознанности. Незначительное присутствие объективных проявлений во время периода после медитации есть путь развития.

Длительно сохраняя такое состояние, понимаешь, что в сансаре и нирване всё недвойственно, не рождается и не уничтожается, несмешанно и полностью совершенно, не имеет местопребывания и обладает самосознанием. Омрачённость познания полностью исчезает, а сам момент, когда всё возникает как изначальная пробуждённость, есть путь завершения — состояние будды.

Цогял снова спросила:

Прошу, великий учитель, удели мне ещё внимание! Такова врождённая природа вещей, но как нужно вести себя, пока ещё не утвердишься в ней?

Падмасамбхава ответил:

Слушай, Цогял! Есть три вида поведения. Прежде всего, чтобы вступить на путь, существует обычное поведение, которое общеизвестно. Затем, чтобы продвигаться на пути, существует

Совет Рожденного из Лотоса

тайное поведение йогического аскетизма. И, наконец, есть высшее поведение истинной таковости.

Поведение имеет большое значение, потому что большая часть жизни проходит в повседневной деятельности, свойственной периоду между занятиями медитацией. Высшее воззрение можно понять умом, но если твои поступки не будут находиться в согласии с его смыслом, ты отклонишься от пути. Можно достичь безупречного состояния медитации, но если ты не сохраняешь его, совершая действия в период после медитации, оно угаснет. Поэтому пойми главное в законе причины и следствия: избегай дурных дел и совершай пусть даже самые малые, но добрые дела. Таков правильный путь, сущность учения Будды, ключевой момент знания.

Если, обретя человеческое тело, ты хочешь практиковать святую Дхарму правильно, не допускай, чтобы твои трое врат хоть на миг впадали в отвлечение. Во время дневной практики оставляй своё сознание в естественном состоянии и позволяй шести чувствам воспринимать всё свободно, как сон или волшебство. Ночью смешивай глубокий сон с дхарматой в состоянии, свободном от порождения или растворения мыслей. Очищай обманчивое переживание сновидения, направляя его на правильный путь. Иначе говоря, упражняйся в любви, сострадании и бодхичитте, а также в освоении стадий зарождения и завершения.

Утром и вечером исполняй семичленное очищение [11] и не пренебрегай ежедневным подношением *торма* и остальным. Раскаивайся в своих дурных поступках, произнося стослоговую мантру. Помни о законе причины и следствия. Снова и снова размышляй о трудности обретения свобод и богатств, о смерти и непостоянстве, об изъянах сансары.

Упражняйся в бодхичитте. Упражняйся в стадии зарождения, чтобы всё, что проявляется и существует, было мандалой божества. Что касается стадии завершения, пребывай в состоянии недвойственности, то есть видимой проявленности, не имеющей собственной природы, как отражение луны в воде. В конце посвящай корень добродетели всем живым существам.

Практикуя так, ты пребываешь в согласии с общими колесницами, ты идёшь по верному пути и устанавливаешь основу для пути йоги.

Заложив основу пути и обретя непосредственное переживание, понимание и уверенность в воззрении и истинном состоянии, практикуй тайное поведение йогического аскетизма. Тайное поведение способствует продвижению по пути и отсекает рассудочное мышление. Такое поведение может применять тот, кто досконально освоил и закрепил практику.

С точки зрения правильной практики Махаяны, воззрение подразумевает, что все объекты нереальны. В Тайной Мантре воззрение опирается на мандалу божеств — стадию зарождения — и недвойственность, исключающую крайности, — стадию завершения.

Воспринимая всех живых существ как своих родителей, ты вступаешь на путь, упражняя ум в бодхичитте. Чтобы отсечь привязанность к своему «я» и веру в демонов, удались в наводящее ужас место и обоснуйся там, где страшнее всего.

Начни с принятия прибежища в Трёх Драгоценностях, зарождения бодхичитты и обращения к своему гуру. Затем длительное время искренне развивай в себе безмерную любовь, сострадание и бодхичитту ко всем живым существам, числом равным небу, которых возглавляет дух этой местности.

Совет Рожденного из Лотоса

Отдыхай и засыпай в состоянии абсолютной бодхичитты, состоянии несозданного великого блаженства, которое не имеет не возникновения, ни пребывания, ни прекращения, в котором нет двойственного деления на богов и демонов. Почувствовав страх или ужас, сосредоточься и направь ум на такое размышление: «Страх и ужас возникают из веры в демонов, происходящей от непонимания того, что все живые существа — мои родители. Теперь это порождение моего ума проявляется в виде демонов. Как же моя бодхичитта, представляющая собой лишь избитую истину и умственные представления, сможет обрести истинный смысл?» Сосредоточив ум таким образом, развивай искреннее сострадание и бодхичитту и без колебаний отдай своё тело всем богам и демонам, возглавляемым духом этой местности. Произнеси: «Возьмите мою плоть, кровь, кости и насладитесь!» — и пусть твой ум спокойно пребывает в бодхичитте.

Если же у тебя появится мысль о боге или демоне и твоя бодхичитта поколеблется, думай: «Это порождение моей веры в демонов!» — и бесстрашно поднеси им своё тело. Затем пребывай в созерцании. Если какой-то дух действительно появится, прыгни ему прямо в рот или в объятия и полностью забудь об обыкновении заботиться о своём теле. Развивай сострадание и посвящай заслуги.

Когда твоя вера в демонов будет отсечена, их проявления и всякие волшебные явления прекратятся и дух местности окажется в твоей власти. Успокоение мысли и покорение демонов происходят одновременно.

Поняв, что все живые существа — твои родители, ты уже не сможешь верить в демонов, а если всё ещё веришь, значит, практика ещё не вполне освоена.

Во-вторых, чтобы совершить отсечение,[12] осознай, что все объекты нереальны. После того, как отсечёшь веру в демонов и перестанешь рассматривать злых духов как нечто реальное, удались в самое устрашающее место, чтобы усилить своё воззрение о нереальности проявлений.

Прими прибежище, зароди бодхичитту и обратись с просьбой <к гуру>. Осознав, что все объекты нереальны, все представления обманчивы, все вещи пустотны, а твоё теперешнее восприятие подобно сну или волшебной иллюзии, засыпай в состоянии естественной пустоты, в которой в конечном счете ничего не существует.

Почувствовав страх, трепет или ужас, сосредоточь ум, размышляя так: «Не понимая, что страх и трепет подобны сну и волшебной иллюзии, я верю в демонов. Теперь это порождение моего ума возникло, чтобы показать мне, что иллюзорность я понимаю только рассудком. Так я не достигну истинного смысла!» Сосредоточься, направь свой ум на эту мысль и, расслабившись, пребывай в состоянии, в котором всё нереально и видится как волшебная иллюзия.

Необходимо вспоминать о нереальной природе веры в демонов каждый раз, когда возникает мысль или иллюзорное проявление. Реши, что оно не обладает реальностью, но, несомненно, подобно волшебной иллюзии. Если и вправду появится дух, решительно признай, что он нереален и прыгни прямо в его объятия.

Вихрь демонических проявлений исчезнет, и ты беспрепятственно пройдешь сквозь него. В тот самый миг, когда ты отсечёшь свою веру в демонов, иллюзорное проявление прекратится само собой. Преодоление собственной мысли и исчезновение демонов происходит одновременно.

В-третьих, чтобы совершить отсечение, упражняйся в устойчивой стадии зарождения, когда твоё переживание проявляется как образ божества. Чтобы усилить стадию зарождения и отсечь веру в демонов, а также двойственную привязанность к миру, населённому существами, удались в устрашающее место. Прими прибежище, зароди бодхичитту и обратись с просьбами.

Представляй всё окружающее как небесный дворец, а живых существ, особенно духа местности, как йидама. Читай его сердечную мантру, обостри своё осознавание, проясни ум и длительно медитируй. Восприми самую суть абсолютной пустоты. Засыпай в состоянии, в котором всё проявляется, но при этом лишено собственной природы.

Если возникает мысль, порождённая страхом или ужасом, сосредоточь ум в одном направлении и думай так: «Не умея распознать устрашающее демоническое проявление как йидама, я породила веру в демонов и злых духов. Теперь она проявляется как иллюзия. Моя практика стадии зарождения — только слова и теоретические представления. Разве это поможет достичь реализации?» Сосредоточив свой ум, отбрось одержимость заботой о своём теле и поднеси его как трапезу. Ярко представь, что всё проявляющееся и существующее есть йидам.

Преврати свое обычное тело в нектар и поднеси его всем живым существам, во главе с врагами. Раскрепощённо пребывай в состоянии естественной недвойственности.

Вера в демонов возникает потому, что когда происходит проявление демонов или иллюзии, ты не можешь распознать в нём мандалу божества. Думай: «Это всего лишь воображение!» — и помни о божестве.

Признак обретения частичной реализации — понимание, что ты и демон тождественны божеству. Поэтому думай: «Как чудесно — встретиться с йидамом!» Обними демона, приникни к нему, войди ему в рот и неразделимо соедини свой ум с его умом. Представь своё материальное тело как подношение. Благодаря этому ты поймешь, что видимые проявления есть божество, вследствие чего все представления о демоне исчезают, иллюзия сама собой прекращается, а дух местности оказывается в твоей власти.

В-четвёртых, чтобы совершить отсечение, пойми природу недвойственности благодаря устойчивому воззрению, принадлежащему к стадии завершения.

Используй свой страх, ужас и веру в демонов, чтобы усилить понимание недвойственной природы стадии завершения. Чтобы сделать это, исполни подготовительные практики и раскрепощенно пребывай в состоянии недвойственности, в котором недвойственны тело и ум, видимые проявления и ум, «я» и другие, враг и друг, бог и демон. Короче говоря, пребывай в состоянии, где совершенно нет никаких двойственных явлений. Непрерывно и без отвлечения оставайся в таком состоянии.

Если во время практики возникают иллюзорные проявления или мысль о демонах, сосредоточься на недвойственности, думая: «Это порождение ума, возникшее из сомнения, обусловлено тем, что мой ум не остаётся сосредоточен на недвойственности!» Как только возникает вера в демонов, расслабься в недвойственности. Если и вправду появится демон, сосредоточь ум и думай: «Как чудесно — для укрепления воззрения получить возможность упражняться в природе

недвойственности!» Прыгни в объятия демона — и ты беспрепятственно пройдёшь сквозь него в недвойственную, не имеющую корня пустоту. В конечном счете демон не обладает никакой реальностью.

Так в тебе рождается смысл недвойственности. Двойственное мышление, причина веры в демонов, пресекается, и внешние иллюзорные проявления исчезают сами собой. Постигнув недвойственность, ты также получаешь власть над злыми силами и чинящими препятствия демонами. Это происходит благодаря недвойственности и взаимозависимости видимых проявлений и ума.

Следовательно, когда ты неподвижна, то и демоны неподвижны; когда ты спокойна, то и демоны спокойны; когда ты освобождена, то и демоны освобождены; когда ты усмирена, то и демоны усмирены. Демон — это твой внутренний демон, и его отсечение усмиряет тебя саму. Поэтому гораздо полезнее раз побыть в устрашающем месте, чем три года медитировать.

Это тайное поведение не только направлено на отсечение мысли о демонах, но и побеждает заразные болезни, такие как проказа, а также страх, ужас, неприязнь, отвращение, робость, трусость, нерешительность и другие подобные чувства. Короче говоря, какая бы мысль ни возникала, отсеки её, как было сказано.

И наконец, абсолютное поведение истинной таковости свободно от двойственного деления на богов и демонов. Когда освобождаешься от двойственного деления на чистое и грязное, развязывается узел одержимости двойственностью. Когда освобождаешься от принятия добра и отвергания зла,

отсекаются сомнение и нерешительность. Когда освобождаешься от склонности избегать, развивать или впадать в привязанность, все представления о сансаре и нирване полностью исчезают в пространстве недвойственного осознавания и ты обнажённо пребываешь в недвойственном единстве, сущности великого блаженства.

В такой момент, пусть даже Дхармараджа, Владыка Смерти, зацепит тебя своим крюком и потащит к себе, ты не испытаешь ни страха, ни ужаса. Пусть даже перед тобой предстанет сам Будда Ваджрасаттва, у тебя не будет никаких сомнений и неуверенности. Это называется абсолютным поведением истинного смысла.

Благодаря этим видам тайного поведения ты закладываешь основу естественного состояния, укрепляешь воззрение, очищаешь практику и пожинаешь плод. Это чрезвычайно глубокое учение.

Цогял снова задала вопрос:

Удели мне внимание, великий учитель! Молю тебя, милостиво даруй мне сущностные наставления, как, пребывая в состоянии пробуждённости, отсечь корень страдания и включить в путь и рождение, и смерть.

Падмасамбхава ответил:

Слушай, Цогял! Показав ключевые моменты практики пяти йог, я дам тебе сущностные наставления, помогающие использовать как путь всё, что ты делаешь.

Во-первых, что касается йоги сна, то момент засыпания напоминает умирание. Поэтому восстанови свои самаи, вновь

Совет Рожденного из Лотоса

прими обеты шраваки, очисти поток сознания, отсеки хаос трёх клеш-ядов и избегай увлечения воспоминаниями и мечтами о будущем. Предоставь всем внешним и внутренним дхармам полную свободу в самадхи таковости — состоянии, где нет сосредоточения совершенно ни на чём. Заснуть в состоянии несозданной стадии завершения, дхармакаи, свободной от понятий — означает использовать умирание как путь.

Раствори все внешние и внутренние дхармы, весь мир и живых существ, главное божество и его окружение в семенном слоге в своём сердечном центре. Отходя ко сну в состоянии несосредоточения, ты используешь представление об умирании как путь.

Во-вторых, йога пробуждения напоминает новое рождение. Как только ты проснёшься, ярко вспомни беспрепятственное осознавание стадии завершения. Это очищает от продолжения перерождений.

К тому же необходимо понимать ключевые моменты закона причины и следствия. Это привносит жизненно важное содержание в любую духовную практику и способствует ей больше, чем что-либо другое.

На рассвете распредели чистую часть пищи по *нади* и выдели нечистую часть. Когда внутренность *нади* совершенно пуста, легко могут возникнуть внешние, внутренние и тайные пороки и достоинства. Затем *нади* становятся центральным каналом, а прана — [праной-]мудростью, элементы — великим блаженством, а ум — недвойственной пробуждённостью. Для того же совершают все виды лечебных процедур и ритуалы исцеления. Кроме того, этим объясняется, почему истинно

совершенный Будда пробудился к истинному и полному просветлению именно на заре.

В-третьих, йога питания должна быть объединена с посвящением Тайной Мантры. Если ты практикуешь стадию зарождения, освящай еду как нектар мудрости. Представляя божество у себя в животе, наслаждайся насыщением как растворением одного божества в другом.

Если практикуешь очищение омрачений, освящай еду как нектар мудрости. Принимая пищу, представляй, будто полностью сжигаешь семена шести классов существ, заключённые в виде букв в твоём сердце.

Если практикуешь единение, освящай еду как нектар недвойственного метода и знания и, принимая пищу, представляй, будто всё объединяешь.

Если практикуешь стадию завершения, освящай еду как мудрость вместерождённых видимых проявлений и пустоты. Наслаждайся насыщением дхарматы дхарматой.

Короче говоря, нераздельно пребывай в том самадхи, которое ты практикуешь, и наслаждайся им. Так любая пища, которую ты ешь, становится причиной для самадхи.

В-четвёртых, что касается непрерывной йоги, практик, который правильно применяет путь, никогда не будет подвержен обычным клешам. Благодаря особым методам он должен узнавать все возникающие клеши и направлять их на верный путь.

Корень клеш — пять ядов. Вот как нужно использовать их в качестве пути: когда внезапно возникает сильное желание, проявив внимательность, заметь его и размышляй о его причине. Оно возникло под влиянием извне, навеяно стремлением предаться любви с соблазнительной женщиной или красивым мужчиной. В данный момент муки страсти подобны мощному потоку воды. В конце концов твой ум будет полностью захвачен желанием следовать привычным путем.

Чтобы распознать это, пойми, что овладевающие тобой внешние влияния созданы твоим же умом. В противном случае твой любимый друг не мог бы быть для кого-то врагом. Твоё стремление кем-то обладать возникает у тебя в уме и проявляется как желание — так в пустом небе возникает ветер.

Теперь, о том, как увидеть сущность желания и использовать его в качестве пути. Пребывай в состоянии, в котором привлекательные внешние факторы и стремление обладать свободны от двойственности — так желание становится сущностью недвойственности блаженства и пустоты. Врождённая природа пустоты не создана из чего-либо [отдельного от] её проявления, которое возникает как блаженство. Таково совершенство желания, мудрость, различающая всё в отдельности.

Точно так же, увидев сущность гнева и пребывая в ней, ты познаёшь недвойственную сущность ясности и пустоты. Истинная природа — пустота, а её выражение есть ясность. Таково совершенство гнева, зерцалоподобная мудрость.

Увидев сущность неведения и пребывая в этом состоянии, ты постигаешь свободную от понятий пробуждённость. Истинная природа — пустота, а её выражение есть отсутствие мышления. Таково совершенство неведения, мудрость дхармадхату.

Точно так же, если ты примешь как путь гордость и зависть, они становятся мудростью равностности и всесовершающей мудростью.

Если быть кратким, десять недобродетелей происходят от пяти ядов. Пять ядов коренятся в трёх ядах. Распознавая эти три яда и используя их как путь, ты поддерживаешь учение Трипитаки и осваиваешь три аспекта:

Благодаря пониманию сущности желания и пребыванию в этом состоянии ты переживаешь блаженство, которое становится Виная-питакой. Ты отвращаешься от обычных желаний, что есть освоение нравственности.

Благодаря пониманию сущности гнева и пребыванию в этом состоянии ты переживаешь ясность, которая становится Сутра-питакой. Ты отвращаешься от обычного гнева, что есть освоение самадхи.

Благодаря пониманию сущности неведения и пребыванию в этом состоянии ты переживаешь отсутствие мышления, что становится Абхидхарма-питакой. Ты отвращаешься от обычного неведения, что есть освоение различающего знания.

Необходимо распознать все возникающие клеши и объединять их с путём, как сказано.

Пятое — это йога времени и жизненно важных моментов. Существует пять периодов.

Первый — раннее утро, когда чистая часть пищи отделяется от нечистой, когда твой ум остр, тело отдохнуло, рассудок ясен, а бинду возросло. Сила как ошибок, так и добродетелей возрастает, поэтому важно распознавать любую мысль, возникающую как проявление желания, и использовать её на пути добродетели.

Второй — вечерние сумерки, когда бинду убывает и может возникнуть чувство беспокойства. Усиливаются чары богов и

Совет Рожденного из Лотоса

демонов. Это время напоминает смерть. Сила как ошибок, так и добродетелей возрастает, поэтому важно распознавать любую мысль, возникающую как проявление страха, и использовать её на пути добродетели.

Третий — когда возникают сильные клеши или сумбурные мысли. Если ты не в состоянии использовать их как путь, это может стоить тебе жизни или заставить тебя нарушить обеты, помешать самадхи и исказить истинный путь. Поэтому распознай их и объедини с путём.

Четвёртый — время, когда возникает недвойственная изначальная пробуждённость и твой ум проявляется как сущность состояния без мыслей. Используй это на пути метода. Применяя ключевые моменты в рамках этих упражнений, практикуй длительно, не отвлекаясь ни на миг. В это время формируются побуждения и причинные связи. Это жизненно важный момент, поэтому важно принять решение. Не следует допускать, чтобы побуждения и причинные связи смешивались с другими видами обычного рассудочного мышления. Если [побуждение] обусловлено рассудочным мышлением, это похоже на врачебную ошибку, когда охлаждающее лекарство применяют против болезни холода.

Пятый — когда приходит время смерти. В этот момент ты полностью находишься во власти своей особой «связующей кармы», поэтому он очень важен для формирования благих причинных связей. Предай забвению все дурные поступки и вспомни все благие дела. Сосредоточь ум на конкретной практике, которую прочно освоила, и в каждый отдельный момент будь свободна от иллюзорных переживаний. Короче говоря, это время чрезвычайно важно для формирования благой причинной связи.

Цогял снова задала вопрос:
Удели мне ещё внимание, великий учитель! Объясни, пожалуйста, ключевые моменты состояния бардо.

Падмасамбхава ответил:
Слушай, Цогял! Что касается бардо, то период между смертью и новым рождением называется бардо рождения и смерти. Здесь есть три возможности: лучше всего обрести просветление до наступления всякого бардо; хорошо также обрести просветление в состоянии бардо; третья возможность — новое перерождение.

В первом случае рассматриваются четыре стадии: растворение элементов; прекращение мыслей; проявление мудрости, свободной от понятий; обретение состояния будды благодаря узнаванию собственной природы.

Первое — когда элемент земля растворяется в элементе вода, распадается пупочная чакра, прана земли перестаёт функционировать, в теле ощущается тяжесть, сознание угасает и появляется переживание, напоминающее мираж.

Следующее — когда элемент вода растворяется в элементе огонь, распадается сердечная чакра, прана воды перестаёт функционировать, рот и нос пересыхают, сознание становится беспокойным и появляется переживание, напоминающее дым.

Третье — когда элемент огонь растворяется в элементе ветер, распадается горловая чакра, прана огня перестаёт функционировать, тело начинает остывать, всё окружающее колеблется и появляется переживание, напоминающее светлячков.

Четвертое — когда элемент ветер растворяется в сознании, распадается чакра в тайном месте, прана ветра перестает

функционировать, дыхание через нос прекращается, сознание слегка спутано, появляются проблески света.

Прекращение мыслей: в нижнем конце центрального канала присутствует сущность, полученная от матери в форме слога «А». Когда сила правого канала угасает, эта сущность поднимается вверх. Признак такого процесса — проявление красноты. В это время прекращается состояние мышления, связанное с желанием.

В верхнем конце центрального канала находится сущность, полученная от отца в форме слога ХАМ. Когда сила левого канала угасает, эта сущность движется вниз и проявляется белизна. В это время прекращается состояние мышления, связанное с гневом.

Затем перестаёт функционировать всепроникающий ветер на макушке и поэтому проявляется чернота. В это время прекращается состояние мышления, связанное с неведением.

Когда не стало трех ядов, гордость и зависть прекращаются сами собой, потому что три яда растворились в трёх *нади*. После этого прекращается внешнее дыхание.

Проявление мудрости, свободной от понятий: к этому моменту внешнее дыхание уже прекратилось, но остаётся внутреннее дыхание. Восходящее солнце и нисходящая луна встречаются и ум-прана входит в центральный канал. Благодаря тому, что эти три составляющие находятся в центральном канале, и поскольку мысли на короткое время прекратились, проявляется пробуждённость, свободная от понятий, ум дхармакаи всех будд, и остаётся на время, которое занимает приём пищи.

Обретение состояния будды вследствие постижения мудрости, свободной от понятий: освоив такое постижение и обретя устойчивость в устных наставлениях, ты постигаешь самосущую вместерождённую мудрость и обретаешь состояние будды, объединив дхармакаю-мать и дхармакаю-дитя. После этого сознание выходит через отверстие Брахмы и входит в дхармадхату.

Таковы наставления человеку с высшими способностями для обретения состояния будды без прохождения бардо.

Наставления человеку со средними способностями для обретения просветления в состоянии бардо состоят из четырёх пунктов. Растворение элементов и прекращение состояний мышления — такие же, как было описано.

Третий момент, как проявляется дхармата в бардо: если человек не распознал свободного от понятий состояния дхармакаи, как это происходит с человеком высших способностей, сознание, пребывающее в сердечном центре, входит в канал белого шёлкового *нади*. Когда оно выходит наружу, ум и материя разделяются и человек лежит без сознания семь дней.[13] Когда он очнётся, дхармата проявляется в течение пяти дней в виде звуков, цветов и разных *тиглэ*.

Звук — это естественное звучание элемента огонь, могучее и безграничное. Его гул подобен весеннему грому. Естественное сияние осознавания проявляется в чистых и ярких цветах. Лучи света, бьющие из этих проявлений цвета, ослепительны, как осенние миражи в долинах.

Четвёртый, как достигают состояния будды вследствие узнавания своего естественного лица: в силу практики того, что было указано, эти проявления звука, цвета и света будут

возникать как самосущая вместерождённая мудрость и ты обретёшь состояние будды.

Люди отличаются по степени освоения практики и знакомства с ней. Для йогина, который освоил стадию завершения йоги божества, эти проявления звуков, цветов и света будут разворачиваться как естественное проявление мандалы божества, и он достигнет состояния будды как самбхогакая.

Йогин, постигший иллюзорность видимых проявлений, поймёт, что эти проявления звуков, цветов и света подобны сну или волшебной иллюзии, и достигнет состояния будды как нирманакая.

Йогин, постигший, что все дхармы сансары и нирваны есть собственное состояние (*rang nang*), поймёт, что эти проявления звуков, цветов и света саморождены и самоосвобождены; он достигнет состояния будды как свабхавикакая.

Итак, человеку предстоит пройти бардо средствами той практики, в которой он обрёл опыт и реализацию.

И, наконец, вопрос о том, как происходит новое рождение, состоит из пяти моментов. Растворение элементов и прекращение состояний мышления — такие же как описано.

Третий момент: психическое тело формируется постепенно в соответствии с восемью звеньями цепи зависимого возникновения[14]: Неведение заключается в неспособности распознать, что свет — проявление твоего собственного состояния (*rang nang*).

Под воздействием элементов-делателей пять видов праны собираются вместе и формируют сансарное существование. После этого развивается сознание и происходит сосредоточение на объекте. Затем, возникает имя-и-форма состояния

бардо.[15] Сознание становится острее и быстрее, формируя опоры чувств. Когда они встречаются с объектом, происходит соприкосновение. Ощущение — это чувство приятного и неприятного. Когда вследствие этого возникают отношения «нравится» и «не нравится», это называется желанием. Так эти восемь факторов образуют психическое тело.

Четвёртый, как происходят переживания бардо: проявляются видимые образы, обусловленные прежними привычками и кармой. Поэтому ты переживаешь возвращение в свою страну и в свой дом, и мысленно общаешься со своими близкими. У тебя нет ни пищи, ни пристанища, а психическое тело живет за счет сжигаемых подношений. Ты можешь перемещаться куда угодно — не можешь только войти в чрево своей будущей матери и приблизиться к Ваджрному Трону. Испытывая постоянный страх, ты в ужасе и смятении видишь образы кровожадных демонов, свирепых зверей, страдаешь от бурных ураганов и метелей. Ты повсюду ищешь убежища и укрытия. Твое чувственное восприятие ясно, а умственные способности ещё не вступили в действие. Ты обладаешь чистым видением божеств и можешь видеть других существ бардо.

Пятый, как происходит следующее рождение: после того, как угаснет собственное сияние ясного света — основы, ты видишь пять обычных путеводных светов.[16] Вместерождённое неведение не дает возможности узнать в [этом ясном свете] своё естественное лицо. Из неведения ты представляешь ясный свет как что-то внешнее. Укрепившись в этом представлении о видимом проявлении как о чём-то внешнем, отличном от себя, ты перерождаешься среди одного из шести классов существ — так попадает в ловушку горный олень или увязает в цветочном нектаре пчела.

Совет Рожденного из Лотоса

Если тебя привлечёт белый свет, ты родишься среди существ ада; если красный — родишься голодным духом. Вхождение в чёрный свет приводит к перерождению животным, а в жёлтый — к рождению человеком. Зелёный же цвет приводит в мир богов или асуров. В это время необходимо вспомнить о страданиях шести классов существ и не поддаваться ни одному из этих светов.

Сознание бардо легко меняет свое направление, поэтому, сохраняя внимание и зарождая глубокое стремление к одной из земель будды, — например, Сукхавати — ты, несомненно, переродишься там.

Цогял снова попросила:

Удели мне, пожалуйста, внимание, великий учитель! Не должен ли йогин, ещё не достигший устойчивости в практике, усердно заниматься очищением препятствий? Как избавиться от препятствий на пути?

Падмасамбхава ответил:

Слушай, Цогял! Освобождение пути от препятствий рассматривается в четырёх аспектах: очищение от препятствий временных переживаний самадхи; очищение от препятствий телесных болезней и недомоганий; очищение от препятствий рассудочного мышления и от представлений о богах и демонах; очищение от препятствий временного омрачения — следствия неблагоприятных обстоятельств.

Первое, очищение от препятствий временных переживаний самадхи: вялость означает неспособность реализовать сияющее осознавание, неспособность познать его в переживании ясности. Вялость связана с дремотой, вызванной сонливостью.

Возбуждённость означает, что сознание движется за объектом или мечется в поисках чего-то. «Движется» означает, что внимание не пребывает в покое.

Рассеянность — это увлечение восприятием чего-то внешнего. Неустойчивость — это когда человек может быть спокоен на короткое время, но не способен сохранять спокойствие долго. «Подводное течение» — это когда внимание отвлекается незаметно, в то время как вы считаете, что оно пребывает в покое.

Возбуждённость бывает двух видов: «Возбуждение, вызванное чем-то другим», — это когда сознание приходит в возбуждение вследствие обстоятельств. «Возбуждение, происходящее изнутри», — это те незаметные для сознания мысли: «Всё спокойно, всё ясно!», которые появляются в состоянии медитации.

Вялость и возбуждённость — это главные изъяны, которые возникают от неспособности сосредоточиться и впадения в безразличие.

Ощущая вялость, направь внимание на сердечный центр. Сохраняй сосредоточенность и собранность, медитируя однонаправленно и непоколебимо. Тем самым ты не поддашься вялости или сонливости, но будешь продвигаться по пути.

Ощущая возбуждённость, направь внимание на точку ниже пупка, сохраняй сосредоточенность и собранность и неколебимо медитируй. Благодаря этому ты будешь полностью сосредоточена и не впадёшь в ошибку возбуждённости или рассеянности.

Обычно, если твоё внимание направлено в одну точку и полностью сосредоточено, тебе не грозит вялость или возбуждённость.

Теперь о том, как использовать в качестве пути всё, что полезно для самадхи. Хорошее самадхи блаженства, ясности и «немышления»; чувства доброты, сострадания или отречения, или сильного, чистого благоговения — всё это в итоге содержит переживание «вкуса», сопровождаемого физическими и словесными уточнениями. Такие переживания есть проявления праны, которая проходит через рот. Есть опасность стать жертвой привязанности к своему «я», поэтому жизненно важно не забывать самого главного. Понимая, что всё это — преходящие переживания, появление которых обусловлено двойственным умом, разберись в сути каждого из них. Пребывай в их непрерывном проявлении, не сосредоточиваясь на трудностях и не имея привязанности. Тогда эти переживания становятся сущностью недвойственной пробуждённости. Сохраняй её непрерывность, не привязываясь к преходящим переживаниям и не уделяя им излишнего внимания.

Если чувствуешь ликование, эту привязанность нужно резко отсечь. Если хочется плакать из-за переполняющего тебя сильного сострадания, пойми, что главное в воззрении — увидеть осознавание. Не старайся прочувствовать вкус, а просто сохраняй непрерывность этого состояния.

Переживание вполне может быть проявлением злого духа — *гялпо*. Чтобы не получилось так, что ты питаешь злого духа, я дам тебе самые сущностные наставления о том, как использовать неблагоприятные переживания на пользу самадхи.

Чтобы ни приключилось: болезнь, мучения, боль в сердце или сильная усталость — понимай всё это как преходящее переживание. Не приходи в уныние и не считай это несчастьем. Предоставь воспринимаемому объекту и воспринимающему уму проявиться как они есть и освободиться. Не считай

их ни ошибкой, ни заслугой, но дай им спонтанно возникнуть и освободиться самим по себе.

Теперь я объясню, как усилить эти переживания, чтобы они вышли за пределы пользы и вреда. Дхармы сансары и нирваны всегда спонтанно присутствуют во всеобщей основе в виде семян. В ваджрном теле они присутствуют как *нади*-буквы и прана-ум. Следовательно, когда ты узнаёшь естественное лицо истинного состояния и практикуешь, применяя ключевые моменты самадхи, узлы *нади* развязываются, прана-ум проясняется, привычные склонности очищаются и ты овладеваешь начальными качествами просветления. Так возникают разнообразные переживания сансары и нирваны.

Если праны найдут отверстие, они войдут. Если ты создашь понятие, проявятся мары. Если ты с безразличием отвергнешь переживания, они не станут частью пути. Пойми, что всё вокруг есть преходящие переживания.

Ни что не считай изъяном. Ни что не считай достоинством. Освободившись от надежды, страха и всех сомнений, упражняйся, предоставляя преходящим переживаниям естественно возникать и естественно освобождаться. Тогда все переживания будут способствовать продвижению по пути.

Бывает, когда человек практикует в ритрите, его ум податлив, практика идёт хорошо и он начинает от радости петь песни. А в другой раз ум никак не обуздать, практика не идёт, внимание скачет и практик чувствует себя глубоко несчастным.

Во время практики разделения сансары и нирваны возникают разнообразные переживания, возвышенные и низменные. Не ощущая ни уныния, ни самодовольства, не забывай о самом главном: пусть всё происходит спонтанно, не привязывайся ни к чему. Так ты сможешь соединить всё с путём.

Совет Рожденного из Лотоса

Выполняй практику ритрита неуклонно и не отвлекаясь, и тогда всё будет способствовать ей.

Что касается очищения таких препятствий, как телесные недомогания и болезни, то здесь имеется пять моментов: место пребывания болезни, причина проявления болезни, способствующие этому обстоятельства, созревание болезни и способ её излечения.

Первое: болезнь скрыто пребывает во всеобщей основе, в устройстве каналов и как кармическая склонность. Она проявляется вследствие неблагой кармы, накопленной из-за неведения и привязанности к своему «я».

Пробуждают болезнь клеши, рассудочное мышление, ветры-праны, а также боги и демоны. Следствие созревания — четыреста четыре вида болезней, среди которых болезни жара и холода, болезни слизи, различные боли и опухоли. Если быть кратким, то главная причина — болезнь вместерождённого неведения, а главное обстоятельство — болезнь неведения-непонимания.

Во всякой болезни присутствуют такие пять составляющих: скрытая основа, неблагая карма как причина, клеши как обстоятельства, рассудочное мышление как связующее звено, ветер-прана как завершающий, всё объединяющий элемент, а боги и демоны как элемент поддерживающий.

Например, если проявляется болезнь «холода», то её причина — привычная склонность к желанию, присутствующая во всеобщей основе, а пробуждает эту болезнь обстоятельство — сильное желание. Связующий элемент — это мысль: «Я болен! Я ослаб! Что мне делать, если станет ещё хуже?» Вследствие этого нарушается работа «ветра, очищающего вниз», что лишает тебя защиты от злых духов женского рода.

Сходным образом, семя гнева как причина пробуждается обстоятельством сильного гнева и связующим элементом рассудочного мышления. Всё это приводит к расстройству «ветра, распределяющего огонь», что лишает тебя защиты от злых духов мужского рода, а следствием становится болезнь жара.

Семя неведения как причина пробуждается обстоятельством сильного проявления неведения и связующим элементом рассудочного мышления. Это вызывает расстройство «равнопребывающего ветра», что лишает тебя защиты от злых «духов земли», а следствием становятся болезни слизи.

Семя зависти как причина пробуждается обстоятельством сильной зависти и связующим элементом рассудочного мышления. Это вызывает расстройство «ветра, поддерживающего жизнь», что лишает тебя защиты от класса *цен*, вследствие чего возникают недуги, связанные с болями.

Семя гордости как причина пробуждается обстоятельством сильного самодовольства и связующим элементом рассудочного мышления. Это вызывает расстройство «проникающего ветра», что лишает тебя защиты от класса *гялпо*, вследствие чего возникают болезни опухолей.

Поскольку причина — неведение, для излечения от болезней следует распознать вместерождённую мудрость. Поскольку условие — клеши, следует упрочить внимание в равностности. Поскольку связующее звено — рассудочное мышление, следует отсечь узы мыслей. Поскольку всё собирает и завершает ветер, следует сосредоточиться на ветре как на ключевом моменте. Поддержка — это боги и демоны, поэтому следует отвергнуть понятие «демон». Сделав так, ты освободишься от всех видов болезней.

Чтобы излечить суть болезни, нужно знать о трёх моментах: лучше всего предоставить ей самоосвободиться; следующий способ — отказаться от таких относительных вещей, как ритуалы изгнания духов и медитация; последний — применить для лечения визуализацию.

В первом случае не принимай ни единой дозы лекарства. Не произноси ни единого звука молитв ритуала исцеления. Не считай болезнь ни пороком, ни достоинством. Оставь ум в спонтанном и естественном состоянии. Полностью предоставь ему пребывать в свободном от мыслей естественном состоянии простоты. Благодаря этому пресекается поток рассудочного мышления, возникает свободная от мыслей пробуждённость и болезнь устраняется. Болезнь и мысль освобождаются одновременно.

Иначе говоря, в качестве подготовки не гонись за болезнью, в качестве главной части не усугубляй болезнь, в заключении не привязывайся к ощущению себя больным. Благодаря этому избавишься от старой болезни и оградишь себя от новых.

Во втором случае, где дело касается изгнания и медитации, есть три части: преобразование напастей, прямое отсечение и уравнивание.

В первой относись к болезни с благодарностью, постоянно возвращаясь к мысли: «Как прекрасно, что благодаря тебе, болезнь, я могу отсечь представления о демонах!» Пусть ум твой будет радостен. Ешь то, что вредит болезни и поступай ей наперекор.

Затем, съешь свежего «твёрдого благовония», ещё теплого, но уже без пара. Выпей тёплого, дымящегося «жидкого благовония». Благодаря медитации о пране-ветре болезнь верхней

части тела выходит наружу с рвотой, а болезнь нижней части выходит через кишечник. Такой процесс изгнания болезни есть лекарство отсечения.

Что касается второй части, прямого отсечения, сделай безмятежное лицо и перестань ныть. Мысленно отсеки прямо все тревоги, надежды и страхи, выражающиеся в таких мыслях: «Что мне делать, ведь я так болен и слаб, а вдруг я умру?» Полностью презрев все эти тревоги, отбрось их подальше.

Третья часть, уравнивание. Как только несчастья возникнут, следует использовать их как путь. Проясни осознавание и напомни себе о духовной практике. Не медитируй, визуализируя какое-то средство от болезни, и не применяй никакого ритуала исцеления и медицинского лечения, а вглядись в того, кто чувствует себя больным! Благодаря пребыванию в таком непрерывном состоянии, переживание, возникая, исчезает само собой, а когда происходит реализация, она возникает как способность пустоты познавать. По крайней мере, тебе не придётся страдать от мысли, что ты болен.

И, наконец, что касается метода визуализации, зароди бодхичитту, прими позу со скрещенными ногами и представь, что ты йидам. В своём сердечном центре представь синий ХУМ размером с ячменное зерно. Если речь идёт о болезни сердца, представляй, что из ХУМ в сердечном центре выходит белый ХУМ размером с ячменное зерно и кружит по верхней части твоего туловища. Он полностью вытягивает все болезни, как магнит собирает иголки. Выйдя через макушку, он исчезает в пространстве. Представляя это, подтягивай ветры вверх.

Совет Рожденного из Лотоса

Если речь идёт о «болезни холода», представляй, что из ХУМ в сердечном центре выходит красный ХУМ размером с ячменное зерно и кружит по нижней части твоего тела. Представляй, что, выйдя через нижнее отверстие, он исчезает в центре земли.

Если страдаешь болезнью рук и ног, например, нарывами или опухолями, представляй в месте, где гнездится болезнь, чёрный ХУМ. Представляй, что он собирает всю болезнь и выводит её через нарыв или через кончики пальцев.

При болезнях, диагноз которых неизвестен, представляй, что из ХУМ в сердечном центре выходит синий ХУМ. Он собирает всю болезнь по всему телу и исчезает в воздухе, выходя через ту ноздрю, через которую происходит выдох.

Вообще же, когда ты пребываешь в самадхи, твой ум должен полностью превратиться в сущность состояния «немышления». Нужно отбросить подальше все заботы и освободиться от сомнения и неуверенности в том, что изгоняешь или представляешь. То, что ты представляешь, и твой ум должны стать одним целым. Важно опираться на эти три момента и сосредоточиваться на них.

А вот как нужно устранять мысленные препятствия, которые таят в себе мысли о богах и демонах. Если у тебя часто бывают переживания — следствия связи между строением каналов и изменением потока мыслей,[17] на тебя будут нападать иллюзорные проявления так называемых демонических сил и сомнений. Когда возникнут мысли, полные страха и ужаса, быстро приметь их и привнеси в путь. Если ты позволишь им безудержно возрастать или подпадёшь под их влияние, они станут препятствием для твоей практики.

К тому же, если ты не станешь использовать любое препятствие, высокое или низкое, как путь, оно приобретёт удвоенную силу и помешает твоей практике. Очень важно использовать препятствия как путь.

По существу, пересечь опасное ущелье своего мышления — значит объединить препятствия с путём. Восприятие злых сил и иллюзорных проявлений происходит в твоём собственном заблуждающемся уме. Безусловно, вне тебя нет никаких «богов» или «демонов». В тот самый миг, когда воспринимаешь злые силы и иллюзорные проявления, примени главную суть понимания — то, что они не обладают никаким истинным бытием, так как не рождены, не пребывают и не исчезают.

Всякий раз, как на тебя нападает магическое проявление, прими позу йоги, устремив на него взор, и вглядись в его сущность. Тогда мышление станет способностью пустоты познавать.

Как только твоё мышление превратится в познающую способность пустоты, у тебя появится отважная уверенность, которая полностью отсекает страх.

Даже если тебя окружит воинство Мары, враги не тронут и волоска на твоём теле и не смогут причинить никаких помех. Храни уверенность в себе, думая так: «Препятствия не могут нанести мне вреда!» Если же трусливо думать: «А вдруг мне встретятся какие-то препятствия!», то это верное средство пригласить демонов.

Все воспринимаемые тобой боги и демоны — это просто твои собственные мысли, которые обрели форму. Не считай, что вне твоего ума существует хотя бы атом бытия. Пресеки поток рассудочного мышления! Преврати свои скандхи в

Совет Рожденного из Лотоса

пиршественное подношение! Отдай своё тело на съедение! Отбрось привязанность к своему «я»! Примени главную суть наставлений и практикуй!

Теперь, что касается того, как устранить препятствия внезапных осквернений (sgrib): ты можешь осквернить себя, общаясь или разделив пищу с людьми, которые нарушили свою самаю, свои обеты, совершили дурные дела; можешь осквернить себя, встретив прокажённого или человека, у которого только что умер супруг, или людей, ум которых одержим демонами, а также пребывая в доме, где царят дурные поступки, демоны, вражда или нравственная нечистота. Ты можешь осквернить себя пищей, добытой в результате вражды, нравственной нечистоты или дурных дел.

После этого ты начинаешь болеть, твоё самадхи ослабевает, а охранители Дхармы проявляют недовольство.

Знак того, что твои самаи и обеты подорваны, — увидеть во сне, что ты падаешь или спускаешься вниз с горы. Осквернив себя от спутников, ты видишь во сне, что тебя пачкают грязные люди. Осквернив себя из-за пребывания в дурном месте, ты видишь во сне, что заходишь в грязное помещение. Осквернив себя через пищу, ты видишь во сне, что ешь грязь.

Лучший способ избавиться от этого — с помощью благословения и садханы, следующий — с помощью мантр-дхарани, а третий способ — совершив очистительные ритуалы. Всеми средствами старайся устранить загрязнение.

Снова спросила [Еше Цогял]:

Удели мне внимание, великий учитель! Как должен йогин продвигаться по пути, устраняя препятствия?

Гуру ответил:

Цогял, продвижение по пути включает в себя три момента: устранение изъянов, мешающих продвижению; закладка основы продвижения; усердие в методах, способствующих продвижению.

Первое: корень изъянов есть не что иное, как привязанность к собственному «я», одержимость ошибочными представлениями, поэтому отсеки привязанность к «я»! Отбрось привычные представления о врагах и друзьях! Забудь мирские заботы! Отвергни стремление к материальным благам! От всего сердца посвяти себя одной лишь Дхарме!

Как семя не может прорасти на камне, так невозможно достичь никакого продвижения, не устранив изъяна привязанности к «я».

Второе: чтобы заложить основу, упорно следуй по любому пути, на который вступаешь, и прилагай все силы для проявления нужных качеств. Если будешь заниматься многочисленными практиками, не освоив по-настоящему хотя бы одной, это не принесёт никакого успеха. Пойми ключевой момент пребывания на пути и отхода от него: практикуй любой [путь], на котором у тебя есть переживание, и откажись от других практик! Беззаветно сосредоточься, пока твёрдо не освоишь эту практику. Нельзя хвататься за более высокий путь, не опираясь на тот, что лежит ниже. Только так, закладывая здоровые семена в плодородную почву, ты обретёшь переживания, узришь свою сущность и будешь продвигаться по пути. Короче говоря, усиленная практика — вот основа возникновения качеств.

Совет Рожденного из Лотоса

Третье: что касается продвижения на пути, то здесь есть два момента: продвижение по тому пути, которым следуешь, и развитие вновь возникших переживаний и понимания.

Если не делаешь никаких успехов, практикуя учение о методе (*упая*), значит, из-за привязанности к конкретным вещам и частностям, этот метод стал односторонним. Достигни продвижения благодаря знанию (*праджня*), понимая, что все дхармы лишены собственной природы.

Если не делаешь никаких успехов, практикуя учение о знании (*праджня*), значит, из-за односторонней привязанности к пустоте это знание стало изъяном. Сосредоточься на жизненно важном вопросе о причине и следствии и достигни продвижения с помощью искусного метода (*упая*).

Точно так же, если нет успехов в практике шаматхи, то это обусловлено недостаточным пониманием естественного состояния. Достигни продвижения с помощью випашьяны, распознавания истинного состояния.

Если же нет успехов в практике випашьяны, то это обусловлено недостаточно длительным пребыванием в состоянии покоя. Достигни продвижения с помощью устойчивого внимания и шаматхи. Тот же самый принцип применим и к другим видам медитации и периода после медитации.

Это главное для продвижения во всех видах ежедневной практики.

Что касается второго момента, вновь возникших [переживаний и реализаций], то существует продвижение с помощью клеш и продвижение с помощью рассудочного мышления.

Первое: нет никого, кто не имел бы клеш, но если ты впадаешь в прочную привязанность, то клеши не станут частью

пути. Необходимо распознать их и использовать в качестве пути. И здесь есть три момента: недостатки, не позволяющие это сделать, полезные качества такой практики и способ её осуществления.

Когда видишь красивого человека или другое существо, ум захватывает [желание]. Недостаток здесь в том, что желание возрастает, ты создаёшь неблагую карму, страдаешь болезнью холода, подвергаешься нападению злых духов *дон* женского рода и в будущем окажешься зачата во чреве. Так неизбежно становятся невольниками закона кармы.

Полезные качества заключаются в том, что ты можешь воздействовать на людей и нелюдей по своей воле, можешь зародить в себе самадхи блаженной пустоты, освободиться от болезней холода, обрести защиту охранителей женского рода и в конце концов переродиться в Сукхавати.

Когда ощущаешь сильное желание, его можно использовать как путь в тот же самый период практики. Не бросай камень в свиной пятачок![18] Чисти масляный светильник, пока он ещё теплый! Убей врага, как только схватишь!

Сначала дай желанию вырасти в полную силу. Затем, пока карма ещё не создана, внеси его на путь. Поскольку именно твой ум укрепляет сосредоточенность на желании, то лишь только природа такого отношения забрезжит как неоформившаяся пробуждённость, благоприятный случай полностью созрел. Без такой основы — изначальной пробуждённости — желание не становится путём, как не видны отражения, если не очистить зеркало от грязи. Сила клеши развивается полностью.

Когда переживаешь эмоцию в состоянии изначальной пробуждённости, не создаётся никакой кармы. Её включают в

путь, не отсекая с помощью какой-то мысли, как в примере с философским камнем.

Истинный способ внесения клеши на путь заключается в том, что нужно увидеть природу желания и оставить его в естественном состоянии. Тогда эта природа ярко проявляется как обнажённая, свободная от умозрительных представлений пробуждённость, в которой недвойственно присутствуют блаженство и пустота.

Кроме того, осваивая такую практику, привноси желание на путь с помощью доброты, сострадания и бодхичитты. Сначала зароди намерение достичь просветления; затем будь свободна от умственных построений; и, наконец, наложи печать посвящением заслуг. Благодаря зарождению бодхичитты клеша становится путем просветления. Благодаря естественному пребыванию в состоянии, свободном от построений, возникает реализация. Благодаря же наложению печати посвящения совершенствуется накопление заслуг.

Не отвлекаясь, занимайся так каждой мыслью, начиная с того момента, как она возникает, и пока не привнесёшь её на путь. Во время между зарождением бодхичитты и посвящением заслуг не следуй ни за какой другой мыслью, иначе клеша не станет путём.

Точно также поступай с другими клешами: гневом, тупостью, гордостью или завистью. Не отвлекаясь, привнеси их на путь, затем пусть их природа проявится как изначальная пробуждённость. Дай им развиться в полную силу, не создавая никаких кармических действий.

Второе: что касается продвижения с помощью рассудочного мышления, то здесь две части: хорошие мысли и дурные

мысли. Первые бывают, когда в восторженном состоянии ума случается мимолётное «хорошее переживание», когда получаешь предсказание от божества или явные благоприятные знаки. При этом ты рассматриваешь все эти явления как нечто превосходное, думаешь об их достоинствах и смакуешь их вкус. Если ты пытаешься улучшить переживание, оно исчезает; если остаёшься к нему безразлична, то никакого продвижения не происходит.

Чтобы достичь продвижения, не увлекайся состоянием «хорошей» мысли, не привязывайся к нему как к благому качеству и не смакуй его вкуса. То, что ты считаешь «благом», — лишь плод твоего ума. Используя уже описанный метод, принеси его на путь, не отвлекаясь ни на какие другие мысли, пока природа ума не проявится как изначальная пробуждённость.

Другой вид переживаний — нежелательные: смятение ума или воздействие демонов. Обычно такие случаи считают чем-то неблагоприятным, ошибочным и смакуют их вкус. Если так поступать, они превращаются в препятствия. Не отвергай плохие мысли, не считай их чем-то неблагоприятным, не предавайся им. «Плохое» — это всего лишь иллюзорное творение твоего ума. Принеси его на путь, как было сказано, пока его природа не проявится как изначальная пробуждённость.

Всё сказанное до сих пор совершенно необходимо для пути йогина.

Что же касается плода совершенствования пути, то здесь есть четыре момента. Первый — как действовать на благо живых существ; второй — как пребывает ум мудрости; третий — как видеть тех, кого нужно укротить состраданием; и

четвёртый — опровержение неверных представлений других людей.

Во-первых, когда очищены мешающие пути омрачения, ты постигаешь врождённое изначально пробуждённое состояние. Здесь есть четыре аспекта: смысл, знак, природа и способ проявления. Пять кай — основа; пять способов речи передают понимание; пять направлений ума свободны от рассудочных представлений; пять качеств осуществляют необходимое и пять видов действий направлены на благо других.

Сначала о пяти каях. Дхармакая нерождена, чиста и ничем не ограничена, она служит основой четырёх кай-мудростей. Самбхогакая — это изначальная пробуждённость совершенных (*сам*) качеств, которые без привязанности наслаждаются (*бхога*) всем многообразием дхарм. Она служит основой видимых проявлений — *нирмана*. Нирманакая, не отделяясь от дхармакаи, волшебно проявляется *(нирмана)* в соответствии с образом мышления тех, кого предстоит укротить. Она служит основой для качеств мудрости, которые проявляются так, как необходимо для тех, кого нужно укротить. Ваджракая — это изначальная пробуждённость, нераздельность пустоты и осознавания, которая показывает таковость. Абхисамбодхикая — это нераздельное бесстрашие, постоянное в своей сущности. Она спонтанно познаёт все дхармы как не имеющую места пребывания изначальную пробуждённость, которая естественно осознаёт.

Второе — пять способов речи. Абсолютная речь дхармакаи, выраженное, есть абсолютно чистая пробуждённость,

которая составляет основу всех мыслей и выражений. Направленная символическая речь самбхогакаи есть изначальная пробуждённость, передающая смысл через видение телесного образа. Словесная речь нирманакаи есть изначальная пробуждённость, которая общается с шестью классами существ с помощью шестидесяти аспектов благозвучного голоса. Она даёт понимание смысла каждого слова в зависимости от способностей тех, кого нужно укротить. Речь ваджрной мудрости есть изначальная пробуждённость, сообщающая понимание недвойственной слышимой пустоты. Речь *абхисамбодхи* — естественно познающего осознавания — изначальная пробуждённость, которая познаёт все звуки как осознавание и освещает смысл с помощью благословения, наделённого пятью мудростями ума.

Третье — пять видов пробуждённого ума. Ум великого блаженства есть свободная от представлений пробуждённость пустотной природы. Ум без мышления есть изначальная пробуждённость, которая познаёт дхармы, не делая из них понятий. Ум равносности есть изначальная пробуждённость, в которой все дхармы представляют собой нераздельность видимых проявлений и пустоты. Ум, освобождающий живых существ, действует на благо живых существ, используя четырём действия свободы от привязанности.

Четвёртое, пять качеств — это царство, дворец, лучи света, трон и украшения. Царство дхармакаи — от природы чистое пространство дхармадхату. Царство самбхогакаи — «колесо света» естественной светоносности. Царство нирманакаи — слагающаяся из миллиарда составных частей *Саха-лока*.

Совет Рожденного из Лотоса

Дворец для дхармакаи — дхармадхату *Акаништхи*, для самбхогакаи — изначальная пробуждённость личного переживания, а для нирманакаи — мандала, возникающая из личного переживания.

Лучи света для дхармакаи — лучи пяти мудростей. Для самбхогакаи — естественное сияние мудрости, сверкающее пятицветным светом. Говорят, что у нирманакаи есть шестьдесят миллиардов лучей света, исходящих из всех частей тела.

Трон для дхармакаи — трон единого воззрения; для самбхогакаи — единое знание; для нирманакаи — единое сострадание.

Что касается украшений, то дхармакая обладает украшением нерождённой чистоты. Самбхогакая обладает украшениями нескончаемого естественного познавания, сверхъестественными большими и малыми признаками и десятью символическими украшениями. Это: корона, серьги, шейное украшение и короткое ожерелье, браслеты — на предплечьях, запястьях и лодыжках, — и длинное ожерелье. Украшениями нирманакаи являются тридцать два больших и восемьдесят малых признаков. Качества ваджракаи и абхисамбодхикаи не упоминаются.

Пять действий: усмирение кармы и клеш; увеличение продолжительности жизни, заслуг и естественно осознающей мудрости; повелевание умом, осознаванием и всеми дхармами сансары и нирваны; устранение всего, что не ведёт <к просветлению>; и прямое действие, реализующее естественное состояние.

Что же касается того, как действовать на благо живых существ, то здесь есть три вида: действие с опорой, действие без опоры и действие по природе.

Действовать с опорой — значит действовать на благо чистых существ через самбхогакаю, а на благо нечистых существ — через нирманакаю, взяв за основу недвойственную пробуждённость дхармакаи. Так проявляется присутствие мудрости.

Действовать без опоры — значит действовать на благо живых существ, проявляясь как две рупакаи, воспринимаемые теми, кто нуждается в усмирении, несмотря на то, что в пробуждённом состоянии будды нет мудрости, как принадлежности отдельного материального существа. Так проявляется отсутствие мудрости.

Действовать на благо живых существ по природе — значит действовать, выражая неотъемлемую природу всех вещей, которая есть абсолютное «ничто» и всё же проявляется всевозможными способами. Такова недвойственность [двух перечисленных способов].

Если продолжить объяснение, то «тот, кто действует» — это спонтанно присутствующие пять кай, называемые Ваджрадхара. Эти пять кай есть лишь подразделения качеств, а не пять конкретных, отдельных сущностей. Ваджракая и абхисамбодхикая — это названия аспектов трёх кай, а дхармакая, самбхогакая и нирманакая — это настоящие кай.

Дхармакая, будучи аспектом реализации на благо самого себя, не действует на благо живых существ, а две рупакаи действуют на благо других. Это означает, что самбхогакая действует на благо чистых существ, таких как бодхисаттвы десяти бхуми, нирманакая же действует на благо шести классов нечистых существ.

Совет Рожденного из Лотоса

Бескорыстная деятельность непостижимыми способами — это основа двенадцати деяний дхармакаи: шести сверхспособностей ума и четырёх непостижимостей. Если подразделить способы деятельности, то получится двенадцать аспектов высшей речи; если же их собрать вместе, то получится три собрания Трипитаки; если речь идёт о средствах, то всё это есть исправление-очищение; если же речь идёт о причине и следствии, то это колесницы Мантры и Анализа.

Сугаты пребывают как основное состояние ума-мудрости — нераздельность двух истин, — не впадающее ни в какие крайности и свободное от тождественности или различия. Конечный плод — реализовать изначальную пробуждённость и пребывать в ней нераздельно с всеведущим умом-мудростью просветлённых, не уклоняясь ни в какие крайности, не будучи ни одним, ни множеством, ни тождественным, ни другим.

Это основное состояние ума-мудрости свободно от единичности, поскольку из аспекта качеств Самантабхадры проявляются двадцать пять составляющих плода. Оно свободно от множественности, потому что это проявление двадцати пяти составляющих плода содержатся в единой самосущей пробуждённости ума Самантабхадры. Кроме того, [ум-мудрость] свободен от единичности, потому что в восприятии тех, кто нуждается в укрощении, он проявляется как будды трёх кай. И ещё он свободен от множественности, потому что будды, реальные и проявляющиеся в телесном облике, едины, поскольку пустотны и лишены «я». Если бы ум-мудрость был действительно одним, преображение состояний мышления было бы ложным, а будь он поистине множеством разных вещей, единый будда не проявлялся бы во множестве эманаций. Посему он пребывает вне тождественности и различия.

Образ видения тех, кто нуждается в укрощении, и отказ от неверных представлений, таков. То, что живые существа видят, есть их предрасположенность к укрощению. То, что видит, есть сострадание проповедующего Будды. Образ видения имеет три аспекта: мудрость знания [природы вещей] как она есть зрит, что дхармы не возникают. Мудрость знания всего сущего зрит, что дхармы не уничтожаются. Мудрость знания недвойственности зрит, что все дхармы недвойственны.

Теперь я опровергну неверные представления других людей.[19] Подумай: существуют ли в переживании будды видимые объекты, проявления предрасположенностей живых существ? Если эти переживания-заблуждения существуют, они должны быть реальными, потому что проявляются в истинном переживании. Следовательно, в конечном счете, они должны быть ложными. Если же это не так, то восприятие будды должно быть неправильным, потому что видит нечто таким, каковым оно не является. Это походило бы на сознание глаза, которое воспринимает две луны, потому что видит конкретно существующие материальные вещи.[20] Поскольку это не обязательно так, две истины неотделимы.

Эмахо!
Таков тайный, непревзойдённый круг <учений>
высшей колесницы,
Истинная суть абсолютного смысла,
Краткий путь к достижению состояния будды за одну
жизнь.
Установив с ним связь, вы, следующие моему совету, —
Становитесь счастливцами, любимыми детьми Уддияны!

Эта «Сокровищница, полная драгоценностей,
устраняющих препятствия»,
Есть незаменимый сияющий светоч, подобно свету
Солнца и луны, озаряющий стадию завершения.
В будущем назначенный судьбой тайный йогин,
Найдёт эти сущностные наставления,
А потому, Цогял, укрой их как клад-тэрма!
Двенадцать *богинь Тэнма*, охраняйте это учение!
Спустя шесть сотен и тридцать лет
С восточной стороны появится
Назначенный муж гневного вида,
Овладевающий кладами-тэрма, —
Вверьте это учение ему!
Когда тот назначенный человек
Ознакомится с этими наставлениями,
Он будет раскрывать их не кому попало,
А только узнав, кто достоин.

Так он сказал.

Благородная Цогял укрыла учение в ларце из белой раковины на северном склоне горы, напоминающей клубок ядовитых змей.

Это тэрма Ригдзин Гоки Дэмтру Чен, Видьядхара с Пером Грифа, извлёк из ларца из белой раковины, найденного на склоне горы, напоминающей клубок ядовитых змей.

Самая.
печать.
печать.
печать.

СОВЕТ О ТОМ, КАК ПРАВИЛЬНО ПРАКТИКОВАТЬ ДХАРМУ

Падмакара, гуру из Уддияны, прибыв по приглашению царя в Тибет, пребывал в Самье. Он дал много учений царю, его военачальникам и другим верующим в восточной части главного храма. Поскольку они не поняли его правильно, он повторно дал такой совет:

Гуру Падма сказал:

Сколько бы я ни учил, тибетцы не понимают; вместо этого они занимаются не чем иным, как неверными действиями. Если вы искренне хотите практиковать Дхарму, поступайте так:

Быть буддистом-мирянином *(упасака)* — не значит просто соблюдать четыре главных обета: это значит отринуть

неблагие деяния. Быть послушником (*шрамана*) — не значит просто принять чистоту внешнего облика: это значит правильно практиковать добродетель. Быть монахом (*бхикшу*) — не значит просто обуздать тело, речь и ум в повседневных делах и соблюдать многочисленные запреты: это значит объединить все корни добродетели с путём великого просветления.

Быть добродетельным — не значит просто носить жёлтое одеяние: это значит страшиться созревания кармы. Быть духовным другом — не значит просто принять важный вид: это значит быть доблестным защитником всех существ. Быть йогином — не значит просто вести себя вызывающе: это значит слить свой ум с природой дхарматы.

Быть практиком мантры — не значит просто бормотать заклинания: это значит быстро достичь просветления путём объединения метода и мудрости. Быть практиком созерцания — не значит просто жить в пещере: это значит осваивать истинный смысл [естественного состояния]. Быть отшельником — не значит просто жить в глухом лесу: это значит, что ум свободен от двойственных представлений.

Быть учёным — не значит просто осуществлять восемь мирских дхарм: это значит различать правильное и ложное. Быть бодхисаттвой — не значит отказаться от корыстных интересов: это значит усердно трудиться для освобождения всех живых существ от сансары.

Быть верующим — не значит проливать слезы, страшась смерти и перерождения: это значит вступить на истинный путь. Быть усердным — не значит заниматься без устали самыми разными делами: это значит упорно применять методы, позволяющие покинуть сансарное существование.

Быть щедрым — не значит просто отдавать с умыслом и пристрастием: это значит быть глубоко свободным от привязанности к чему бы то ни было.

Устные наставления не означают множество книг: это всего несколько слов, которые бьют прямо в цель, внося в твой ум самую суть смысла. Воззрение не значит просто философское мнение: это свобода от ограниченности умственных построений. Медитация не значит мысленное сосредоточение на чём-либо: это значит, что твой ум стойко пребывает в естественной способности познавать, свободной от сосредоточения.

Спонтанное действие не значит разнузданность поведения: это свобода от привычки держаться за иллюзорные ощущения как за реальность. Различающая мудрость (*праджня*) не значит острые способности ошибочного мышления: это понимание того, что все дхармы нерождены и свободны от умственных построений.

Обучение не значит только выслушивание учений: это отсечение ложных представлений и постижение, превосходящее способность рассудочного ума. Размышление не значит только рассудочное мышление и создание предположений: это отсечение ошибочной привязанности. Обретение плода не значит только, что из Акаништхи нисходят рупакаи: это распознание природы ума и устойчивое пребывание в ней.

Не заблуждайся, считая, что смысл учения ограничен словами. Объедини практику со всем своим существом и немедля обрети освобождение от сансары.

НАПРАВИВ ПОСОХ НА СТАРИКА

Когда великий гуру Падмасамбхава пребывал в Великом Ритоде в Самье, ему в течение года служил Шераб Гялпо из Нгога, необразованный человек шестидесяти одного года от роду, который имел сильную веру и глубоко почитал учителя. За всё это время старик никогда не просил дать ему учение, и учитель ничего ему не предлагал. Когда спустя год учитель собрался уезжать, этот человек из Нгога поднёс ему мандалу, украшенную цветком, на который ушла унция золота.

После этого он сказал:

Великий учитель, обрати на меня свою доброту. Во-первых, я необразован. Во-вторых, я не силён умом. В-третьих, я стар,

так что элементы моего тела уже износились. Прошу тебя, дай старику, что стоит на пороге смерти, учение — лёгкое для понимания, способное полностью устранить сомнения, простое для реализации и практики, имеющее действенное воззрение, которое помогло бы мне в будущих жизнях.

Гуру направил свой посох в сердце старика и дал такое наставление:

Слушай, старик! Загляни в пробуждённый ум своего осознавания! У него нет ни облика, ни цвета, ни середины, ни краев. Во-первых, он никогда не возникал, он пуст. Во-вторых, он не имеет места пребывания, он пуст. Наконец, он не имеет цели, он пуст. Эта пустота ни из чего не сотворена, она чиста и обладает способностью всё воспринимать. Если ты понял это и распознал её, — значит, ты узнал её естественное лицо. Ты понимаешь природу вещей, а значит, постиг природу ума, уяснил коренное состояние реальности и отсёк все сомнения касательно вопросов знания.

Этот пробуждённый ум осознавания не сотворён ни из какого вещества: он существует сам собой и заложен в тебе самом. Такова природа вещей, которую легко понять, потому что её нигде не нужно искать. Такова природа ума, что не разделяется на воспринимающего и воспринимаемое, на котором необходимо сосредоточиваться. Она выше крайностей вечности и прекращения. В ней нечему пробуждаться: пробуждённое состояние просветления есть твоё собственное естественно пробуждённое осознавание. В ней нет ничего, что отправлялось бы в ад: осознавание естественно чисто. В ней нет никаких практик, которые нужно было бы выполнять: в её природе заложена естественная способность познания. Это

Совет Рожденного из Лотоса

великое воззрение естественного состояния присутствует в тебе самом: пойми, что его нигде не нужно искать.

Если ты именно так понимаешь воззрение и хочешь применить его на практике, то, где бы ты ни был, — ты всегда в ритоде своего тела. Что бы ты ни видел вокруг себя, — всё это естественно возникающая проявленность и естественно пустая пустота: оставь всё как есть, ничего не создавая умом. Естественно освобождённые проявления становятся твоими помощниками, и ты можешь практиковать, приняв внешнее видение как путь.

Что же касается того, что внутри, то, какие бы движения ни происходили в твоём уме, какие бы мысли ни приходили, — всё это не имеет сущности, всё есть пустота. Мысли освобождаются естественным образом. Помня о сущности своего ума, ты можешь принять мысли как путь — такая практика легка.

Что же касается тайного совета, то какая бы клеша ни проявилась, взгляни на неё в упор, и она бесследно исчезнет. Так естественно освобождаются клеши. Это простая практика.

Если ты умеешь так практиковать, твоя медитация не будет ограничена временем отдельных занятий. Когда знаешь, что все вокруг — твои помощники, переживания при медитации неизменны, изначальная природа беспрерывна, а поведение раскованно. Где бы ты ни был, твоя изначальная природа всегда с тобой.

Когда ты постигаешь это, твоё материальное тело может быть старым, но бодхичитта не старится. Для неё нет разницы между молодостью и старостью. Изначальная природа — вне пристрастий и предубеждений. Если ты понимаешь, что осознавание, изначальная пробуждённость присутствует в

тебе самом, нет никакой разницы между острым и притупленным восприятием. Если ты понимаешь, что твоя изначальная природа, свободная от пристрастий и предубеждений, присутствует в тебе самом, нет разницы между большими и малыми познаниями. Пусть даже твоё тело, опора ума, рассыплется в прах, — дхармакая мудрости осознавания нескончаема. Когда ты научишься твёрдо пребывать в этом неизменном состоянии, не будет никакой разницы между долгой или короткой жизнью.

Старик, практикуй истинный смысл! Прими эту практику близко к сердцу! Не путай слова и смысл! Не разлучайся со своим другом, усердием! Обними всё своим вниманием! Не трать время на праздные разговоры и бесцельную болтовню! Не преследуй заурядные цели! Не тревожься о потомках! Не слишком заботься о еде и питье! Реши умереть обычным человеком! [21] Твоя жизнь подходит к концу, так будь же усерден! Практикуй эти наставления для старика, что стоит на пороге смерти!

Поскольку гуру направил посох в сердце Шераба Гялпо, это наставление называется «Направив посох на старика». Шераб Гялпо из Нгога обрёл освобождение и реализацию.

Записано княжной из рода Карчен на благо будущих поколений. Называется это наставление «Направив посох на старика».

УСТНЫЙ СОВЕТ ПО ПРАКТИКЕ

НАМО ГУРУ ДЭВА ДАКИНИ ХУМ

Великий гуру Падмакара, поддерживающий жизненный столп слов всех будд, помог народу Тибета войти во врата Дхармы. Желая принять прибежище в Трёх Драгоценностях, люди не знали, как обратить свой ум к практике. Когда их постигали несчастья вроде болезни, они трусливо прибегали к гаданиям, шаманским заклинаниям и астрологии. Поэтому Падмакара дал им этот устный совет по практике. Практикующие тибетцы эпохи упадка, выслушайте его внимательно!

Чтобы ваша духовная практика имела смысл, применяйте её всегда, когда есть нужда в таком средстве. Если вы попали в беду, помните о Трёх Драгоценностях, объектах прибежища! В любых повседневных действиях: при ходьбе, при разной

работе, лежа и сидя — помните об учителе, сидящем на вашей макушке! Из-за отхода от бодхичитты корень Махаяны загнивает. Поэтому никогда не отделяйтесь от пробуждённости ума, направленного на высшее просветление!

Если, подавая милостыню, терзаешься жадностью, это ведёт к перерождению голодным духом, поэтому не впадайте в скаредность, даже отдавая сущий пустяк! Если, соблюдая обеты целомудрия, терзаешься страстью, это ведёт к перерождению в аду гниющих трупов, поэтому не поддавайтесь похоти! Если, упражняясь в терпении и бодхичитте, терзаешься гневом, это приводит к мучительным ощущениям, будто тебя сжигают в плылающей печи в железном ящике, поэтому никогда не расставайтесь с бронёй терпения!

Если, пытаясь достичь непревзойдённого просветления, поддаётесь лени, помните, что ваша жизнь укорачивается с каждым мгновением, поэтому не становитесь жертвой праздности! Конец жизни наступает так же неизбежно, как день сменяется ночью, — помните об этом!

Придерживаясь размеренной духовной практики, очень важно посвящать заслуги соблюдения обетов шесть раз в течение суток! Спать наподобие обычного трупа — значит быть ниже коровы! Не практиковать Дхарму, обретя человеческое тело, — более отвратительно, чем быть гниющим прокажённым! Не бояться созревания кармы, зная о добрых и дурных поступках, — равносильно безумию! Поймите, что даже малый проступок, созрев, может породить гору страдания! Помните об этом!

Чрезвычайно важно бережно, как к собственному сердцу, относиться даже к самому малому доброму делу! Лишить жизни другое существо — все равно что убить собственных

родителей или детей! Ощутить желание при виде женщины — значит создать причину перерождения в чреве, поэтому применяйте противоядие отречения! Намереваться взять то, что принадлежит другому и не отдано тебе, — значит создать причину перерождений в нищете и нужде в течение многих кальп. Не забывайте о тяготах работы в поле, со скотом или рабского труда в этой жизни!

Не следует впадать в отчаяние, думая: «Разве может человек с такой кармой, как у меня, практиковать Дхарму?» Даже благословенный Будда Шакьямуни некогда был Нангдже, сыном горшечника! Не проявляйте гордость или самодовольство из-за какой-то ничтожной заслуги, которой вы, возможно, обладаете. Ни один из будд не проявляет никакого высокомерия, хотя их всеведение и качества безмерно велики!

Если на вас обрушивается несчастье, а вы, вместо того чтобы возложить свои надежды на Три Драгоценности, прибегаете к шаманским ритуалам и ищете покровительства у мирских духов, — это признак неверного понимания учений Великой Колесницы! Не будьте помехой учению Будды!

Если придёт беда или болезнь, думайте: «Это расплата за мои кармические долги в прошлых жизнях, она очищает мою дурную карму!» Какая бы радость ни случилась, воспринимайте её как милость Трёх Драгоценностей, пробудите в себе сильное чувство преданной благодарности! Если кто-то относится к вам с враждебностью и злобой, думайте так: «Это добрый друг, помогающий мне развивать терпение!» Думайте: «Этот помощник послан мне победоносными!»

Проявляя к вам любовь и привязанность, ваши друзья и родственники опутывают вас узами сансары, поэтому думайте: «Эти узы — препятствия, посланные Марой, чтобы

помешать мне достичь высшего просветления!» Думайте также: «Все живые существа трёх миров — мои родители. Как жаль, что мои родители блуждают в сансаре! Но мало просто пожалеть их: с помощью четырёх безмерных и других методов я должен выводить их из сансары, пока сансара не исчерпается!» Запомните это!

Какие бы радости и соблазны ни выпадали вам в этой жизни, думайте: «Это происки Мары, пытающегося не допустить, чтобы я обрел высшее просветление! Этот Мара страшнее ядовитой змеи!» Помните об этом! Быть может, в этой жизни у вас есть все блага, но они недолговечны, тщетны и преходящи. Помните об этом!

Какие бы цели вы ни ставили себе в этой жизни, все они мимолётны и приносят лишь суетные тревоги. Помните об этом! Направьте свои усилия на отказ от таких заблуждений! Всем известно, что, умирая, <даже царь> должен расстаться со своим царством, со всеми богатствами и радостями! В этот час ничто не поможет вам, кроме Дхармы. Помните об этом! [22]

Ныне надлежит стремиться к тому, чтобы на пороге смерти у вас было благое окружение. Это самое главное! Помните об этом! Что же касается этого окружения, то в жизни важно окружить себя тем, что помогает достичь высшего просветления. Помните об этом! Если пришла беда, поймите, что это учитель, направляющий вас к благу, и что нет добрее этого учителя! Помните об этом!

Если ваше тело поразит тяжкая болезнь, думайте: «Это плеть, подгоняющая меня на пути к просветлению. Это объект прибежища, наставляющий меня на путь». Рано или поздно придётся покинуть бренное тело, и оно станет

Совет Рожденного из Лотоса

обычным трупом. От этого никуда не уйдёшь! Если вы ощущаете привязанность к этой совокупности из плоти и крови, принимая её за самого себя, думайте: «Это злой дух, поселившийся в моем сердце!» Не отвлекаясь, делайте всё возможное, чтобы избавиться от этого злого духа! Переживания мирской жизни лишены собственной природы, как сон или иллюзия. Помните об этом!

Вы и все другие пребывают в заблуждении, не понимая, что объекты лишены собственной природы. Такое заблуждение надлежит немедленно отослать обратно в дхармату. Не забывайте об этом! Если вы этого не сделаете, придётся бесконечно блуждать в сансаре и терпеть невыносимые страдания. Оставьте все другие дела и занимайтесь одной лишь практикой Дхармы, которая позволит вам достичь высшего просветления. Это самое важное! Что касается практики Дхармы, то недостаточно просто «попрактиковать». Необходимо выполнять глубокие учения правильно. Помните об этом!

Если практиковать правильно, течение сансары обращается вспять. Если это течение обращено вспять, поток великого блаженства становится неиссякаемым. Помните об этом! Практикующие грядущих поколений не услышат этого моего совета. Они будут верить в гадания и шаманские заклинания и пребывать в заблуждении. Помните об этом!

Внимательно слушая наставления и правильно применяя их на практике, вы непременно получите благословения! Наполнив сердце добротой, вы будете любимы всеми живыми существами. Если ваше сердце полно сострадания, все будут лелеять вас как собственное дитя. Если ваше сердце не имеет пристрастий, вас не коснутся враждебность и

предубеждённость. Если ваше сердце переполняет радость за других, ваши поступки будут в ладу со всеми.

Если откажетесь от мысли вредить другим, будете встречать меньше враждебности. Если усмирите свой ум и будете щедры, вокруг вас соберётся много последователей. Если откажетесь от зависти и самомнения, о вас будут меньше злословить. Прекратив кипучую деятельность и суету, совершите меньше ошибок.

Если ваш ум откажется от алчности, пища, богатство и всё, что радует, появятся сами собой. Если будете искренне соблюдать заповеди <нравственности>, ум ваш станет послушным. Если у вас больше не будет честолюбивых замыслов и желаний, накопления <заслуг> завершатся сами собой. Если поймёте признаки сансары, ваш ум отвратится от мирских целей.

Если ваш ум погружён в глубокое учение дхарматы и вы применяете его на практике, то вы столкнётесь с множеством несчастий и препятствий.[23] Если общаетесь с выдающимся учителем, его качества непроизвольно будут влиять на вас. Если вера в Три Драгоценности неисчерпаема, вы быстро получите благословения.

Если вы учитесь и размышляете без предубеждения, то будете проявлять меньше сектантской ограниченности касательно учений и философских школ. Если практикуете глубокие пути зарождения и завершения, получите силы и благословения. Если ваш внешний вид не противоречит мирским условностям, будете меньше подвергаться осуждению.

Если откажетесь от одержимости привязанностью и влечением, ваши тело и ум будут раскованы. Если будете

практиковать в ритоде, появятся переживания. Если отбросите заботу о своём «я» и привязанность к нему, вам не повредят чинимые Марой препятствия. Если ваш ум обратится внутрь самого себя, изнутри проявится дхармата.

Если постоянно занимаетесь практикой, появятся бесконечные заслуги. Если распознаёте природу ума, измышления и усилия освобождаются естественным образом. Если понимаете, что сансара и нирвана есть дхармакая, вам не нужно прилагать усилий к практике медитации. Если ваша практика свободна от лености, вы не испытаете сожалений на пороге смерти.

О счастливцы, соедините ум с Дхармой, и в вас проявится блаженство состояния будды!

Слушайте же! Если не укротите свои клеши, то всегда будете встречать врагов и противодействие, — это бессмысленно, так дайте же своему уму свободу!

Пусть вы стараетесь заботиться о своей семье и друзьях — на пороге смерти все другие действия, кроме благотворных практик Дхармы, окажутся бесполезны.

Так занимайтесь же неустанно духовными практиками мыслью, словом и делом!

Пусть вы стремитесь к мирским славе и ценностям — если вы не следуете учениям Будды, то такая деятельность станет лишь причиной вашего дальнейшего погружения в сансару. Так держитесь же твёрдо учений Будды!

Пусть ваш замок из камня и глины прекрасен — если вы не пребываете в крепости неизменного, то вам придётся с ним расстаться. Так не покидайте же крепость неизменного!

Пусть вы собрали много богатств и владений — после смерти вы сможете воспользоваться только двумя накоплениями сокровищ. Так копите же эти два сокровища изо всех сил!

Пусть вы наслаждаетесь всевозможными яствами — если не припали к нектару истинной природы, они обращаются в кучу нечистот. Так вкушайте же нектар сокровенных наставлений!

Пусть вы нежно лелеете свое тело из плоти и крови и привязаны к нему, будто оно и есть вы сами, — если вы не достигнете нерождённой дхармакаи, то его скоро не станет, ибо оно лишь временное сочетание элементов. Так дорожите же нерождённой дхармакаей и стремитесь к ней!

Пусть вы водитесь с тысячью дорогих друзей — если вы не сблизитесь с методом и мудростью, то скоро разлучитесь с ними. Так пусть вашими друзьями станут метод и мудрость!

Пусть вы будете прославлены в тысячах вселенных — если вы не познаете свою непостижимую и невыразимую сущность, то слава — это только попытки Мары вас соблазнить. Так стремитесь же к невыразимой, непостижимой и неописуемой словами сущности!

Пусть у вас есть власть и могущество владыки вселенной — если вы не овладели собственным умом, то на пороге смерти у вас все равно не будет силы свободы. Так обретите власть над своим умом!

Пусть вы обладаете храбростью непобедимого воина — если вы не овладели силой разума — различающим знанием, то не сумеете одержать верх в битве с сансарой. Так вооружитесь же силой различающей мудрости!

Пусть вы умеете говорить, как Лев Речи [Манджушри], — если вы не восприняли сердцем изначально чистую природу

звучания пустоты, то никакие речи не помешают созреванию кармы. Так примите же в сердце изначально чистую природу пустого звука!

Пусть под вами наилучший скакун — если вы не открыли великого блаженства в себе самом, никакой конь не унесёт вас от страданий сансары. Так ищите же природу великого блаженства!

Пусть телом вы прекрасны как бог — если вы не украсите себя высшими достоинствами состояния будды, оно не обманет Демона Смерти. Так украсьте же себя превосходными добродетелями победоносных!

Ничто не спасёт вас от клеш, если вы не ищете защиты у своего учителя и Трёх Драгоценностей. Так придите же под защиту гуру и Трёх Драгоценностей!

Если не поймёте, что ваш ум есть будда, множество рассудочных мыслей введут вас в заблуждение!

Короче говоря, все ваши многочисленные мирские заботы, которые не являются причинами освобождения или дарующего всеведение просветления, не только тщетны, но и навлекают на вас всё новые страдания сансары. Поэтому очень важно всем своим существом, душой и сердцем, мыслью, словом и делом стремиться к высшему просветлению!

И ещё слушайте! Люди не отвращают ум от мирских забот, потому что не понимают закона причины и следствия, а также особенностей сансары. Причина сансары кроется в неспособности отвергнуть двойственную привязанность к своему «я». Поскольку в пробуждённом состоянии ума «я» и другие существа есть одно, у людей, которые делают различия между собой и другими, нет здравого смысла! Поскольку все до

одного существа трёх миров были вашими любящими родителями, у людей, которые считают одних врагами, а других — друзьями, нет здравого смысла!

Поскольку в данное время мы должны разделить сансару и нирвану, у людей, которые находят время преследовать мирские цели, нет здравого смысла! Поскольку эта жизнь кратка, как ночлег в кочевом шатре, у людей, занятых строительством домов и дворцов, нет здравого смысла! Поскольку это тело полно нечистот и страдает даже от прикосновения колючки, у людей, которые цепляются за него, считая, что оно и есть они сами, нет здравого смысла!

Поскольку родные и друзья невечны и умирают, у людей, которые ожидают вечной жизни, нет здравого смысла! Поскольку ты уйдёшь из жизни с пустыми руками, у людей, добывающих еду и богатства разными преступлениями, нет здравого смысла! Поскольку всё, что мы видим вокруг, меняется и исчезает, у людей, которые ожидают, что их наслаждения будут длиться вечно, нет здравого смысла!

Поскольку жизнь укорачивается, как тень от солнца, у лентяев и бездельников нет здравого смысла! Поскольку практика Дхармы обеспечивает счастье и в этой жизни, и в будущем, у людей, которые чуждаются её и вместо этого ведут семейную жизнь, нет здравого смысла! Поскольку точно известно, что за совершение дурных дел люди попадают в низшие миры, у тех, кто не боится созревания кармы, нет здравого смысла!

У людей, которые сейчас не в силах стерпеть прикосновение единственной искры, но надеются вынести горячие ады, нет здравого смысла! У тех, кто не в силах вытерпеть на морозе единую ночь, но надеются вынести холодные ады, нет

здравого смысла! У людей, неспособных потерпеть без еды и питья хотя бы три дня, но надеющихся вынести страдания голодного духа, нет здравого смысла! У людей, которые неспособны хотя бы недолго тащить поклажу, но надеются перенести страдания вьючных животных, нет здравого смысла!

Поскольку сейчас настало время, когда нужен добрый совет, у тех, кто не слушает учений гуру, нет здравого смысла! Поскольку сейчас настало время, когда человек достиг некоторой свободы выбора, у людей, которые делают себя рабами чувственных наслаждений, нет здравого смысла! Если в надежде наслаждаться счастьем в будущих жизнях люди хотя бы на краткий миг пренебрегают практикой Дхармы, у них нет здравого смысла!

Смерть — ваш неизбежный удел, начиная с самого рождения, — у людей, которые откладывают всё на завтра и не замечают близости смерти, нет здравого смысла! Теперь у вас есть выбор: идти вверх или вниз — у людей, которые не занимаются дарующими освобождение практиками Дхармы, нет здравого смысла! Сансарные действия приносят только беды — у людей, которые не отказались от такого ими же порождённого страдания, нет здравого смысла! Поскольку блуждания в сансаре бесконечны, у людей которые постоянно обманывают самих себя, нет здравого смысла!

В наш век упадка люди сами себя обманывают, сами себе дают дурные советы, сами себя делают глупцами, сами себе лгут и сами себя дурачат. Как печально, что, получив человеческий облик, люди имеют не больше здравого смысла, чем вол!

Слушайте же ещё! Вы, кто от всего сердца желает практиковать Дхарму, поступайте так: с верой и с постоянством

речного потока следуйте своему учителю и Трём Драгоценностям! Относитесь к своему окружению, слугам и всем остальным живым существам с добротой и состраданием, заботясь о них, как мать заботится о единственном дитя!

Обретите силу и способность и освобождайте врагов Дхармы Будды — будьте могучи, как удар молнии! Не ленитесь, но усердно творите благо мыслью, словом и делом, действуя без промедления, как красавица, у которой загорелись волосы! Умейте отличить добро от зла и проявляйте внимание, тонкое, как ячменная мука, к причине и следствию кармических деяний, остерегайтесь недобродетели, как яда!

Примите непоколебимое решение подражать деяниям всех возвышенных и благородных предков и следовать примеру святых![24] Перед лицом всех гуру, йидамов, дакини и охранителей Дхармы примите обеты и тщательно, с чистой совестью их соблюдайте! Будьте образцом терпения и не наносите другим вреда!

Что бы вы ни делали, никогда не отдаляйтесь от истинного смысла, но все свои помыслы, слова и дела обращайте к Дхарме! Не осуждайте других, а повинитесь в собственных ошибках! Всеми подходящими способами помогайте верующим войти в Дхарму, применяя учение условного или окончательного смысла!

Все виды непостоянства, такие как смерть или разлука, — это знак для вас, поэтому обращайте на них внимание! Не предавайтесь множеству отвлекающих дел, а расслабляйте тело и ум! Практикуйте, применяя глубокие наставления к своему состоянию ума!

Как бы вы ни нуждались, не добывайте пропитание нечестными способами! Если ваш ум охватит страх, не будьте враждебны по отношению к чинящим препятствия духам! Даже ради целого царства не причиняйте вреда другим существам!

Поскольку время смерти неведомо, овладейте твердыней природы ума! Отыщите знающего учителя, всегда почитайте его, представляя на макушке своей головы, и увеличивайте в себе жажду веры и почитания!

Поскольку вы не знаете, что нужно в этой жизни, изучайте все области знания![25] Как бы образованны вы ни были, самомнение даёт опору демону несчастий, поэтому усмиряйте свою гордость!

Стремитесь жить в укромных ритодах, поскольку уединение — источник счастья! Не будьте распутным домохозяином, потому что это служит причиной несчастий и в этой жизни, и в будущих! Поскольку спутники влияют на ваши повседневные дела, общайтесь с людьми, которые дружат с Дхармой!

Пока не достигнете реализации, упражняясь в медитации, не хвастайте и не ведите себя вызывающе! Отбросьте предубеждение и слепую привязанность, поскольку это цепи сансары! Не лицемерьте и ничего не делайте напоказ, потому что все мудрые презирают такое поведение!

Не оставайтесь среди обычных людей: дурное поведение легко оскверняет! Не возлагайте надежд ни на что в сансаре: всё есть иллюзия! Обретите уверенность в собственном уме: пробуждённое состояние не пребывает где-то вне его!

Отвергнув и приняв поведение, как предписано в этих советах, вы будете опорой учения Шакьямуни.

И ещё послушайте! Если вы всем сердцем желаете практиковать Дхарму, опирайтесь в своей практике на соблюдение обетов, которые подобны земле!

Осваивайте колесницы философии в воззрении, подобном бескрайнему пространству! Различая все подробности ясно, как цвета радуги, храните в уме все учения, не смешивая их между собой!

Направляйте тех, кому выпало <познакомиться с Дхармой>, как постепенно снимают слои коры с дерева! Избранных и достойных учеников воспитывайте устными наставлениями заботливо, будто ухаживаете за саженцами!

Помните практику медитации также ясно и чётко, как цветы осенью! Подобно целителю, повсюду собирайте наставления и применяйте их по мере надобности! Проявляйте умеренность, как при добавлении соли в пищу!

Отважно преодолевайте несчастья, подобно дикому яку, устремившемуся вверх по долине! При появлении клеш избегайте их, как ненавистных врагов! Зародив в себе их противоядие, изначальную пробуждённость, храните её в своем потоке бытия, как зеницу ока! Устраняя ложные представления и сомнения с помощью изучения и размышления, служите учителю с проворностью молодого оленя! Что касается мирских дел, будьте упрямы как старый бык, не позволяя никому водить себя за нос! Упражняясь в четырёх безмерных, уравнивайте их с долготерпением овцы!

Когда настанет время применить знания в диспуте, пусть ваш разум будет неотразим, как меч воина! Познавая смысл с помощью размышления, укрощайте вялость и возбуждённость, как укрощали бы дикого жеребца! Осваивая переживание, отбросьте все мирские заботы, как знатный человек, заболевший проказой!

Короче говоря, чтобы быстро пробудиться и достичь высшего просветления, самое важное — наблюдать себя при всех

обстоятельствах; что же касается причин и следствий, владейте собой с осмотрительностью новобрачной!

И ещё слушайте! Чтобы зародить в себе доброту, необходимы спокойный нрав и мягкая речь! Любознательность и деятельный ум дают благое качество — способность легко почувствовать веру. Почтительность и скромность дают благое качество — усердие в практике Дхармы.

Выпавшие на вашу долю страдания и беды дают благое качество — обращение помыслов к Дхарме. Честность и надёжность приносят благое качество — способность переносить трудности. Постоянство и глубокая преданность порождают благое качество — способность по-настоящему служить своему учителю.

Равнодушие к благам и высокому положению дают благое качество — умение избежать сектантства в Дхарме. Отсутствие интереса к мирским делам даёт благое качество — лучшую способность хранить в памяти святую Дхарму. Верность своему слову приносит благое качество — умение находиться в согласии с Дхармой.

Решительность и настойчивость дают благое качество — совершенство в практике Дхармы. Улыбчивость и обходительность дают благое качество — умение хранить чистоту самаи в отношениях с братьями в Дхарме. Непринуждённость и непосредственность в повседневных делах дают благое качество — способность прямо отсекать рассудочное мышление.

С другой стороны, если эти качества присутствуют сверх меры, они могут стать изъянами. Так есть опасность, что люди

со спокойным нравом и мягкой речью могут стать жертвой изъяна — притворства и недобросовестности. Изъян любознательных людей с быстрым умом — склонность быстро забрасывать практику Дхармы. Изъян людей почтительных и скромных — неумение оставить мирские дела.

Опасность для людей, переживающих много страданий и бед — отсутствие свободного времени для практики Дхармы, если даже они намерены ей заниматься. Опасность для честных и доверчивых людей — изъян непонимания Дхармы. Изъян людей постоянных и преданных своим близким — неумение отсечь путы мирских дел. Опасность для людей равнодушных к благам и положению — склонность не применять противоядия в практике святой Дхармы. Опасность для беспечных в мирских делах — неспособность завершить практику Дхармы. Опасность для верных своему слову — грубая речь, вызывающая ссоры и раздоры.

Опасность для людей решительных и настойчивых — трудность избавиться от недоброжелательности. Опасность для улыбчивых и обходительных — излишнее притворство и склонность к выдумкам. Опасность для нецелеустремлённых и непосредственных, которые не слишком утруждают себя практикой Дхармы, — изъян замедления созревания кармы.

Обращаюсь ко всем, кто вошёл во врата Дхармы: если вы отбросите все недостатки и обретёте все достоинства, то без труда осуществите непревзойдённое просветление. Так помните же об этом!

Выслушайте ещё кое-что. Есть много людей, поведение которых расходится с Дхармой, хотя они и вошли в её врата.

Поэтому вы должны быть уверены, что с вами этого не случится. Пусть ты принял монашеские обеты — если способы добывания пропитания и имущества у тебя такие же, как у домохозяина, ты не практик Дхармы. Пусть ты отказался от мирских дел — если не прекратил обыкновенного пустословия, ты не практик Дхармы.

Пусть ты живешь в ритоде — если занимаешься там тем же, что и обычные люди, ты не практик Дхармы. Пусть ты покинул родину — если не отсёк узы, связывающие с мирскими людьми, ты не практик Дхармы. Пусть ты усердно занимаешься практикой — если не отвратил ум от желания, ты не практик Дхармы.

Пусть ты предаёшься аскетизму — если не можешь снести обиды от других людей, ты не практик Дхармы. Пусть ты практикуешь стадии зарождения и завершения — если надеешься устранить препятствия с помощью гаданий и шаманских ритуалов, ты не практик Дхармы. Пусть ты упражняешься в недвойственности — если ждёшь помощи от богов и страшишься вреда от демонов, ты не практик Дхармы.

Пусть ты вступил на путь Махаяны — если не стараешься приносить пользу живым существам, ты не практик Дхармы. Пусть ты трудишься на благо живых существ — если твоя самая сокровенная цель не совпадает с бодхичиттой, ты не практик Дхармы. Пусть ты понял воззрение — если не страшишься созревания кармы, ты не практик Дхармы.

Пусть ты постиг девять последовательных колесниц — если не объединил свой ум с Дхармой, ты не практик Дхармы. Пусть ты всё время сосредоточенно медитируешь — если не избавился от одержимости видимыми проявлениями как реальностью, ты не практик Дхармы. Пусть ты овладел тремя

основами учения — если тобой движет честолюбие, ты не практик Дхармы.

Какой бы духовной практикой ты ни занимался — если её не охватывает тройственное совершенство подготовки, главной части и заключения, ты не практик Дхармы. Пусть ты проявляешь непосредственность во всех действиях ума, речи и тела — если впадаешь в обычные клеши, ты не практик Дхармы. Люди, которые отказываются от практик, дающих реализацию прямо сейчас, взамен возлагая надежды на реализацию в будущем — не практики.

Если надеешься в будущем обрести плод, не пытаясь распознать истинное лицо своего ума, ты не практик. Пусть ты совершаешь кармические поступки, основанные на добродетели, — если не отбросил восемь мирских забот, ты не практик Дхармы.

Люди будущего, восемь мирских забот — это дерзкие демоны, которые живут в каждом человеке, и высоком, и низком. Вот в чём они заключаются: радоваться, когда тебя хвалят, печалиться, когда хулят; радоваться славе и печалиться бесславию; радоваться удовольствиям и печалиться из-за неприятностей; радоваться приобретениям и печалиться из-за потерь.

Вы должны разобраться в себе, чтобы понять: обусловлены ли все благие корни, которые вы создали в прошлом деяниями ума, речи и тела, этими восемью заботами, не присутствуют ли они в нынешних деяниях и не будут ли определять будущие!

Все люди будущего, последователи Падмасамбхавы, какой бы практикой вы ни занимались, практикуйте безошибочный путь, дабы быстро обрести великое просветление состояния

будды! Практикуйте обширный и глубокий смысл! Практикуйте, ибо обладаете всеми учениями истинно и совершенно пробуждённого!

Практикуйте, так, чтобы ум каждого отдельного человека обладал смыслом девяти постепенных колесниц, из которых каждая последующая является завершением предыдущей![26] Практикуйте любую цель или действие, осознавая, что достигать нечего!

Практикуйте в состоянии, в котором все дхармы сансары и нирваны есть единая сфера дхармакаи! Практикуйте только в согласии с этими моими наставлениями! Практикуйте без сомнений и колебаний относительно плода просветления!

Таков устный совет относительно поведения, дарованный членам тибетской сангхи и всем, кто желает практиковать Дхарму Будды.

Самая.

Пусть найдёт он достойных людей, имеющих кармическую связь!

ПОСВЯЩЕНИЕ ЗАСЛУГ — ДРАГОЦЕННОСТЬ, ИСПОЛНЯЮЩАЯ ЖЕЛАНИЯ

НАМО ГХУРУ ДХЭВА ДАККИНИ ХУМ

Ныне я разъясню «Исполняющую желания сокровищницу, полную драгоценностей»,

Метод посвящения корней
Вашей добродетели, сколько бы их ни было,
Всех заслуг, что вы накопили, накопите,
Или тех, которым радуетесь сейчас,
Великому и непревзойдённому просветлению!

Радуйтесь решимости посвятить эти благие корни, что заложены на благо отдельного человека, непревзойдённому состоянию просветления! Дабы это произошло, важно, чтобы

присутствовали три условия: посвящаемое благое деяние, получатель, и мысль о посвящении.

Практик Тайной Мантры считает чистым полем заслуг учителя — именно об этом упоминается в *Шри Гухьясамадже*:

В начале каждого подношения
Отложи все другие подношения
И начни с подношения своему учителю,
Поскольку, радуя его, ты достигаешь реализации,
Высшего состояния всеведения.

Сутры учат, что чистое поле заслуг — это Сангха. В «Сутре об увеличении добродетели» говорится:

Будучи сокровищем всех учений
И открывателем всех врат,
Те, кого называют членами Сангхи,
Есть Сангха, которую всем надлежит поддерживать.

Обычно же чистым полем заслуг считаются Три Драгоценности. Говорится:

Нет учителя, подобного Будде.
Нет защитника, подобного Дхарме.
Нет поля, подобного Сангхе.
Посему я делаю это подношение Трём Драгоценностям!

В одной сутре говорится: «Последователи низших колесниц считают, что превыше всего — поле. Например, посеяв семена — причину — на превосходном поле и заботливо

ухаживая за ними: удобряя почву, разбивая комья и так далее, мы получим обильный урожай — следствие.

Так и при чистом поле заслуг следствие возрастает во много раз».

Последователи Махаяны считают, что важнее более низшие получатели и поддерживают немощных, отверженных и одиноких. В одном тексте сказано:

Тех, кто пребывает в скорби и лишён друзей,
Больных и немощных,
Старых и отверженных, лишённых органов чувств,
Нуждающихся, голодающих и нищих —
Всех этих беззащитных должны поддерживать
бодхисаттвы.

Этим чистым получателям — высшим или низшим — мы делаем подношения. Высшим мы посылаем подношения как материальные, так и воображаемые.

Мы подносим вам океан внешних, внутренних
и тайных подношений:
Непревзойденные облака даров Самантабхадры,
Как материальных, так и воображаемых,
Заполняющие всё обширное чистое пространство.[27]

Говорят, что низшим получателям, совершая четырёхчленное даяние, следует подносить предметы, которые не осквернены дурными делами, например, нечестно нажиты. По этому поводу в одной из сутр говорится:

Не краденое, не добытое грабежом, не взятое у монаха,
Не наносящее вред,
Но то, что ценят и чему радуются,
А лучше всего — то, в чём нуждаются.

Ещё сказано:

Помогай бедным и немощным
Четырёхчленным даянием
Съестного и приятных для чувств предметов,
Но не того, что связано с дурными делами или оружием,
И не пищи, отравленной нечестным способом
приобретения.

Создайте такое намерение с чистым отношением к чистому полю заслуг. Породите в себе веру в тех, кто выше, сострадание к тем, кто ниже, а также бодхичитту. Сказано:

Движимые верой и состраданием,
С мыслью бодхи делайте даяния на благо других.
Направьте их посвящением заслуг и благопожеланиями
И запечатайте постижением отсутствия трёх сфер.[28]

Сказано также:

Имея чистое отношение
Ко всем чистым объектам,
Подноси или отдавай самое лучшее.
Если посвящаешь подношение состоянию высшей
колесницы

И запечатываешь постижением отсутствия трёх сфер,
Такое посвящение — самое главное.

Так, благодаря объединению объекта подношения, подносимого и намерения с благом, которое вы посвящаете, создаётся накопление заслуг. Чему же следует посвящать эти благие деяния? И по какой причине или с какой целью их нужно посвящать?

Процитируем Великую Мать Праджняпарамиту: «На пути бодхисаттвы следует посвящать все добродетели или благие корни состоянию полного всеведения, а не состоянию шравакн или пратьекабудды».

Итак, посвящайте заслуги причине обретения плода полного всеведения, состояния всеведущего будды. Касательно разных типов учителей, которые дают посвящения, Падмаваджра сказал:

Те, кто понимает естественное состояние воззрения,
Те, кто полностью овладел самадхи,
Те, кто обладает состраданием-бодхичиттой
И всеми признаками овладения знанием, —
Такие возвышенные духовные друзья
Есть самые выдающиеся учителя для посвящения заслуги.

Лучше всего, если поблизости есть такой учитель, если же его нет, то сказано:

Перед тем, кто обладает высшей верой и намерением,
Сам будда предстанет, как будто во плоти.

И ещё:

В надлежащее время:
Новолуние, полнолуние и в восьмой день —
Посвящайте благие корни перед лицом
Трёх Драгоценностей.

Допустимо также, чтобы верующие посвящали заслуги перед алтарём Трёх Драгоценностей.

Далее, ради кого делается посвящение? Делайте посвящение не ради блага отдельного человека, а на благо всех живых существ во главе с «таким-то».[29] Как говорится,

И прямо, и косвенно
Делай лишь то, что идёт на благо живых существ.
Ради всех живых существ
Надлежит посвящать все заслуги их просветлению.

Для живущего просто назовите его имя, для умершего скажите «покойный такой-то».

Посвящая заслуги на благо всех живых существ во главе с конкретным человеком, дайте ему такие наставления:

Прояви почитание телом и умом, сложи ладони и представь, что в небе перед тобой сидит наш главный гуру, сугата, победоносный, Будда Шакьямуни, украшенный многочисленными большими и малыми знаками, окружённый всеми буддами и бодхисаттвами десяти направлений, а также всеми гуру, йидамами, дакини и охранителями Дхармы. Поднеси своё тело и имущество, власть и славу,

а также все свои благие корни, думая: «Чтобы все живые существа во главе с таким-то смогли достичь высшего, истинного и полного просветления, я посвящаю все благие корни, происходящие из заслуг и мудрости, собранных мной и другими с безначальных времён существования сансары!» Почтительным голосом повторяй слова этого посвящения.

Если посвящение делается для кого-то другого, то слово «ты» нужно заменить [на «я»]. Если присутствуют четыре [члена монашеской сангхи], попроси их добавить свои благопожелания. Сам учитель должен лично, не отклоняясь от слов и их смысла, сосредоточиться на таком намерении:

Будды и бодхисаттвы, пребывающие в десяти направлениях, прошу уделить внимание такому-то! Все гуру и божества мандалы йидама, прошу вас уделить внимание!
Благие корни, заложенные с безначальных времён существования сансары и происходящие от даяния, нравственности, медитации и т. д., которые человек, именуемый так-то, создал, побудил других создать или радовался их созданию, а также благие корни, происходящие от заслуг и мудростей, сотворённых умом, речью и телом в этой жизни или в будущем, я, как и все благородные, совершенные в силе истины, полностью посвящаю как причину для обретения высшего, истинного и полного просветления на благо такого-то, равно как и всех других существ!

Если тот, кто делает посвящение, обладает более высокой реализацией, чем вы, или если он — великий учитель,

Совет Рожденного из Лотоса

то попросите его подтвердить все эти слова и измените конец посвящения на благо всех живых существ и благопожелания так:

Пусть все живые существа во главе с таким-то быстро обретут драгоценное состояние высшего, истинного и полного просветления!

Повторив эти слова три раза, произнесите:

Пусть все живые существа, пока не достигнут цели пути, на протяжении всех жизней и перерождений обретают уровень богов или людей в высших мирах, не подвергаясь никакому другому перерождению!
Да обретут они все качества высокого перерождения, включая самые благородные достоинства!
Да встретят они духовного наставника, который держит линию передачи возвышенных учителей, и будут приняты в его окружение!
Освоив три способа ублаготворения,[30] да будут они наслаждаться богатством непревзойдённых учений высшей колесницы путём изучения, размышления и медитации!
Благодаря обладанию совершенным местом обитания, спутниками и благоприятными условиями, да свершат они большой поворот колеса глубокой и ясной Дхармы непревзойдённой и возвышенной колесницы!
Благодаря безмерным деяниям сострадания, полным безграничной любви и сочувствия, да осуществят они легко и спонтанно благо для всех живых существ, наставляя на путь каждого в соответствии с его особенностями!

Да будут они хранимы реализацией их чудесных деяний во время странствия к всеобъемлющему океану безграничных миров будды, включающих мандалы гуру, йидамов и дакини!
Да войдут они в окружение всех этих собраний! Да следуют они по их стопам!
Да будут они равны буддам в понимании, сострадании, деяниях и поступках!
Да исчезнут на пути к достижению этого все вредные влияния и помехи: трудности, препятствия, отвлечения, леность, дурные поступки и ошибки!
Да обретут они совершенные обстоятельства и изобилие качеств богатства и счастья: долголетие, доброе здравие, привлекательную внешность, глубокую веру, острый ум, великое сострадание, неодолимую силу, обильное богатство, радость от даяния, чистые обеты-самаи, совершенную нравственность и тому подобное!

Если посвящение и благопожелания делают для умершего, то в этом месте исполняют ритуал очищения препятствий. Если всё это делается для живого человека, произнесите любые другие подходящие благопожелания, а также следующие слова:

Да будут они в этой жизни обладать долголетием, добрым здоровьем, обильным богатством и высоким положением!
Да будут усмирены их болезни и вредоносные воздействия, проступки и помрачения, нарушения обетов, ошибки и неудачи, их внешние и внутренние помехи и все злые и враждебные силы!

Да будут они пребывать в Дхарме умом, речью и телом, наслаждаясь безупречными словами победоносных.
Да увидят они исполнение всех своих желаний, как если бы обладали исполняющей желания драгоценностью — царём всех камней!
Да не будут они страдать на пороге смерти от того, что прерывается их жизненная сила; да исчезнет двойственное состояние клеш и да вспомнят они с радостью и восторгом своего гуру и Три Драгоценности!
Да будут они полностью защищены мудростью всех благородных, наделённых великим состраданием, — высших объектов прибежища!
Да не испытают они страха и ужаса бардо и да закроются все врата низших миров бытия!
И, самое главное, — да достигнут они как можно быстрее драгоценного состояния непревзойдённого, истинного и полного просветления!

Силой благословения трёх кай, достигнутых Буддой,
Силой благословения неизменной истины дхарматы,
Силой благословения непоколебимого намерения Сангхи
И силой благословения гуру, йидама и дакини
Да свершится всё, что я посвящаю!
Да исполнятся все мои желания!

Произнеся это, в заключение наложи печать трёхчленной чистоты свободы от понятий.

Завершить практику драгоценным посвящением и чистыми благопожеланиями — безграничное благо. В «Сутре, вопрошаемой нескончаемым разумом» говорится:

Как попавшая в великий океан капля
Не высохнет, пока не пересохнет сам океан,
Так добродетель, полностью посвящённая просветлению,
Не исчезнет, пока не будет достигнуто просветление.

И ещё:

Перед лицом Трёх Драгоценностей,
Божества, своего учителя или себе подобных
С глубокой верой собери накопления
И соверши обширные благопожелания.
Благо от этого не поддаётся описанию!

Если накопления заслуг и мудрости собраны, но не запечатаны драгоценным посвящением, такая ошибка называется «четыре причины исчерпания»:

После того, как создан благой корень,
Пренебрегать посвящением, делать неверное посвящение,
Похваляться им перед другими или сожалеть —
Это четыре причины исчерпания.

Поэтому очень важно посвящать заслуги следующим образом. Представьте, что из сердечного центра Будды исходят сияющие лучи света и касаются тела, речи и ума тех существ, для которых делается посвящение, полностью очищая их дурные дела, омрачения, ошибки и недостатки. Они становятся светящимися *тиглэ*, которые растворяются в сердечном сердце Будды. Будда и его окружение исчезают в пространстве невидимого изначального измерения, подобно тающей в небе

радуге. Благодаря отсутствию представления о трёх сферах, такое запечатывание становится истинным и высшим посвящением. Арья Майтрея сказал *:

Исключительное, совершенное посвящение,
Самое возвышенное из всех —
Это отношение без приверженности к понятиям,
Имеющее качество свободы от неведения.

Ещё он сказал:

Кроме того, непревзойдённое высшее посвящение
Заключается в полном понимании,
Что нет никакой истинной природы
Ни в созданной заслуге, ни в её плоде,
Ни в том, что посвящают, ни в акте посвящения.

Посему схорони все добродетели, созданные с конкретной целью, как неисчерпаемый клад и заверши своё дело, запечатав его посвящением Махаяны. Затем, испытывая сердечную радость и благодарность, вырази своё почитание.

Таково наставление.

Самая.

Обычно, желая сделать посвящение, имеют три главные цели: посвящение, полностью защищающее похвальный дар жертвователя; посвящение после практики Тайной Мантры или после поворота колеса Дхармы; посвящение,

* см. прим. 28.

совершенствующее накопление заслуг в измерении изначальной пробуждённости.

Первое осуществляется сразу после того, как жертвователь делает пожертвование, или же сразу после его применения. Повторяйте следующие слова или любое другое подобающее благопожелание три раза:

Все будды и бодхисаттвы, пребывающие в десяти направлениях, помните об этом подателе дара! Учителя и сангха чистых монахов, прошу вас помнить о нём!

Да будет любая заслуга, созданная этим жертвователем
в трёх временах,
Примером которой является этот благой корень,
Посвящена безгранично возрастающему неисчерпаемому
плоду!
Да будет быстро обретено высшее просветление!

Второе делают в заключение любого внешнего или внутреннего изучения Дхармы, проповеди и медитации, а также любого из [десяти] духовных занятий. Это посвящение делают так:

Будды и бодхисаттвы десяти направлений, все гуру, йидамы, дакини и божества мандалы вместе с охранителями и защитниками, помните обо мне!

В безграничной великой мандале Самантабхадры
Да будут все благие корни,
Созданные в трёх временах гуру —
Держателем ваджры и другими,

А также всеми ваджрными братьями и сёстрами,—
Что являет нам этот поворот колеса Дхармы —
Посвящены достижению совершенного состояния будды!
Да обретут все и повсюду состояние Самантабхадры!

Сделайте такое посвящение и пребывайте в высшем истинном состоянии абсолюта.

Третье делают в завершение всего, что вы желаете посвятить, и каждый раз, когда вы посвящаете, или же в завершение любого вида деятельности. Делайте это посвящение в состоянии «великого запечатывания»:

Победоносные и вы, сыны <будд> десяти направлений,
помните обо мне!
Да будет любая заслуга, созданная умом, речью и телом,
Мною или любым другим живым существом
В трёх временах, прошлом, настоящем и будущем,
Посвящена великому измерению просветления!
Да будет достигнут высший плод непревзойдённой
природы!

В начале любого посвящения представляйте перед собой как свидетелей Три Драгоценности. Вообразите, что они принимают вас со словами посвящения и благопожеланий. Затем произносите слова посвящения, не обусловливая себя представлениями о том, что посвящается, и об объектах посвящения, о самом действии и о том, кто его осуществляет. В заключение оставайтесь в состоянии за пределами слов, мыслей и описаний, в котором все дхармы сансары и нирваны вначале

не возникают, в середине не пребывают, а в конце не прекращаются.

Самая.

Этот искусный метод приведения благих причин к полному созреванию, устные наставления по посвящению заслуг, называемые «Посвящение — драгоценность, исполняющая желания», были даны видьядхарой Падмасамбхавой.

Я, Цогял, записала их в виде заметок и укрыла как тайное сокровище-тэрма. Да найдут их достойные люди, предназначенные для этого кармой!

Печать сокрытия.
Печать вверения.
Печать сокровища.
Самая.
Датим.

Это тэрма было обнаружено в Большой Пещере в Пури мною, Санге Дордже [Санге Лингпа], странствующим последователем Шакьямуни.

ПОБУЖДЕНИЕ К ДУХОВНОЙ ПРАКТИКЕ

Созданная благодаря заслугам живых существ вообще и тибетского народа в частности волшебная эманация Арьи Манджушри проявилась как Трисонг Дэуцен, бодхисаттва и дхармараджа. С просьбой построить храм, называемый Самье, Спонтанное Исполнение Безграничных Желаний, и с намерением распространять и разъяснять святую Дхарму в Тибете он пригласи Лобпона Бодхисаттву и принял обет бодхичитты, дабы показать необходимость руководствоваться просветлённым намерением пробуждённого ума. Дабы показать созревание и освобождение пробуждённого ума, он пригласил Падмасамбхаву, великого учителя из Уддияны, дать посвящения и исполнить приближение и достижение уровня

совершенства. Дабы показать, что необходимо распространять упомянутое и способствовать его процветанию, он пригласил пандиту Вималамитру, чтобы тот повернул колесо причины и колесо плода Дхармы. Дабы показать высшую полноту и самосовершенство учений о просветлении тела, речи и ума, он воздвиг достославный Самье, Спонтанное Исполнение Безграничных Желаний, и провел ритуалы освящения и наделения. Так он распространял Дхарму Будды здесь, в Тибете, и благодаря ему учение и практика Сутры и Тантры засияли как восходящее солнце.

В частности, благодаря силе его намерения и сострадания в Тибет прибыл великий видьядхара, известный под именем Падмасамбхава, волшебная эманация трёх кай. В течение всего своего пребывания в Тибете Падмасамбхава даровал великому царю и другим своим главным ученикам, а также всем счастливым людям бесчисленные глубокие и обширные наставления по созреванию и освобождению. Из множества наставлений, которые он дал мне, Цогял из рода Карчен, я записала здесь сжатое изложение всех учений об условном смысле, побуждающих к духовной практике. МАХАКАРУНИКА САМАТИ А.

Гуру Падма сказал:

Цогял, необходимо практиковать учение, которое даёт освобождение от сансары! Если этого не делать, будет чрезвычайно трудно снова обрести такое же тело, наделённое свободами и достоинствами.

Трудно ли обрести подобное человеческое тело? Найти его столь же трудно, как горошине, бросаемой в стену храма, прилипнуть к ней; столь же трудно, как черепахе просунуть

Совет Рожденного из Лотоса

голову в ярмо, плавающее в океане; столь же трудно, как бросить горчичное зерно сквозь ушко стоящей иглы.

Причина такой трудности — в том, что шесть классов существ подобны груде зерна.

Существа ада, голодные духи и животные — это нижняя половина груды. Асуры — верхняя половина, а боги и люди — самая верхушка. Если сравнить число людей и существ других классов, то покажется, что обрести человеческое тело просто невозможно. Попробуй-ка, Цогял, пересчитать существ шести миров!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, если, несмотря на такие трудности, благодаря прошлым заслугам удаётся обрести человеческое тело, очень трудно практиковать святую Дхарму, если не обладаешь совершенными органами чувств, если ты глух, слеп или нем. Если ты родишься среди первобытных людей или дикарей, у тебя не будет никакой возможности практиковать святую Дхарму, Если родишься в семье еретиков с ложными нигилистическими взглядами, то не придёшь к учению Будды.

Ныне мы родились на южном континенте Джамбу, в цивилизованной стране, где существует Дхарма Будды. Мы обрели то, чего трудно достичь, — драгоценное человеческое тело — и, поскольку наши органы чувств пока невредимы, можем встретиться с возвышенными учителями, способны выбрать то, чем хотим заниматься, можем войти в учение Будды, практиковать святую Дхарму и общаться с братьями по Сангхе. Если в это время мы не станем практиковать учения, несущие освобождение и просветление, то это драгоценное человеческое тело пропадёт зря.

Не возвращайся с пустыми руками, побывав на острове сокровищ, — не оставайся голодной, обнаружив несметные богатства! Нужно переплыть океан, пока есть судно, — не упусти лодку человеческого тела! Настало время отделить сансару от нирваны — радостно занимайся практикой! Мы стоим на грани между счастьем и страданием — не создавай беду своими руками! Настало время, когда разделяются дороги, ведущие вверх и вниз, — не бросайся в пучину низших миров!

Настало время показать разницу между мудростью и глупостью — не лопочи и не глазей, как слабоумный! Настало время для увеличения заслуг — не связывай себя делами и иди налегке! Настало время увидеть, кто велик, а кто ничтожен, — не ищи просветления в выгоде и славе!

Настало время увидеть, кто добр, а кто зол, — отринь мирские цели! Это время можно уподобить одному обеду, выпавшему за сотню дней, — не веди себя так, будто у тебя избыток времени! Настало время, когда один миг лености будет иметь долгие <дурные> последствия — радостно посвяти себя духовной практике! Настало время, когда один год упорной практики принесёт счастье на все грядущие жизни — постоянно пребывай в практике Дхармы!

Я постоянно испытываю жалость к существам, которые покидают эту жизнь с пустыми руками!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, мы не знаем, умрёт ли это тело, обретённое с таким трудом, завтра или послезавтра, — так не веди себя так, будто собираешься жить вечно! Мы не можем знать, когда обратится в прах это тело, зависимое от элементов, — так не лелей его с такой любовью!

Рождение ведёт не к чему иному, как к смерти, — так осваивай природу невозникновения как свою цель! Встреча ведёт не к чему иному, как к разлуке, — так отсеки свою привязанность к общению! Накопление ведёт не к чему иному, как к исчерпанию, — так будь щедра, не держась ни за что! Строительство ведёт не к чему иному, как к разрушению, — так живи в пещерах и горных обителях!

Желания и стремления ведут не к чему иному, как к страданию, — так умерь свою алчность! Ошибочное переживание ведёт не к чему иному, как к неведению, — так уничтожь двойственное восприятие! Сделав так, всегда будешь счастлива, — но кто слушает полезные советы!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, я говорил об этом всем, но никто не слушает. Как только Мара Смерти схватит тебя, уже не будет возможности освободиться. Те, кто не практикует Дхарму, пожалеют об этом, когда смерть будет близка.

Дни, месяцы и годы проходят, не медля ни секунды. Наша жизнь бежит, не останавливаясь ни на час, ни даже на минуту, а затем мы умираем. Времена года продолжают сменять друг друга, а жизнь кончается, и никого не ждёт.

Разве ты не приходишь в отчаяние, видя, что, по мере того, как минуют минуты, дни, месяцы и годы, смерть подбирается всё ближе? Разве можно быть довольным жизнью, когда смерть приходит ко всем неожиданно и внезапно? Разве можно быть довольным своим потомством и богатством, когда ничто из этого не поможет на пороге смерти? Разве можно быть таким самоуверенным, когда тебя сопровождают только добрые и дурные дела?

У тех, кто не отсёк привязанность к конкретной реальности и представлениям о постоянстве, нет здравого смысла!

И ещё сказал Гуру Падма:
Цогял, пребывая в несвободных состояниях,[31] никак нельзя обрести человеческое тело, — так нужно ли убеждать в необходимости практиковать Дхарму и достигать освобождения!

Сейчас у нас есть возможность выбирать что угодно, но люди заявляют, что не могут практиковать Дхарму. Обретя человеческое тело, наделённое свободами и богатствами, они жалуются, что у них нет времени для духовной практики. Всегда готовые надрываться ради пропитания и одежды, они заявляют, что не имеют возможности практиковать святую Дхарму хотя бы год. Неутомимые в сансарной суете, они жалуются, что не могут перенести малейшие трудности в том, что касается Дхармы. Они способны непрерывно терпеть мучения, но заявляют, что не могут провести хотя бы лето или зиму в блаженном состоянии духовной практики.

Похоже, те, кто пренебрегает Дхармой, не желают себе счастья!

И ещё сказал Гуру Падма:
Цогял, чрезвычайно важно упражняться в духовной практике, пока ещё молод. Когда состаришься и захочешь послушать учения, твои уши не будут слышать. Захочешь учиться, но внимание уже притупилось и память отказывает. Возможно, ты захочешь пойти куда-то за Дхармой, но твоё тело уже не способно идти и сидеть. Захочешь практиковать, но сила элементов уже угасла, и ты не можешь сосредоточиться. Захочешь раздать своё имущество, но оно уже будет в чужих руках, и ты

Совет Рожденного из Лотоса

не сможешь им распорядиться. Захочешь преодолеть трудности, но твой организм уже не сможет вынести усилия. Вызвав недовольство своего учителя и спутников по Дхарме, ты под старость, возможно, захочешь практиковать, но не сможешь. Ты будешь думать: «Ах, если бы в молодости у меня было такое желание!» — но это не поможет. Слишком поздно сожалеть о том, что не выполнял никакой духовной практики, когда была возможность.

Люди, в молодости не проявляющие никакого интереса к практике Дхармы, — просто глупцы!

И ещё сказал Гуру Падма:
Цогял, когда практикуешь освобождающую Дхарму, вступить в брак и вести семейную жизнь — все равно, что быть закованным в цепи. Захочешь бежать, — но ты крепко заперт в темнице сансары, откуда нет выхода. Ты безвозвратно погрязаешь в трясине клеш, хотя позже пожалеешь об этом. Если у тебя есть дети, пусть даже очень милые, это тот столб, на котором держатся узы сансары. Если детей нет, то тебя одолевает ещё большая тревога, что твой род прервётся. Если у тебя есть имущество, то уход за скотом и землёй отнимает много времени и его не остаётся на практику Дхармы. Если же у тебя нет ничего, то страдания и борьба за существование — ещё тяжелее. Если у тебя есть слуги и батраки, необходимость распоряжаться ими порабощает без остатка. Если их нет, попадаешь в зависимость от других и не остаётся никакой свободы для практики Дхармы. Так пропадает впустую и нынешняя жизнь, и будущее.

Так или иначе, люди, которые вступают в брак и становятся домохозяевами, погружаются в трясину страдания безо всякой надежды на освобождение!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, радости этого мира мимолетны, но если ты практикуешь святую Дхарму, твоё счастье будет длительным. Богатство этого мира недолговечно и преходяще, но если ты можешь постоянно накапливать заслуги, то обретаешь истинное богатство. У людей, совершающих дурные деяния, нет здравого смысла, а те, кто творит добро, благоразумны и мудры. Люди, посвящающие себя глубоким учениям, честны и благородны, а те, кто бессмысленно преследует корысть и славу, безрассудны и безнравственны. Мирская слава и материальные блага — это то, что ведёт к страданиям. Благороден тот, кто достигает состояния будды за одну жизнь.

Люди, цепляющиеся за этот мир, никогда не найдут возможности освободиться от сансары!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, клеши возникают вследствие обстоятельств, поэтому беги из страны любви и ненависти. Препятствия появляются по причине нашего отвлечения, поэтому относись к возвышенному учителю как к лекарству. Нищета и горе в этой жизни происходят от прежних деяний, поэтому живи в безлюдных обителях. Проступки совершают вследствие обстоятельств, поэтому избегай дурного общества, как яда. Ложные взгляды расставляют свои ловушки, поэтому учись и размышляй. Взлеты и падения постигают всех, и живых, и мертвых, поэтому не осуждай других людей. Какие бы радости и счастье тебе не выпали, они следствие твоих собственных заслуг, поэтому не гордись. Постарайся достичь просветления, пока есть возможность не впасть в низшие миры сансары.

Люди, живущие во зле, будут страдать долгое время!

Совет Рожденного из Лотоса

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, никто не знает точного времени своей смерти — она сопровождает тебя с самого часа твоего рождения. Неизвестны и обстоятельства, при которых умрёшь, — можно умереть совершенно неожиданно. Смерть никогда не забудет о тебе, и сколько бы ты ни накопил земных богатств, всё это придётся покинуть.

Сансара не исчезнет, когда ты умрёшь, — снова и снова ты будешь блуждать по трём мирам. В сансарной жизни нет счастья — ты никогда не избавишься от бед, в каком из шести миров ни родись. Сколько же ты блуждала там, в прошлом, подвергаясь несказанным мукам! И будешь продолжать скитаться в сансаре, носясь по волнам страдания. Не лучше ли практиковать Дхарму и разрубить цепи, приковывающие тебя к бедам!

Пока сама не достигнешь суши, не сможешь вывести из сансары других. Но, похоже, все, кто практикует Дхарму, не могут оторваться от мирских развлечений, снова и снова ввергая себя в сансару.

С помощью свобод и дарований ты должна разрубить узы сансары прямо сейчас!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, если сейчас не достигнешь освобождения, то только глубже погрузишься в страдания бытия, где бы ни произошло твоё следующее перерождение. Если не будешь жить в ритодах, то, где бы ни был твой дом, ты поселишься в темнице сансары. Если не будешь заниматься духовной практикой, то, что бы ты ни делала, только создашь дурную карму для продолжения сансары.

Если не накопишь два собрания, все другие твои приобретения только становятся обманом Мары. Если не следуешь духовному учителю, все другие вожатые только завлекают тебя глубже в сансару. Если не слушаешь устных наставлений своего учителя, любые другие советчики только сталкивают тебя всё ниже.

Если в твоём потоке бытия не рождаются духовные качества любое общество только способствует совершению проступков. Если не постигнешь подлинную природу своего ума, любая мысль, какова бы она ни была, — лишь рассудочное мышление. Если не направляешь свой ум, то всё, что бы ты ни делала, — лишь укрепляет неведение. Если тебе не опостылела сансара, все твои действия — семена низших миров.

Люди, не разочаровавшиеся в сансаре, будут нескончаемо страдать!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, ничто другое не поможет тебе перед лицом смерти, поэтому поступай так: найди учителя, который вопощает учение Махаяны, получи устные наставления, включающие истинное постижение природы ума. Найди надёжное место для затворничества, где есть всё необходимое, и оставайся там. Практикуй с неиссякаемым упорством. Наполняй свою сокровищницу, не ленясь и не медля, [32]

Общайся с людьми преданными, стойкими и разумными. Практикуй учения, которые ведут тебя на путь освобождения. Как яда, остерегайся дурных дел, которые ведут в низшие миры. Преисполнись состраданием, оно — корень Махаяны. В качестве первой цели осваивай пустоту, свободную от понятий.

Если не избавишься от отвлечения, будет трудно достичь чего-либо с помощью духовной практики!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, разве ты не слышала, что все твои предки умерли? Разве не видела, что твои сверстники и соседи умирают? Разве не замечала, что умирают твои родственники, и старые, и молодые? Разве не наблюдала, как несут трупы на кладбище? Возможно ли, чтобы ты забыла, что и за тобой придёт смерть? Если это ни к чему тебя не побуждает, то время освобождения не придёт никогда!

Самый главный корень благих качеств — всем сердцем воспринять непостоянство, поэтому никогда не забывай угрозы смерти! Самое важное из всех понятий — непостоянство, поэтому никогда не упускай его из вида! Самый главный корень дурных деяний — вера в то, что всё вечно, поэтому вырви его! Если всем сердцем не примешь понимание [непостоянства], зло нагромоздится горой.

Разъясню это: простые люди не стремятся к освобождению, знатные самодовольны и привязаны к своему непомерному самомнению, богатых обуяла жадность, невежественные тешатся дурными делами, ленивые пребывают в сонливости, практик возвращается к мирской суете, учитель Дхармы впадает в восемь мирских забот, а йогин, которому недостаёт веры и усердия, преследует цели этой жизни. Всё это обусловлено тем, что непостоянство не воспринято всем сердцем.

Если мысль о непостоянстве поистине влилась в твой поток бытия, все благие качества пути освобождения нагромоздятся горой. Поэтому зароди внутреннее убеждение о бесполезности любых мирских дел! Зароди убеждение, что все

мирские цели тщетны! Отбрось бессмысленную суету этого мира!

Твёрдо вступи на путь освобождения! Не цепляйся за материальное! Не принимай пять скандх за саму себя! Пойми: всё, что отвлекает, есть Мара! Пойми, что желанные объекты чувств — просто обман! Всегда ощущай, что медлить нельзя!

Смотри на мирские дела как на своего врага! Ищи истинного учителя! Избегай дурного общества! Удались в одинокий ритод! Не откладывай духовной практики! Соблюдай обеты и самаи! Соедини ум с Дхармой!

Если так поступать, йидам дарует сиддхи, дакини пошлют благословение, будды дадут уверенность и ты быстро достигнешь просветления — всё это произойдёт благодаря тому, что непостоянство воспринято всем сердцем.

И в минувшие времена, и ныне все будды и их сыновья и дочери, все видьядхары и сиддхи освободились от сансары, потому что восприняли непостоянство всем сердцем!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, вследствие десяти неблагих деяний впадают в низшие миры, поэтому раскайся и дай обещание воздерживаться даже от малейшего зла! Если не достигнуто состояние, свободное от рассудочного мышления, добродетель не становится путём, поэтому объединяй любую свою практику с состоянием, свободным от понятий! Заслуги, созданные в течение кальп, могут быть уничтожены за одно мгновение ненависти, поэтому развивай любовь, сострадание и просветлённую основу ума! Пусть даже достигнуто понимание пустоты — при отсутствии сострадания оно превращается в нигилизм, поэтому уравновесь сострадание и пустоту!

Так или иначе, ничто не принесёт пользы, если не перестанешь цепляться за то, что считаешь конкретным, поэтому не считай своё иллюзорное восприятие внешних вещей конкретной реальностью!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, если немедля не откажешься от сансарного бытия, твоя карма и клеши как причина вызовут следствие — перерождение в обусловленном теле. Природа же этого тела — страдание. За рождением неизбежно идут старость и смерть, а после смерти ждёт только одна участь — рождение среди шести классов существ.

В подобном перерождении всегда присутствуют желание и страдание и нет никакой возможности спастись от мучений в океане кармических деяний, обусловленных пятью ядами. Логическое последствие невозможности спастись от этого — непрерывное вращение в круговороте бытия. Чтобы его избежать, необходимо постичь нерождённую сущность ума. Не постигнув её, нельзя освободиться от сансары!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, вообще сансара не имеет ни начала, ни конца, но ты как человек должна пережить и её начало, и её конец! Пусть в этой жизни у тебя есть власть и богатство — от них нет никакой пользы, потому что все равно придётся умереть. Пусть твои сила, власть и способности велики — они не смогут одолеть Мару Смерти.

Пусть у тебя есть богатство и роскошь — это не поможет тебе спастись от объятий Владыки Смерти. Пусть у тебя огромное войско и богатство — всё это не пойдёт впереди тебя

и не последует за тобой. Пусть у тебя есть многочисленные потомки, слуги и родственники — они не смогут сопровождать тебя в следующую жизнь. Путь ты окружишь себя всеми армиями мира — они не смогут сдержать натиск рождения, старости, болезни и смерти. Обеспечь себе ныне благополучие в следующих жизнях: ведь страдания адов невозможно пережить! Голод и жажда голодных духов нестерпимы! Тяготы животных ужасны! Перемены в жизни людей чаще всего неприятны! Постоянная борьба асуров невыносима! Падение богов ужасно! Все существа вращаются в этом порочном круге и не могут спастись от волн рождения и смерти!

Ничто не имеет смысла, если не выберешься из пучины шести классов существ, а для этого необходимо развить в себе силу недвойственного осознавания!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, если желаешь освободиться от сансарного бытия, поступай так:

Твои привязанность и неприятие — это заблуждение, ошибочное мышление. Отсеки его! Вера в «я» — корень и основа сансары. Вырви его! Спутники и родственники — цепи, которые тянут тебя вниз. Разруби свои узы! Мысль о врагах и демонах — пытка для ума. Отбрось её!

Безразличие пресекает жизненную силу освобождения. Оставь его! Обман и заблуждение — тяжкий груз. Сбрось его! Зависть — буря, которая разрушает всё благое. Устрани собственные ошибки! Родной край — темница демонов. Избегай его, как яда!

Желанные объекты чувств — узы, лишающие тебя свободы. Разорви свои путы! Грубые слова — отравленное оружие.

Сдерживай язык! Неведение — самое тёмное из омрачений. Зажги светильник учёбы и размышления! Возлюбленные, супруг и потомство — происки Мары. Укроти свою привязанность! Всё воспринимаемое тобой — иллюзия. Пусть она освободится сама собой!

Поступая так, ты отвратишься от сансарного бытия!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, если понимаешь изъяны сансары, не нужно искать никакого другого учителя. Если воспринимаешь непостоянство всем сердцем, не нужно зависеть ни от какого другого побуждения. Если постигнешь, что всё проявляющееся и существующее — твой собственный ум, нет никакого другого пути к просветлению.

Если обладаешь твёрдой верой в своего учителя, не нужно искать никакого другого будду. Если радуешь живых существ, не нужно поклоняться никаким другим Трём Драгоценностям. Если отсечёшь корень и основу мышления, не нужно медитировать ни о какой другой подлинной природе. Если сансарное бытие самоосвобождено, не нужно достигать никакого другого пробуждённого состояния. Если постигнешь это, нет больше двойственного разделения на сансару и нирвану.

Иначе юность коротка, а несчастий множество; забывчивость сильна, а средства от неё слабы; намерение шатко, а отвлечения бесчисленны; усердие скудно, а лень велика; мирских забот не счесть, а деяний Дхармы мало; дурных мыслей сколько угодно, а разума чуть-чуть.

О, как же люди тёмного века будут раскаиваться на пороге смерти! Цогял, ты должна получить глубокие устные наставления!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, чтобы вырваться из сансарного бытия, нужно обладать верой в путь освобождения.

Вера же рождается не сама собой, а вследствие причин и условий. Вера возникает, когда совпадают причины и условия, а ты всем сердцем воспринимаешь непостоянство. Вера появляется, когда помнишь о причине и следствии.

Вера рождается при чтении глубоких сутр и тантр. Вера рождается, когда тебя окружают верующие. Вера рождается, когда следуешь учителю и наставнику. Вера рождается, когда переживаешь горе.

Вера рождается, когда делаешь подношения в особом святилище. Вера рождается, когда видишь возвышенное поведение. Вера рождается, когда слушаешь жизнеописания учителей традиции. Вера рождается, когда слышишь ваджрные песни реализации.

Вера рождается, когда видишь страдания других существ. Вера рождается, когда размышляешь об изъянах сансарного бытия.

Вера рождается, когда читаешь близкие тебе священные учения. Вера рождается, когда прозреваешь достоинства возвышенных существ. Вера рождается, когда получаешь благословение от своего учителя. Вера рождается, когда соберёшь особые накопления.

Мой совет: никогда не отходи от причин возникновения веры.

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, если в сердце есть вера, нужно её поддерживать. Если же нет, нужно её зародить!

Не иметь веры — всё равно, что пытаться сделать уголь белым: благо пути освобождения для тебя закрыто. Не иметь веры — всё равно, что быть самоцветом на дне океана: ты погружён в пучину сансарного бытия. Не иметь веры — всё равно, что плыть в лодке без весел: тебе никогда не удастся переплыть море. Не иметь веры — вс1 равно, что сеять семена в сухую и невозделанную, пусть даже плодородную, почву: на ней не уцелеет ни одна добродетель.

Не иметь веры — всё равно, что быть горелым зерном: оно не даст ростков просветления. Не иметь веры — всё равно, что путешествовать по опасным местам без сопровождения: ты не сумеешь одолеть врага — клеши. Не иметь веры — всё равно, что быть бродягой, брошенным в тюрьму: ты не сможешь избежать перерождения в низших мирах. Не иметь веры — всё равно, что безрукому пытаться влезть на скалу: ты сорвёшься в бездну шести классов существ.

Не иметь веры — всё равно, что быть оленем, пойманным охотником: тебя погубит Владыка Смерти. Не иметь веры — всё равно, что быть слепцом, взирающим на храм: ты не видишь объекта знания. Не иметь веры — всё равно, что быть слабоумным, попавшим на остров из чистого золота: ты не знаешь, что нашёл.

Люди без веры не могут достичь освобождения или просветления!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, на пути к просветлению обладать верой — значит осуществить половину практики Дхармы.

Вера подобна плодородному полю: на поле веры взрастёт любое наставление. Вера подобна исполняющей желания

драгоценности: она дарует благословения для достижения любых целей. Вера подобна правителю мира: на ней держится царство Дхармы. Вера подобна неприступной крепости: она противостоит и твоим клешам, и клешам других.

Вера подобна мосту или лодке: она позволяет пересечь океан сансары. Вера подобна верёвке, свисающей в пропасть: она помогает выбраться из низших миров. Вера подобна целителю: она лечит застарелую болезнь пяти ядов. Вера подобна непобедимой свите: она проводит невредимым через все опасности сансары.

Вера подобна телохранителю: она спасает от коварства четырёх Мар. Вера подобна растущей луне: она способствует всё большему увеличению добродетелей. Вера подобна подкупу, спасающему от тюрьмы: она обманывает Владыку Смерти. Вера подобна пути в гору: она ведёт в вышний град.

Вера подобна неисчерпаемой сокровищнице: она обеспечивает все потребности и нужды. Вера подобна человеческим рукам: она собирает корни добродетели. Вера подобна быстроногому скакуну: она несёт к цели — освобождению. Вера подобна слону, способному нести огромную поклажу: она ведёт все выше и выше. Вера подобна сверкающему ключу: она проявляет изначальную пробуждённость.

Если из глубины твоего сердца забрезжила вера, — все благие качества станут огромной горой!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, корень всех достоинств состояния будды произрастает из веры, так пусть же в тебе зародится непоколебимая вера! Она защищает от состояний несвободы и даёт свободу и богатство. Она предохраняет от дурного общества и побуждает

следовать истинному учителю. Она запирает врата низших миров и указывает начало пути освобождения.

Она устраняет сомнения и колебания и уводит за пределы путей Мары. Она не даёт развиваться самодовольству и зависти и способствует обретению свободы и богатства. Она освобождает от пороков дурных деяний и позволяет обрести всё благотворное. Она помогает освободиться от привязанности к объектам и довериться полному смирению.

Она позволяет отвергнуть ложные взгляды и поведение и довериться учениям победоносных. Она полностью устраняет клеши и позволяет обнаружить свои самосущие добродетели. Она помогает пересечь океан бытия и стать истинным проводником <для живых существ>.

Она уменьшает недобродетель и увеличивает всё благое. Она устраняет ошибочные советы и даёт возможность постичь абсолютную сущность.

Как учат тантры, по сравнению со служением живым существам, число которых равно пылинкам в десяти мирах будды, вера в учения Махаяны — ещё большая заслуга!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, если люди будут слушать, то вот наставления о том, как они должны практиковать!

Довольно тратить силы на бессмысленную деятельность — пора выполнить важную задачу! Довольно изнурительно и безнадёжно гнуть спину на других — пора обрести необходимые блага для себя! Довольно пустых речей и действий, побуждаемых пятью ядами, — пора направить тело и речь к Дхарме. Довольно беспечной самоудовлетворённости — пора пробудить в себе радостное усердие в практике!

Довольно идти на поводу у родственников — пора сокрушить стену робости! Довольно ненавидеть врагов и демонов — пора развивать в себе любовь и сострадание! Довольно томиться в ловушке шести объектов чувств — пора прозреть естественное состояние ума![33] Довольно создавать неблагую карму — пора отказаться от дурных деяний и проступков!

Довольно страданий сансарной жизни — пора спастись от них в обители великого блаженства! Довольно собираться толпой — пора жить в уединении! Довольно неблаготворных слов — пора пребывать в молчании и общаться только с истиной! Довольно обманчивых мыслей и предположений — пора распознать дхармакаю, своё истинное лицо!

Пришла пора объединить веру и усердие и обрести состояние пробуждения!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, пока не обретёшь просветление, нужен учитель — так пребывай в обществе подлинного духовного учителя. Пока не реализуешь естественное состояние, нужно учиться — так получай глубокие устные наставления. Невозможно пробудиться к просветлению, только поняв что-то умом, — так будь упорна в практике, как в разжигании огня. Пока не достигнешь устойчивого пребывания в изначальной природе, будешь подвержена воздействию препятствий — так откажись от дел, которые отвлекают. Пока не достигнешь конечной цели, нужно взращивать благие качества — так упражняйся, постепенно укрепляя осознавание.

Держись подальше от всего, что наносит вред уму, речи и телу, и всегда сохраняй раскрепощённость. Избегай общества, которое способствует усилению клеш, и держись друзей,

побуждающих к благу. Утром, ночью и в промежутках перебирай свои благие и дурные поступки и держи ум настороже. Пусть у тебя есть устные наставления, их цель не будет достигнута, если ты не будешь применять их на практике, — так практикуй всё, что тобой понято!

Если выполнять все наставления учителя, плоды появятся сами собой, — так слушай же слова святой Дхармы!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, если искренне практикуешь Дхарму, и еда, и одежда появятся сами собой.

Как нельзя утолить жажду солёной содой, так же неутолимы желания — будь же довольна тем, что имеешь! Избавься от высокомерия и будь кроткой и сдержанной! Почёт и слава — западня Мары — отбрось же их, как камни на речном берегу! Удовольствия и похвалы мимолётны — будь же равнодушна ко всем мирским занятиям. Грядущие жизни дольше, чем эта жизнь — так возьми с собой самые важные припасы!

Из этой жизни мы должны уйти без друзей, в одиночестве, так обзаведись телохранителем — бесстрашием! Не презирай малых, не делай различия между высоким и низким! Не завидуй достоинствам других, а сама перейми их достоинства! Не обсуждай чужие ошибки, а устраняй собственные так же тщательно, как волоски на своем лице! Не беспокойся о собственном благосостоянии — заботься о счастье других и будь добра ко всем.

Пробуди в себе четыре безмерных и заботься обо всех существах, как о собственных детях! Разбирай сутры и тантры тщательно, как шерсть, и соедини писания со своим потоком бытия! Пахтай все царства, как молоко, чтобы получить самые

глубокие наставления! Всё, что воспринимается, возникает из прошлой кармы, а не из желаний — так оставь же свой ум в покое!

Заслужить презрение возвышенных учителей — хуже смерти: так будь честна, никогда не обманывай! Все беды этой жизни обусловлены прежней кармой — так не осуждай других! Благополучие — это благословение твоего учителя — так позаботься о том, чтобы отплатить за его доброту! Не обуздав себя, не сможешь воздействовать на других — так обуздай сначала себя! Не имея высоких способностей, не сможешь принести благо живым существам — так проявляй усердие в практике!

И ещё сказал Гуру Падма:
Цогял, если люди заботятся о себе, пусть слушают мои наставления!

Мы должны отказаться от всякого накопления имущества, поэтому не совершайте зла ради богатства! Кармическое созревание благих и дурных поступков сохраняется в течение кальп, поэтому будьте осторожны даже с самыми малыми причинами и следствиями! Преходящее имущество не имеет никакой реальности, поэтому употребляйте его на добродетельные пожертвования! Заслуга, созданная в настоящем, пригодится в будущем, поэтому соблюдайте чистую нравственность!

В тёмный век свирепствует ненависть, поэтому вооружитесь бронёй терпения! Из-за своей лени вы снова впадаете в сансарное бытие, поэтому зародите в себе неустанное усердие! Ваша жизнь протекает в отвлечении, поэтому осваивайте медитацию и изначальную природу! В сансаре вас мучает неведение, поэтому зажгите светильник знания!

В этом топком болоте нет счастья, поэтому выбирайтесь на сушу освобождения! Правильно осваивайте глубокие наставления и разорвите сети бытия! Оставьте родные края, держитесь подальше от родственников, живите в ритодах! Устраните отвлечения ума, речи и тела и прозрейте свою ничем не ограниченную изначальную природу!

Занимайте самое низкое сиденье, одевайтесь в лохмотья и сохраняйте своё переживание! Ешьте простую пищу, скитайтесь наугад, как змеятся индийские реки, и отыскивайте в земле клады — сокровища ума святых людей! Безупречных живых существ не найдёшь, поэтому не сосредоточивайтесь на недостатках своего учителя и друзей по Дхарме!

Реальность этой жизни поверхностна — так не погрязайте в надежде и страхе, но учитесь воспринимать всё, как иллюзию! Чтобы в будущем принести благо живым существам, нужно развивать в себе намерение бодхисаттвы! Две омрачённости препятствуют проявлению благих качеств, поэтому старайтесь быстрее их очистить!

Если страшитесь состояния сансары, которое подобно охваченному пламенем дворцу, то должны прислушаться к наставлениям Падмы!

И ещё сказал Гуру Падма:
Цогял, если хочешь сохранять постоянство в практике, прямо отсеки привязанности!

Когда появится угрожающее воинство сверхспособностей, окружи себя железной стеной — видением их как иллюзии! [34] Когда сердишься из-за недружелюбного слова, поищи источник этого эха! Чтобы развить внимательность випашьяны, используй как метод образы и звуки! Если желаешь, чтобы

переживание было полным, развивай искусность практиками усиления!

Чтобы пройти ступени пути благородных, разберись в воззрении о методах и знании! Если желаешь обладать неисчерпаемым богатством, собери два накопления! Если желаешь преодолеть опасные места ложных взглядов, освободи ум от ограниченности двойственного восприятия! Если желаешь, чтобы в потоке твоего бытия проявилась мудрость великого блаженства, получи прямые наставления о пути метода!

Если желаешь постоянного счастья, беги из этой темницы страдания! Если желаешь постичь нерождённую сущность ума, отсеки привязанность к переживанию во время медитации! Если желаешь постоянно купаться в потоке благословений, почтительно проси об этом! Если желаешь миновать пропасть шести классов существ, изгони злого духа эго! Если желаешь исполнить благородные намерения Дхармы Будды, разруби узы, связывающие тебя с нынешними переживаниями!

Если желаешь упражняться в бдительности випашьяны, не оставляй недвойственное осознавание на пороге нерешительности! Если желаешь соединить сердце с Дхармой, не позволяй своей практике закоснеть и застыть! Если желаешь выполнить свою задачу в этой жизни, не считай стадию плода просто благим намерением! Если желаешь ощутить, что именно проявляется и существует как изначальная пробуждённость, загляни в естественное состояние своего ума!

Цогял, похоже, нет ни единого человека, который практиковал бы правильно!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, чтобы принести благо будущим поколениям, давай наставления, соответствующие их способностям, давай объяснения, соответствующие уровню их разумения, давай практики, доступные их уровню усердия!

Пойми это и учи тому, во что твёрдо веришь сама. Иначе умный человек, получив наставления в том, что ему неинтересно, останется неудовлетворён, а это уменьшит его веру и послужит причиной дурного деяния — лишения человека веры.

Если человек с меньшими умственными способностями получит объяснения высшего прямого смысла, то он не поймёт его, а если и поймёт, то может испугаться и начать хулить эти учения. Другие же ухватятся за слова, которые не понимают, и получат больше вреда, чем пользы.[35]

Как предостерегают мудрые учителя, если простые ученики с небольшими способностями получат наставления по самым высоким, непревзойдённым учениям, они не придут к истинной Дхарме, а, самонадеянно полагаясь на одни лишь слова, станут понимать ещё меньше.

Если учить, что нет нужды в изучении и размышлении — это понизит и без того невысокий уровень знания и увеличит уже имеющееся неведение. Если учить, что Дхарма включает в себя недеяние — это уменьшит и без того слабое прилежание и увеличит уже имеющуюся лень. Если учить, что нет причины и следствия — это уменьшит и без того малое количество заслуг и закрепит уже имеющееся поверхностное понимание.

Если учить, что нет добра и зла — это нанесёт урон и без того малому почитанию и раздует уже имеющееся самодовольство. Если учить, что нет рождения и смерти, это

подорвёт и без того слабую веру и увеличит и без того большое число заблуждений. Если учить, что нет ни сансары, ни нирваны — это истощит и без того слабый интерес к достижению плода и укрепит и без того сильную привязанность к восьми мирским заботам.

Всё это создаёт больше заблуждений, чем пользы!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, если тебе не опостылело страдание, ты не откажешься от мирских дел, пусть даже размышляешь об изъянах сансарного бытия. Если в твоём уме по-настоящему не укоренилось понимание непостоянства, ты не отсечёшь своей привязанности к видимым проявлениям, пусть даже видишь изменчивость обусловленных вещей. Если тебе не близко понимание неизвестности времени смерти, ты не сможешь всем сердцем принять глубокие наставления, пусть даже получила их.

Если не постигнешь нереальность иллюзорного переживания, то не откажешься от привязанности к конкретной реальности, пусть даже понимаешь, что это искушение волшебной иллюзии. Если не отвергнешь мирские дела, то не сможешь отделить сансару от нирваны, пусть даже получила полные глубокие наставления. Если не захватишь царскую крепость прямо сейчас, то неизвестно, где настигнет тебя твоя дурная карма, пусть даже ты создала благую карму на будущее.

Если искренне не отвратишься от тяготения к сансарным делам, то не достигнешь цели практики медитации, пусть даже раз или два ощущала сильную веру. Если не откажешься от семейной жизни и привязанности к родным краям, то не выберешься из трясины сансарного бытия, пусть даже будешь

прилагать решительные усилия. Если не освободишься от привязанности к своему «я», то не сумеешь преградить поток, уносящий тебя в перерождение среди шести классов существ, пусть даже понимаешь, что три мира не имеют реального существования.

Если не соединишь свой ум с путём освобождения, то не сможешь наделить благословением переживание других людей, пусть даже ты сведуща в пяти областях знания. Если не искоренишь свои внутренние ошибки, то клеши снова воспрянут, как оживший мертвец, пусть даже у тебя бывали проблески блаженного и ясного состояния пробуждённости. Если не разрубишь узы желания, то будешь возвращаться снова и снова, пусть даже ты рассталась с привязанностью и неприятием.

Если твои мирские дела слишком многочисленны, то у тебя не будет возможности обрести состояние просветления, пусть даже ты получила устные наставления учителя. Ты можешь постоянно изучать и размышлять — все учения останутся пустыми словами, если твоё сердце не поразит страх рождения и смерти. Ты можешь достичь мастерства в четырёх действиях, но твой обет бодхисаттвы останется без применения, если не будешь трудиться на благо живых существ.

Броня твоей нравственности может вызывать восхищение, но она не защитит от хулы, если не распознаешь подлинную природу. Ты может быть сведуща во внешних и внутренних учениях, но твой ум не поднимется выше заурядного уровня, если не будешь прилежно заниматься практикой. Заслуги твоего учителя могут быть огромны, как гряда облаков, но из них не прольётся дождь благословения, если нет поля — веры ученика.

Будучи практиком, ты можешь получать благословения и устные наставления, но это не принесёт никакой пользы живым существам, если у тебя нет безмерного сострадания. Ты можешь иметь дворец, но после смерти будешь скитаться без пристанища, если не захватишь царскую крепость невозникновения. Держись верного друга — реализации: ведь даже если у тебя есть множество друзей и родственников, умерев, ты покинешь их всех.

Ты можешь овладеть всеми боевыми искусствами, но не сумеешь противостоять воинству Владыки Смерти, если не обретёшь совершенную силу медитации в этом теле. Твоё красноречие может быть проникновенным, но оно не тронет Владыку Смерти, если не примешь искренне намерение обрести освобождение.

Ты можешь всю жизнь копить богатство, но если прямо сейчас не станешь возделывать поле непреходящих ценностей, то настанет час, когда не сможешь унести с собой ни единого пшеничного зёрнышка.

Чтобы достичь состояния будды за одну жизнь, должны совпасть многие сопутствующие обстоятельства, а это непросто.

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, похоже, большинство тибетских практиков Дхармы не восприняли это учение всем сердцем! Иначе они не были бы столь ленивы и беспечны. Несомненно, они не поняли природу сансары, иначе бы наверняка не были столь привязаны к вещественной реальности. Несомненно, они никогда не размышляли о трудности обретения свобод и дарований, иначе не увлекались бы столь бесцельными делами.

Несомненно, они не понимают закона причины и следствия, иначе были бы крайне осмотрительны, избегая дурных дел. Наверное, они не понимают благих качеств добрых дел, иначе неустанно собирали бы два накопления. Должно быть, они не имеют никаких переживаний глубокой изначальной природы, иначе не стали бы пренебрегать практикой.

Наверное, они не подошли к зарождению намерения Махаяны, иначе полностью забыли бы о корыстных целях и трудились на благо других.[36] Должно быть, они не направили свой ум на изначальную природу, иначе, несомненно, были бы свободны от зависти и самодовольства. Наверное, они не изучали девяти последовательных колесниц и не размышляли о них, иначе понимали бы разницу между высшими и низшими учениями.

Несомненно, они не знакомы с воззрением Тайной Мантры, иначе знали бы, что следует принимать, а что отвергать, когда речь идёт о сансаре и нирване. Должно быть, они не поняли истинного воззрения о естественном состоянии, иначе их поведение, несомненно, не было бы таким низменным и предосудительным. Наверное, у них нет никакого желания пробудиться к совершенному просветлению, иначе они с презрением отвергли бы все тщетные дела этой жизни.

Есть множество людей без малейшего интереса к Дхарме!

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, если желаешь соединить свой ум с Дхармой, то у меня есть наставления.

Сутры и тантры — это непогрешимые и неисчерпаемые источники, поэтому согласуй с учениями всё, что делаешь. Совет учителя — это окончательное мнение, поэтому следуй

словам возвышенных существ. Твой йидам — это опора для достижения реализации, поэтому практикуй неуклонно. Твои препятствия устраняют охранители, поэтому полагайся на дакини и охранителей Дхармы.

Твоя задача — заниматься духовной практикой, поэтому никогда не отступай от Дхармы ни мыслью, ни словом, ни делом. То, что ты воспринимаешь, — это иллюзия, поэтому рассматривай все проявления как нереальные. Привязанность к своему «я» — вот что тебе нужно победить, поэтому изгони злого духа себялюбия. Твоё даяние — это благо других существ, поэтому защищай живых существ, как собственное дитя.

Воззрение — вот что тебе нужно постичь, поэтому распознай подлинную природу сансары и нирваны. Препятствия — вот что тебе нужно устранить, поэтому считай все несчастья помощниками.

Состояние будды — вот что тебе нужно обрести, поэтому реализуй три каи. Если ты обладаешь всем этим, твой ум соединён с Дхармой, но большинство людей не завершают пути освобождения.

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, когда приблизится конец века [Дхармы Будды], здесь, в Тибете, будет много людей, желающих достичь просветления, но поскольку такое желание требует умения правильно практиковать Дхарму, то только очень немногие его осуществят. Если в то время они услушат этот добрый совет, то у них будет возможность обрести счастье.

Прошу, дай нам такой совет, — *попросила Цогял.*

Совет Рожденного из Лотоса

Гуру ответил:

Пусть ты практикуешь с большим усердием — тебе не удастся избежать демона препятствий, пока ты живешь в городе: так поселись в уединённой горной обители, если желаешь достичь быстрого результата. Пусть ты обладаешь твёрдым намерением бодхисаттвы — тяжело трудиться на благо других, не обретя собственной зрелости: так занимайся личной практикой. Пусть ты овладел воззрением окончательного смысла — ты можешь поддаться пяти ядам обычного человека, если не будешь искусен в повседневном поведении: так отвергни мирские дела.

Пусть ты занимаешься духовными практиками, которые кажутся Дхармой, — ты уклоняешься на пути мирских людей, если нет намерения бодхисаттвы: так откажись от восьми мирских забот. Пусть тебя поддерживает сострадание учителя — ты не отсечёшь узы разделения на друзей и врагов, если не откажешься от восьми мирских забот: так отбрось привязанность к двойственным понятиям «я» и «другие». Пусть ты получил глубокие наставления — одно это не устранит препятствия, если не проявишь усердия: так применяй искусный метод для продвижения.

Пусть ты сосредоточен в состоянии медитации — это не пресечёт мощный поток привычных склонностей, если не сумеешь объединить все превратности жизни с путём: так испытай переживание своей подлинной природы благодаря последующему знанию [в состоянии после медитации]. Пусть твоя духовная практика с использованием понятий непрерывна — она превратится в надежду и страх относительно плода, если не высвободишь свою цель в состояние вне понятий: так разруби узел одержимости двойственностью.

Пусть твое знание сутр и тантр обширно — когда твой ум покинет тело, ты останешься обычным человеком, если не постигнешь естественное состояние ума: так распознай истинную сущность практики. Пусть ты стремишься к реализации — всё равно ты будешь отдавать предпочтение конкретному йидаму, если не будешь оставаться достойным вместилищем самай: так храни свои самаи в чистоте.

Так или иначе, те люди, которые, приняв Дхарму Будды, не ведут себя в соответствии с сутрами, тантрами и со словами своего учителя, не найдут счастья! Но если они послушают совета Лотосорождённого гуру из Уддияны, то будут счастливы в этой жизни и радостны в будущих.

И ещё сказал Гуру Падма:

Цогял, вот как будут страдать люди в ужасную зиму последнего века: царский закон закатится, как заходящее солнце, а религиозные принципы царских подданых распадутся, как шёлковый узел. Изучение и проповедь учения Дхармы во всем мире угаснут, как тают на воде снежные хлопья; людей размышляющих и медитирующих будет меньше, чем звёзд на заре; сведущие учителя, стремящиеся помогать другим, канут в прошлое, как камень, брошенный в колодец; а животных всех видов изведут под корень, и они сохранятся только в старых сказках. Духовные учителя, подобные лодкам и мостам, канут в водах океана зависимости; люди, обладающие достоинствами, исчезнут, как трава и кустарник, унесённые космическим ветром, а учения Будды Шакьямуни поблекнут, как тени в сумерках.

Когда настанет этот век, ваши добрые слова будут восприниматься как порицание и обличение. Советуя другим

практиковать Дхарму, в ответ услышишь: «Сам практикуй!» Когда будешь рассказывать об уме будды, люди, не уловив сути, станут притворяться, что поняли. Советуя верить в закон кармы, в ответ услышишь: «Это неправда, это обман!»

В то время убийства будут в порядке вещей; ложь войдёт в привычку; наряжаясь, дабы упрочить свою самоуверенность, люди будут убивать за награду и получать удовольствие от половых извращений. Сделав своей главной целью материальные блага, они будут убивать и поедать живых существ, выдавая это за религиозные обряды. Такие грядут времена.

В то время те, кто воспользуется моим советом, принесут пользу и самим себе, и другим избранным людям грядущих поколений. Посему, Цогял из рода Карчен, запиши всё это ради людей будущего и укрой как клад-тэрма.

Так сказал Падмасамбхава.

БЛАГОПОЖЕЛАНИЯ МАНДАЛЫ ВАДЖРАДХАТУ

НАМО ГУРУ

В десятый день месяца обезьяны года обезьяны Гуру из Уддияны произнёс это благопожелание по случаю открытия мандалы ваджрадхату в выложенном бирюзой центральном зале Самье. Впоследствии царь и другие ученики включили его в свою ежедневную практику. Все грядущие поколения тоже должны принять его всем сердцем как свою практику.

Победоносные и вы, их сыновья десяти направлений
и четырёх времён,
Собрания гуру, йидамов, дакини и охранителей Дхармы,
Прошу, придите, все вы, несметные, как пылинки
во вселенной,
И воссядьте в небе передо мной на троны из лотоса и луны.

Я склоняюсь перед вами, почитая вас телом, речью и умом,
И подношу вам внешние, внутренние, тайные
и таковые подношения.
Перед лицом сугат, высших объектов почитания,
Я раскаиваюсь в своих дурных поступках
И со стыдом признаюсь в своих нынешних прегрешениях.
Я буду обуздывать себя и воздерживаться от них в будущем.

Я радуюсь всем собраниям заслуг и добродетелей
И прошу вас, победоносные, не уходить в нирвану,
Но повернуть колесо Дхармы,
Проповедуя Трипитаку и непревзойдённые учения.
Все накопленные заслуги я посвящаю умам живых существ,
Чтобы они смогли достичь наивысшего освобождения.

Будды и вы, их сыновья, прошу вас, внемлите мне!
Да будет это превосходное благопожелание, начатое мною,
Пребывать в согласии с победоносным Самантабхадрой
и его сынами,
А также с мудростью благородного Манджушри.

Да будут все драгоценные учителя, слава Учения,
Вездесущи, как небо.
Да будут они, подобно солнцу и луне,
Проливать свой свет на каждого,
И да будет их жизнь крепка, как скала.

Да будет драгоценная сангха, основа учения,
Пребывать в согласии, хранить чистоту обетов
И быть богатой тремя упражнениями.

Да будут практикующие Мантраяну, сущность учения,
Хранить свою самаю и совершенствовать стадии
зарождения и завершения,

Да увеличит правитель, опора Дхармы,
покровитель Учения,
Свою власть и помощь буддийским учениям.
Да возрастёт мудрость и изощрённость ума
Знати и военачальников, слуг учения.

Да будут счастливы, обеспечены и невредимы
Все богатые домохозяева, попечители учения.
Да будут царить мир и счастье во всех странах,
где есть вера в учение,
И да будут они избавлены от препятствий.

Да будет у меня, идущего по пути йогина, безупречная самая
И да исполнятся все мои желания.
Да будут ныне и вечно покровительствовать победоносные
Всем тем, кто связан со мной благой и дурной кармой.
Да войдут все живые существа во врата высшей колесницы
И достигнут бескрайнего царства Самантабхадры.

Прилежно читайте это благопожелание в течение шести дневных занятий практикой.

Самая.
Печать.

Великий тэртон Чокгюр Лингпа, воплощение царевича Муруба, обнаружил этот клад-тэрма при большом стечении народа. Он извлёк его из верхней части Скалы Громоздящихся Драгоценностей, расположенной на правом склоне священнейшего места, Сэнгчен Намтрак. Это послание, записанное рукой Цогял тибетским письмом *шурма* на шёлковой бумаге, сделанной из одеяния Вайрочаны, было немедленно и аккуратно переписано Падма Гарвангом Лодро Тае. Да возрастёт благо добродетели.

ПРИМЕЧАНИЯ

1. Буквальный смысл тибетского слова *гом* (sgom), «медитировать», — «развивать», то есть производить то, чего ещё нет. Практика Великого Совершенства — это не «акт медитации», то есть в ней ничего не создаётся и не удерживается в уме. *Тулку Урген Ринпоче.*

2. В других источниках вместо «убеждение» — «отвлечение».

3. В варианте *Лама Гонгду* говорится: «Практикуй благодаря такой уверенности!»

4. Здесь вариант *Лама Гонгду* значительно отличается: «Эти тайные слова Самантабхадры — не обычное знание, предназначенное для каждого. Все люди, обладающие неодолимой жаждой веры, естественно постигают пространство ума-мудрости. Так они получают передачу без необходимости пересчитывать [учителей линии передачи как] бусины на шнуре. Люди, у которых нет ни веры, ни почитания, которые не практикуют, могут гоняться за девятью линиями передачи и не получить ни одной. О царь, укрепи в пространстве своего сердца неодолимую жажду веры, усиленную переживаниями практики!»

5. Рассеянность здесь означает отвлечение и потерю внимательности. [ЭПК]

6. Имеется в виду воплощение царевны. Им считается Пэма Лэдрэл Цал (padma las 'brel rtsal) (1291—1315).

7. Просветление без остатка часто означает обретение радужного тела. В другом случае это может означать реализацию пробуждённого состояния, свободного от остатка пяти обусловленных скандх [ЭПК].

8. Вести образ жизни «тайного йогина» значит избегать внешнего проявления таких духовных качеств, как реализация воззрения или овладение сверхъестественными способностями [ЭПК].

9. Очевидно, в тексте оригинала пропущено одно или два предложения. Слова в квадратных скобках вставлены мной [ЭПК].

10. Эти три особенности: блаженство, ясность и «немышление» — основные качества природы ума и сами по себе не являются ловушками. Когда внимание направлено на эти качества, познаёт их и проникается ими как «переживанием», как тем, к чему стоит стремится и что стоит сохранить, формируется тонкая привязанность — именно это тонкое пристрастие и есть непосредственная причина продолжения сансарного бытия. *Тулку Урген Ринпоче.*

11. Простирания, подношение, раскаяние, радость, просьба повернуть Колесо Дхармы, мольба не уходить в нирвану и посвящение заслуг благу всех живых существ.

12. Под «отсечением» здесь имеется в виду практика чод, отсечение привязанности к имуществу, телу и собственному «я» [ЭПК].

13. Обычно говорят, что этот период длится три с половиной дня. По старой традиции подсчёт ведётся по половинам суток, составляющим двенадцать часов [ЭПК].

14. Неведение, элементы-делатели, сознание, имя-и-форма, опоры чувств, соприкосновение, ощущение и страсть: первые восемь звеньев двенадцатичленной формулы зависимого возникновения [ЭПК].

15. Выражение «имя-и-форма» обозначает пять скандх, причём «форма» — скандха форм, а «имя» относится к четырём остальным: ощущениям, восприятиям, элементам-делателям и сознаниям [ЭПК].

16. Пять обычных путеводных светов описываются в следующей главе.

17. Это наставление относится к нераздельности праны и двойственного ума. Энергетические токи тела и поток рассудочного мышления глубоко взаимосвязаны [ЭПК].

18. Тулку Урген Ринпоче объясняет, что пятачок свиньи — это её самое чувствительное место: если по нему ударить, она сразу убежит. Реакции, выражающиеся и как чувства вины и подавленности, и как слепая одержимость эмоцией, подразумевают «ударить свинью в пятачок», тем самым потерять возможность распознать природу клеши.

19. Следующие строки написаны в логическом стиле индийских пандитов. Конечный результат этой цепочки рассуждений — достижение убеждённости в том, что ум-мудрость будд не вмещается в

рамки любых умственных построений, в которые мы попытались бы его втиснуть.

20. Случай, когда, нажимая на глазное яблоко, человек видит две луны, часто используется в качестве примера, показывающего, что личное переживание не обязательно согласуется с природой вещей [ЭПК].

21. В противоположность человеку богатому, знаменитому или обладающему властью.

22. В тэрма Нянг Рал Нима Осэра в этом месте имеется дополнительная фраза: «У тебя может быть множество цариц, слуг и подданных, но помни, что, умирая, ты уходишь один».

23. В сутрах Праджняпарамиты часто упоминается, что бодхисаттва, занимающийся глубокой практикой пустоты, сталкивается с множеством трудностей, с тем чтобы его карма скорее очистилась и он быстрее продвигался по пути просветления [ЭПК].

24. В версии *Ринчен Тэрдзо* сказано: «Умерьте стремление соревноваться с высшими и следуйте примеру святых».

25. К традиционным наукам относятся философия, грамматика, логика, медицина и искусство, включая ремёсла.

26. Девять последовательных колесниц, каждая из которых является завершением предыдущих: принципы того, что следует отвергнуть и того, что следует реализовать, в любой из восьми колесниц, начиная снизу, входят в вышестоящую колесницу и содержатся в ней во всей полноте. См. также глоссарий.

27. Это четверостишие взято из «Невыразимого признания Абсолюта», четвёртой главы «О раскаянии в несогласованности с божествами мудрости», взятой из «Тантры безупречного царя раскаяния».

28. Три сферы — это субъект, объект и действие, а в случае подношения — это подносимое, акт подношения и его получатель.

29. Здесь имеется в виду имя того человека, на благо которого делают посвящение заслуг.

30. Личная практика, служение умом, речью и телом, а также материальное даяние.

31. Несвободные состояния: быть обитателем ада, голодным духом или животным, дикарём или богом-долгожителем, иметь ложные взгляды, жить там, где нет будды, и быть слабоумным.

32. Это значит наполнять свою сокровищницу двумя накоплениями: заслуг и мудрости.

33. Шестой объект чувств — это то, что происходит в области ума: воспоминания и планы на будущее, текущие ощущения приятного и неприятного и т. д.

34. Сверхспособности, которые включают в себя ясновидение, память о прошлых жизнях, способность творить малые чудеса, могут послужить основой для духовной гордости и большим соблазном стать учителем и иметь много последователей [ЭПК].

35. Учения окончательного смысла — прямые учения о пустоте и ясном свете, в противоположность учениям условного смысла, которые постепенно подводят к прямому смыслу.

36. Намерение Махаяны — это обет бодхисаттвы достичь просветления ради блага всех живых существ.

ИСТОЧНИКИ

Глава 1. Завет — драгоценное остриё: из раздела Кадаг Рангчжунг Рангшар, входящего в *Гонгпа Сангтал*, том IV (ХРИ), сс. 55—74. Тибетское название: ZHAL CHEMS RIN CHEN GZER BU⁝.

Глава 2. Совет Трисонг Дэуцену: издание *Ринчен Тэрдзо*, сс. 180—191.

Глава 3. Отсутствие противоречий между малой и большой колесницами: из *Ринчен Тэрдзо*, том I; раздел 4 *Мартри* (сс. 200—203).

Глава 4. Золотые чётки, содержащие нектар. Тибетское название: ZHUS LEN BDUD RTSI GSER PHRENG BZHUGS LAGS SO⁝.

Глава 5. Песни двадцати пяти ученикам: песни, содержащие глубокие наставления каждому из двадцати пяти близких учеников, 48-ая глава в *Тонгва Дондэн*, с. 139b. Те же самые песни имеются в «Пророчествах из *Лама Гонгду*», сс.216—222. Тибетское название: BLA MA DGONGS PA 'DUS PA LAS, MA 'ONG LUNG BSTAN GSANG BA'I DKAR CHAG BKOD PA'I LUNG BSTAN BKA' RGYA⁝.

Глава 6. Сокровищница, полная драгоценностей, устраняющих препятствия, ответы на вопросы Еше Цогял: из раздела *Кадаг Рангчжунг Рангшар*, том IV (ХРИ) *Гонгпа Сангтал*, глава 13/РО, сс. 261—320. Тибетское название: GEGS SEL NOR BU RIN PO CHE'I MDZOD; MTSHO RGYAL ZHUS LAN⁝.

Глава 7. Совет, как правильно практиковать Дхарму: *Ринчен Тэрдзо*, том I, сс. 230—254. Приблизительно соответствует *Лама Гонгду*, том ЧА, сс. 842—867.

Глава 8. Направив посох на старика: *Ринчен Тэрдзо*, сс. 463—467.

Глава 9. Устный совет по практике: из *Лама Гонгду*, том ЧА, сс. 842. Соответствует *Ринчен Тэрдзо*, том. I, сс. 230—254. Тибетское название: SPYOD PA'I ZHAL GYIS GDAMS PA⁝.

Глава 10. Посвящение заслуг — драгоценность, исполняющая желания: из *Лама Гонгду*, том ЧА, сс. 55—72. Тибетское название: BLA MA DGONGS PA 'DUS PA LAS: BSNGO BA NOR BU BSAM 'PHEL ZHES BYA BA BZHUGS SO⁝.

Глава 11. Побуждение к духовной практике: побуждение к духовной практике с применением условного смысла. Собрание из *Тонгва Дондэн*.

Глава 12. Благопожелания мандалы ваджрадхату: имеется в собраниях учений тэрма *Ринчен Тэрдзо* и *Чоклинг Тэрсар*.

Глоссарий. Глоссарий составлен по следующим источникам: устные наставления Чоки Нима Ринпоче, Тулку Ургена Ринпоче и Тулку Пэма Вангяла; глоссарии из наших предыдущих публикаций; примечания, в течение ряда лет составлявшиеся Мэттью Рикардом; примечания Питера Робертса. Подробностями о двадцати пяти учениках я также обязан книге Тулку Тондупа *Tantric Tradition of the Nyingmapa* (Buddhayana) и книге Дуджома Ринпоче *The Nyingma School, its History and Fundamentals* (Wisdom Publications) в переводе Гюрмэ Дордже и Мэтью Кэпстейна.

ГЛОССАРИЙ

АБХИДХАРМА (chos mngon pa). Одна из трёх частей Трипитаки, слова Будды. Систематизированное учение о метафизике, посвящённое развитию различающего знания методами анализа элементов опыта и исследования природы существующих вещей.

АБХИДХАРМА-ПИТАКА (chos mngon pa'i sde snod). «Собрание учений Абхидхармы». См. *Трипитака.*

АБХИСАМБОДХИКАЯ (mngon par byang chub pa'i sku). Пятая из пяти кай состояния будды, которой Джамгон Конгтрул в своей «Сокровищнице знания» дал такое определение: «многообразное проявление в соответствии с кармой тех, к кому оно обращено, которое не отделено от дхармакаи и опирается на спонтанное совершенство (остальных четырёх кай) в мудрости-осознавании».

АКАНИШТХА ('og min). «Наивысшее»; мир Ваджрадхары, просветлённая сфера будды-дхармакаи. Часто используется как синоним дхармадхату.

АМРИТА (bdud rtsi). То же, что и Амритакундали: херука семейства ратна из числа восьми учений-садхан, а также тантрийские учения, связанные с этим божеством.

АМРИТА И РАКТА (sman rak). Два вида священных веществ, которые ставят на алтарь для ритуалов Ваджраяны.

АНАЛИТИЧЕСКИЕ КОЛЕСНИЦЫ (mtshan nyid theg pa). Собирательное наименование Хинаяны и Махаяны. Сюда относятся три колесницы: шраваков, пратьекабудд и бодхисаттв.

АНАНДА (kun dga' bo). Один из десяти ближайших учеников Будды, всегда сопровождавший его. Он читал сутры на Первом Соборе и был вторым патриархом устной передачи Дхармы.

АНУ-ЙОГА (rjes su rnal 'byor). Вторая из трёх Внутренних Тантр (Маха, Ану и Ати). Она делает упор на мудрость (*праджня*), а не метод (*упая*); на стадию завершения, а не на стадию зарождения. Воззрение Ану-йоги заключается в том, что освобождение обретают благодаря всё большему привыканию к непосредственному видению недвойственной природы пространства и мудрости. Считается, что мандала Ану-йоги пребывает в ваджрном теле. *Ану* означает «идущая следом».

АТИ-ЙОГА (shin tu rnal 'byor). Третья из трёх Внутренних Тантр. Согласно Джамгон Конгтрулу Первому, она опирается на воззрение о том, что освобождение обретают благодаря всё большему знакомству с непосредственным видением природы изначального просветления, свободного от принятия и отвергания, надежды и страха. В наше время её чаще называют Дзогчен, «Великое Совершенство». *Ати* означает «наивысшая».

БАРДО (bar do; санскр. *антарабхава*). «Промежуточное состояние». Обычно имеется в виду период между смертью и следующим рождением. Подробнее о четырёх бардо см. «Путеводитель по жизни и смерти» (*Mirror of Mindfulness* и *Bardo Guidebook*, Rangjung Yeshe Publications).

БАРЧЕ КУНСЭЛ (bar chad kun sel). См. *Тукдруб Барче Кунсэл.*

БЛАЖЕНСТВО, ЯСНОСТЬ И НЕМЫШЛЕНИЕ (bde gsal mi rtog pa). Три переживания в медитации. Привязанность к ним закладывает семена для перерождения в трёх мирах сансары. При отсутствии привязанности — украшения трёх кай.

БОДХИСАТТВА (byang chub sems dpa'). Тот, кто зародил в себе бодхичитту, намерение достичь просветления, чтобы принести благо всем живым существам. Практик пути Махаяны, в особенности — благородный бодхисаттва, достигший первого уровня.

БОДХИЧИТТА (byang sems; byang chub kyi sems). «Пробуждённое состояние ума», «просветлённость». 1) Намерение достичь просветления на благо всех живых существ. 2) В контексте Дзогчена — изначальная пробуждённость просветлённого ума; синоним недвойственного осознавания.

БХИКШУ (dge slong). Практик, отказавшийся от мирской жизни и принявший обет соблюдать все двести пятьдесят три правила монашеского поведения с целью освобождения от сансары.

БХУМИ (sa). Уровни бодхисаттвы: десять ступеней, которые проходит бодхисаттва на пути к полному и совершенному просветлению.

Эти десять ступеней соответствуют последним трём из пяти путей Махаяны. См. также «десять бхуми».

ВАДЖРА ТОТРЭНГ (rdo rje thod phreng). «Ваджрная гирлянда из черепов» — одно из имён Падмасамбхавы.

ВАДЖРАДХАРА (rdo rje 'chang). «Держатель ваджры». Будда-дхармакая Новых школ. Может обозначать также личного учителя Ваджраяны или всеобъемлющую природу будды.

ВАДЖРАКАЯ (rdo rje'i sku). Неизменное качество природы будды. Иногда считается пятой каей будды.

ВАДЖРАПАНИ (phyag na rdo rje). «Носитель ваджры». Один из восьми великих бодхисаттв и главный составитель учений Ваджраяны. Другое его имя — Владыка Тайн.

ВАДЖРАЯНА (rdo rje theg pa). «Ваджрная колесница». Практики принятия плода как пути. То же, что Тайная Мантра.

ВАДЖРНОЕ ТЕЛО (rdo rje lus/sku). Человеческое тело, чья система каналов тонкой энергии напоминает ваджру.

ВАДЖРНЫЙ АД (rdo rje'i myal ba). Самый нижний ад непрекращающихся страданий.

ВАДЖРНЫЙ ТРОН (rdo rje gdan; санскр. *ваджрасана*). «Алмазный трон» под деревом Бодхи в Бодхгае, где Будда Шакьямуни достиг просветления.

ВАЙРОЧАНА. Великий переводчик, который жил во времена правления царя Трисонг Дэуцена. В числе семи первых монахов был послан в Индию учиться у Шрисингхи. Вайрочана, Падмасамбхава и Вималамитра — это три главных учителя, которые принесли в Тибет учение Дзогчен.

ВЕЛИКАЯ ПЕЩЕРА В ПУРИ, или ХРУСТАЛЬНАЯ ПЕЩЕРА В ПУРИ ПУГМОЧЕ (spu ri phug mo che shel gyi brag phug). Священная обитель Санге Лингпы в местности Пуво на границе с Ассамом, в которой он обнаружил цикл *Лама Гонгду*.

ВЕЛИКОЕ СОВЕРШЕНСТВО (rdzogs pa chen po; санскр. *махасандхи*). Третья из трёх Внутренних Тантр школы нингма. Великое Совершенство — высший из восьмидесяти четырех тысяч глубоких и обширных разделов Дхармы, реализация Будды Самантабхадры как она есть. См. также *Ати-йога*.

ВИДЬЯДХАРА (rig pa 'dzin pa). «Держатель знания». Держатель (*дхара*), или носитель мантры знания (*видья*). Реализовавший учитель, находящийся на одной из четырёх ступеней тантрийского пути Маха-йоги, тантрийского эквивалента одиннадцати ступеней. Другое определение: носитель глубокого метода, знания, представляющего собой мудрость божества, мантры и великого блаженства.

ВИМАЛАМИТРА (dri med bshes gnyen). Учитель Дзогчена, приглашённый в Тибет царём Трисонг Дэуценом. Один из трёх главных учителей, стоявших у истоков учений Дзогчена, особенно Нингтиг, в Тибете. Вималамитра значит «чистый друг».

ВИНАЯ ('dul ba). «Нравственность». Одна из трёх частей Трипитаки. Буддийское учение, устанавливающее как для мирян, так и для монахов нравственные правила, дисциплину и поведение, которые лежат в основании всей практики Дхармы.

ВИНАЯ-ПИТАКА ('dul ba'i sde snod). См *Трипитака*.

ВИПАШЬЯНА (lhag mthong). «Ясное» или «расширенное видение». Обычно обозначает прозрение пустоты. Одна из двух главных разновидностей практики медитации (другая — шаматха).

ВЛАДЫКА СМЕРТИ (gshin rje). 1) Олицетворение непостоянства и непреложного закона причины и следствия. 2) ('chi bdag). Демон, носящий это имя, — один из четырёх Мар, см. *Мара*.

ВМЕСТЕРОЖДЁННОЕ НЕВЕДЕНИЕ (lhan cig skyes pa'i ma rig pa). Неведение, которое возникает вместе с нашей изначальной природой и всегда присутствует как потенциальная возможность проявления заблуждения при возникновении надлежащих обстоятельств.

ВОЗЗРЕНИЕ, МЕДИТАЦИЯ, ПОВЕДЕНИЕ И ПЛОД (lta ba sgom pa spyod pa 'bras bu). Система взглядов; акт углубления её освоения, обычно при занятии сидячей практикой; применение этой мудрости в повседневной деятельности; последствия, проистекающие из подобной практики. В каждой из девяти колесниц имеются свои определения пути, медитации, поведения и плода.

ВОСЕМЬ ЛИНГПА (gling pa brgyad). Санге, Дордже, Ринчен, Падма, Ратна, Кункёнг, До-нгак и Тэнни Лингпа.

ВОСЕМЬ МИРСКИХ ЗАБОТ ('jig rten chos brgyad). Привязанность к приобретению, удовольствию, похвалам и славе и неприятие потери, боли, хулы и позора.

ВОСЕМЬ СОБРАНИЙ СОЗНАНИЙ (rnam shes tshogs brgyad): сознание-основа, сознание, омрачённое клешами, сознание ума, сознание зрения, слуха, обоняния, вкуса и осязания.

ВОСЕМЬ УЧЕНИЙ-САДХАН (sgrub pa bka'i brgyad). Восемь главных йидамов Маха-йоги и соответствующие им тантры и садханы:

Тело (Манджушри), Речь (Падма), Ум (Вишуддха), Качества (Амрита-кундали), Действия (Килая), Освобождающая магия (Мамо), Яростные мантры и Мирские ритуалы. Часто это название обозначает одну практику, включающую в себя сложные мандалы с множеством божеств.

ВСЕОБЩАЯ ОСНОВА (kun gzhi; санскр. *алая*). Буквально «опора всего». Содержит в себе ум и все чистые и нечистые дхармы. Это выражение в разных контекстах имеет разное значение. Иногда оно синонимично выражениям «природа будды» или «дхармакая», распознавание которых — основа всех чистых дхарм. В иных случаях оно выступает как «всеобщая основа неведения» и обозначает неопределённое состояние двойственного ума, не охваченное изначальной пробуждённостью и потому является источником сансарного опыта.

ГАРАБ ДОРДЖЕ (dga' rab rdo rje; санскр. Суративаджра, Прахеваджра, Прамодаваджра). Воплощение божества по имени Сэмлхаг Чен, ранее получившего благословение будд. Его зачатие было непорочным, а мать, монахиня, была дочерью царя Уддияны Упараджи (Дхахенатало или Индрабхути). Гараб Дордже получил все тантры, тексты и устные наставления Дзогчена лично от Ваджрасаттвы и Ваджрапани и первым из людей стал видьядхарой в традиции Дзогчен. Благодаря свободному от усилий Великому Совершенству достигнув состояния полного просветления, Гараб Дордже передал учения окружавшим его выдающимся существам. Его главным учеником считается Манджушримитра. Известно, что Падмасамбхава тоже получил передачу тантр Дзогчена непосредственно от формы мудрости Гараба Дордже. Гараб Дордже означает «неразрушимая радость».

ГОНГПА САНГТАЛ (dgong pa zang thal). Тантрийский текст в пяти томах, укрытый Гуру Ринпоче и обнаруженный Ригдзином Годэмом, учителем, основавшим традицию *чжангтэр* школы нингма. Содержит знаменитое «Благопожелание Самантабхадры». Выражение *гонгпа сангтал* означает «беспрепятственная реализация» и представляет собой сокращённое выражение «прямой показ состояния Самантабхадры» (kun tu bzang po'i dgongs pa zang thal du bstan pa).

ГОРА СУМЕРУ И ЧЕТЫРЕ КОНТИНЕНТА (ri rab lhun po gling bzhi dang bcas pa). Мифологическая гигантская гора в центре нашей мировой системы, окружённая четырьмя континентами, где живут божества низших разрядов мира желаний. Она окружена цепью меньших гор, озёрами, континентами и океанами, и, по преданию, возвышается над уровнем моря на восемьдесят четыре тысячи йоджан. Наш мир расположен на южном континенте, который называется Джамбудвипа.

Совет Рожденного из Лотоса

ГУРУ ЧОВАНГ (gu ru chos dbang). Один из пяти царей тэртонов (1212—1270). Более подробно об этом см. в книге Его Святейшества Дуджома Ринпоче *The Nyingma Lineage, its History and Fundamentals* (Wisdom Publications). Гуру Чованг означает «учитель — владыка Дхармы».

ГУХЬЯСАМАДЖА (gsang ba 'dus pa). Буквально, «Собрание тайн». Одна из главных тантр и один из главных йидамов Новой школы.

ГЯЛВА ЧЖАНГЧУБ ИЗ ЛАСУМА (la gsum rgyal ba byang chub). Один из первых семи тибетцев, получивших полные монашеские обеты от Шантаракшиты. Был исключительно умён, несколько раз посетил Индию и перевёл много священных текстов. Близкий ученик Падмасамбхавы, обрёл сиддхи и мог летать в небе. Одним из его перевоплощений считается Ригдзин Кунсанг Шераб, основатель великого монастыря Пальюл в Каме. Гялва Чангчуб значит «победоносное просветление».

ГЯЛВА ЧО-ЯНГ ИЗ НГЭНЛАМА (ngan lam rgyal ba mchog dbyangs). Ближайший ученик Гуру Ринпоче, который благодаря практике Хаягривы достиг сиддхи и позднее воплотился как Кармапа. Выходец из рода Нгэнлам, обитавшего в долине Пэн, в числе первых семи тибетских монахов принял монашеские обеты от Шантаракшиты. Говорят, что он хранил свои обеты в величайшей чистоте. Получив передачу Хаягривы от Падмасамбхавы, практиковал в уединении и достиг уровня видьядхары. Гялва Чо-янг значит «возвышенный глас победы».

ГЯЛВЭ ЛОДРО ИЗ ДРЭ ('bre rgyal ba'i blo gros). Он был *гонпо*, приближённым царя Трисонг Дэуцена, а затем одним из первых среди тибетцев принял монашеские обеты и получил имя Гялвэ Лодро, «победоносная мудрость». Он в совершенстве овладел искусством перевода и, получив в Индии передачу от Хумкары, обрёл сиддхи. По преданию, он посетил страну Ямы, Владыки Смерти, и освободил из ада свою мать. Получив учения от Падмасамбхавы, он превратил волшебного мертвеца <ro langs> в золото, часть которого позднее была найдена в тэрма. Он достиг уровня видьядхары долгой жизни и дожил до эпохи Ронгзом Пандиты Чоки Сангпо (rong zom chos kyi bzang po) (1012—1088), которому передал учения.

ДАКИНИ (mkha' 'gro ma). 1) Духовные существа, совершающие просветлённые деяния; женские тантрийские божества, которые защищают учение Будды и практикующих и служат им. Также один из Трёх Корней. 2) Просветлённые женщины, практикующие Ваджраяну.

ДАТИМ (brda' thim). Буквально, «знак растворился». Это слово часто стоит в конце тэрма.

ДВА ОМРАЧЕНИЯ (sgrib gnyis). Омрачение клеш и омрачение познавания.

ДВА СОБРАНИЯ (tshogs gnyis). Собрание накопленных заслуг с наличием понятий и собрание мудрости вне понятий.

ДВАДЦАТЬ ПЯТЬ СОСТАВЛЯЮЩИХ ПЛОДА ('bras chos nyer lnga). Пять кай, пять видов речи, пять мудростей, пять качеств, пять видов действий. Другое название — «непрерывность, украшенная неиссякаемыми телом, речью, умом, качествами и действиями».

ДВЕ ИСТИНЫ (bden pa gnyis). Относительная истина и абсолютная истина. Относительная истина описывает видимый, поверхностный и иллюзорный аспект всех вещей. Абсолютная истина описывает реальный, истинный и безошибочный аспект. Четыре философские школы и тантры Ваджраяны по-разному определяют эти два аспекта действительности, причём каждая из них всё ближе и глубже подходит к описанию вещей как они есть.

ДВЕНАДЦАТЬ БОГИНЬ ТЭНМА (brtan ma bcu gnyis). Важные охранительницы традиции нингма, наполовину мирские, наполовину просветлённые.

ДЕВЯТЬ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫХ ПРЕБЫВАНИЙ В СОСТОЯНИИ СПОКОЙСТВИЯ (mthar gyis gnas pa'i snyoms par 'jug pa dgu). Четыре дхьяны, четыре состояния без образов и самадхи спокойствия шраваки, называемые также спокойствием прекращения.

ДЕВЯТЬ ПОСТЕПЕННЫХ КОЛЕСНИЦ (theg pa rim pa dgu). Колесницы шраваков, пратьекабудд, бодхисаттв, Крия-тантры, Упа-тантры, Йога-тантры, Маха-йоги, Ану-йоги и Ати-йоги. Первые две относятся к Хинаяне, третья — это Махаяна, три следующие — три Внешние Тантры и три последние называются тремя Внутренними Тантрами.

ДЕРЖАТЕЛЬ ВАДЖРЫ (rdo rje 'dzin pa). 1) Почетный титул реализовавшего учителя. 2) Состояние просветления.

ДЕСЯТЬ БЛАГИХ ДЕЯНИЙ (dge ba bcu). В общем — воздерживаться от неблагих деяний, а в частности — совершать противоположные деяния, например: спасать жизнь, проявлять щедрость и т. д.

ДЕСЯТЬ БЛАГОЧЕСТИВЫХ ДЕЯНИЙ (chos spyod bcu). Переписывать тексты, делать подношения, подавать милостыню, слушать проповеди, заучивать наизусть, читать, объяснять, произносить слова Дхармы, размышлять об их смысле и осваивать его.

ДЕСЯТЬ НЕБЛАГИХ ДЕЯНИЙ (mi dge ba bcu). Неблагие деяния тела: убивать, брать то, что не было отдано, и прелюбодействовать. Неблагие деяния речи: лгать, вызывать речами раздоры, сквернословить и пустословить. Неблагие деяния ума: таить алчность, недоброжелательность и ложные взгляды.

ДЕСЯТЬ ТЕМ ТАНТРЫ (rgyud kyi dngos po bcu). Воззрение, поведение, мандала, посвящение, самая, действия, сиддхи, самадхи, пуджа-подношение, мантра и мудра. Таковы десять аспектов пути практика Тантры, а также десять первостепенных вопросов, подлежащих объяснению.

ДЖАМГОН КОНГТРУЛ ('jam mgon kong sprul) (1813—1899). Известен также как Лодро Тае, Йонтэн Гямцо, Падма Гарванг, а его имя как тэртона — Падма Тэнни Юнгдрунг Лингпа. Один из самых выдающихся буддийских учителей девятнадцатого столетия. Особое внимание уделял несектарному подходу. Получил широкую известность как непревзойденный учитель, учёный и писатель; автор более сотни томов сочинений. Наиболее известны его «Пять сокровищ», среди которых шестьдесят три тома *Ринчен Тэрдзо*, собрания тэрма ста великих тэртонов.

ДЖАМЬЯНГ КЕНЦЕ ВАНГПО ('jam dbyangs mkhyen brtse'i dbang po) (1820—1892). Великий учитель прошлого столетия. Последний из пяти царей тэртонов; считается совместным воплощением Вималамитры и царя Трисонг Дэуцена. Стал знатоком и учителем всех тибетских буддийских школ и основателем движения *римэ*. Кроме тэрма, существуют десять томов его сочинений. Джамьянг означает «сладкоголосый Манджушри», а Кенце Вангпо — «владыка любящей мудрости».

ДЖНЯНАКУМАРА ИЗ НЯГА (gnyag jna na ku ma ra; ye shes gzhon nu). Джнянакумара значит «юная мудрость». Один из первых тибетских монахов и учёный переводчик; получил Четыре Великих Потока Передачи от Падмасамбхавы, Вималамитры, Вайрочаны и Юдра Нингпо. Переводя тантры Маха-йоги и Ати-йоги, работал в тесном сотрудничестве с Вималамитрой. Известен также под именем Няг Лоцава и под именем, полученном при тайном посвящении: Дримэ Дашар

— «незапятнанный лунный свет». Его гадательный цветок упал, также как и цветок Трисонга Дэуцена, на Чемчок Херуку. Впоследствии получил передачу Нектара Долголетия от Падмасамбхавы. Практиковал в Хрустальной Пещере в Ярлунге, где добыл воду из сплошной скалы. Говорят, что эта вода течёт и поныне. Среди его более поздних воплощений — Дабсанг Ринпоче, современник Джамгона Конгтрула Первого, живший в девятнадцатом веке.

ДЗОНГСАР КЕНЦЕ ЧОКИ ЛОДРО (rdzong gsar mkhyen brtse chos kyi blo gros). Одно из пяти воплощений Джамьянга Кенце Вангпо. Великий учитель, держатель традиции *римэ* (несектарной), а также один из двух главных коренных гуру Его Святейшества Дилго Кенце. В настоящее время три его воплощения живут: в Бире, Химачал Прадеш; в Дордони, Франция; и в Боднатхе, Непал. Дзонгсар означает «новая крепость», Кенце — «любящая мудрость», а Чоки Лодро — «ум Дхармы».

ДОН (gdon). Вредоносная сила; разновидность злых духов.

ДОРДЖЕ ДУДЖОМ ИЗ НАНАМА (sna nam pa rdo rje bdud 'joms). Один из советников царя Трисонг Дэуцена, посланный в Непал, чтобы пригласить Падмасамбхаву в Тибет. Будучи практиком мантры (тиб. sngags pa), достигший совершенства в двух стадиях зарождения и завершения, он умел летать со скоростью ветра и проходить сквозь стены. Перерождениями Дордже Дуджома считаются два человека: Ригдзин Годэм (1337—1408) и Пэма Тринлэ (1641—1718), великий видьядхара из монастыря Дордже Драк в Центральном Тибете. Дордже Дуджом значит «непобедимый покоритель Мары».

ДОСТОСЛАВНАЯ ГОРА В ЧАМАРА; ДОСТОСЛАВНАЯ МЕДНОЦВЕТНАЯ ГОРА (nga g.yab zang mdog dpal ri). Земная чистая страна Гуру Ринпоче, расположенная на субконтиненте Чамара к юго-востоку от континента Джамбу. Чамара — центральный остров из архипелага, состоящего из девяти островов: он населён свирепыми ракшасами. В середине Чамары в небеса вздымается величественная гора красного цвета. На её вершине стоит волшебный дворец Лотосного Света, проявившийся как естественное выражение изначальной мудрости. Там восседает Падмасамбхава в неразрушимом телесном образе, пребывающем за пределами рождения и смерти, пока длится сансара. Благодаря этому образу он непрерывно приносит пользу живым существам, проявляя эманации тела, речи и ума.

ДРАГОЦЕННОЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ ТЕЛО (mi lus rin po che). Обладает восемью свободами и десятью дарованиями. Свободы заключаются в том, чтобы избежать перерождения в восьми несвободных состояниях: родиться в трёх низших мирах, в мире богов-долгожителей, исповедовать ложные взгляды, родиться варваром, слабоумным или в эпоху, когда нет будд. Дарования разделяются на пять личных и пять, полученных от других. Пять собственных дарований: быть человеком, родиться в срединной стране, обладать полноценными органами чувств, зарабатывать на жизнь достойными способами и обладать верой. Пять дарований, полученных от других: появление будды и проповедь Дхармы, учения процветают и имеют последователей, есть учителя, с состраданием приносящие благо людям.

ДРЭНПА НАМКА (dran pa nam mkha'). Тибетский переводчик, ученик Падмасамбхавы, который ранее был влиятельным жрецом бонпо. Затем он учился у Падмасамбхавы и освоил искусство перевода. Предание гласит, что ему было достаточно сделать угрожающий жест, чтобы укротить дикого яка. Он поднёс множество учений Падмасамбхаве, который укрыл их как тэрма. Дрэнпа Намка означает «небо памятования».

ДУХИ ГЯЛПО (rgyal po). Разновидность вредоносных духов, иногда причисляемых к «восьми классам богов и демонов». Покорившись великому учителю, они могут действовать как защитники Дхармы Будды.

ДХАРМАДХАТУ (chos kyi dbyings). «Пространство дхарм», таковость, в которой пустота и зависимое возникновение нераздельны. Это природа ума и дхарм, которая пребывает вне возникновения, существования и прекращения.

ДХАРМАКАЯ (chos sku). Первая из трёх кай, которая, как пространство, свободна от любых построений. «Тело» просветлённых качеств. Её следует понимать в аспекте основы, пути и плода.

ДХАРМАРАДЖА, ВЛАДЫКА СМЕРТИ (gshin rje chos rgyal). Смертная природа человека, олицетворение непостоянства и непреложности закона причины и следствия.

ДХАРМАТА (chos nyid). Неотъемлемая природа дхарм и ума.

ДХЬЯНА (bsam gtan). Состояние сосредоточения ума, а также название мира богов, порождённого таким сосредоточением. См. также «четыре состояния дхьяны».

ДЭНМА ЦЕМАНГ (ldan ma rtse mang). Выдающийся переводчик Трипитаки на тибетский язык периода ранних переводов. Был чрезвычайно искусен в письме, и его стиль каллиграфии сохранился до нынешнего времени. Получив передачу Ваджраяны от Падмасамбхавы, достиг реализации и обрёл совершенную память. О нём говорят, как о главном писце, записавшем многие тэрма, в том числе «Собрание сугат», связанное с восемью учениями-садханами.

ЕШЕ ЦОГЯЛ (ye shes mtsho rgyal). Разные биографические источники дают неодинаковые сведения о месте её рождения, именах её родителей и т. д. В произведении «Океан чудесных высказываний на радость сведущих» Гуру Таши Тобгял утверждает, что имя её отца было Намка Еше из рода Карчен, а родилась она в Драке, в Дронгмоче. Сначала она была одной из супруг царя Трисонг Дэуцена, но затем он отдал её в духовные супруги Падмасамбхаве. Во время посвящения Собрания Сугат её цветок упал на мандалу Килаи. Благодаря этой практике она обрела способность усмирять злых духов и воскрешать мёртвых. Главная составительница всех непостижимых учений, которые дал великий гуру Падмасамбхава. Прожив в Тибете двести лет, переселилась в небесную обитель Достославной Медноцветной Горы, не оставив мёртвого тела. В «Драгоценном ожерелье из лазурита» Джамгон Конгтрула говорится: «Еше Цогял была непосредственным воплощением Ваджрайогини Дхатвишвари в облике женщины. В этой жизни она безупречно служила Падмасамбхаве, с невероятным упорством занималась практикой садханы и достигла уровня, равного уровню самого Падмасамбхавы, — «непрерывности, украшенной неистощимым телом, речью, умом, качествами и действиями». Её милость к Тибету превосходит воображение, а её сострадательная деятельность, не отличающаяся от деятельности Падмасамбхавы, продолжается непрерывно». Еше Цогял значит «победоносный океан мудрости».

ЕШЕ ЯНГ ИЗ БА (sba ye shes dbyangs). Тибетский переводчик, появление которого было предсказано Падмасамбхавой. Главный среди писцов, записавших тэрма Падмасамбхавы, реализовавший йогин, который умел как птица летать в небесные обители. Его другое имя — Ачарья Еше Янг. Еше Янг значит «благозвучная мудрость».

ЖАР САМАДХИ (ting nge 'dzin gyi drod). Знак продвижения или реализации в медитации.

ЗАВЕТ ПАДМАСАМБХАВЫ (padma'i bka' chems). Тэрма, открытое великим тэртоном Нянг Ралом, возможно, идентичное среднему по объему варианту *Санглингма*, биографии Падмасамбхавы. Перевод на английский язык издан под названием *The Lotus-Born* (Shambala Publications).

ЗАВИСИМОЕ ВОЗНИКНОВЕНИЕ (rten cing 'brel bar 'byung ba). Естественный закон возникновения всех дхарм в зависимости от их причин в сочетании с конкретными условиями: ни одна дхарма не появляется без причины и ни одна не создана по произволу. Всё возникает исключительно вследствие совпадения причин и условий, без которых не появилось бы ничего.

ЗАРОЖДЕНИЕ И ЗАВЕРШЕНИЕ (bskyed rdzogs). Два главных аспекта, «метод и знание» практики Ваджраяны. Вкратце, стадия зарождения предполагает создание мысленных построений, тогда как стадия завершения — пребывание в неизмышленной природе ума. Сущность стадии зарождения — «чистое восприятие», или «божественное видение», что означает способность воспринимать всё видимое, все звуки и мысли как божество, мантру и мудрость. «Стадия завершения с признаками» означает йогические практики, такие как *ummo*, йогу внутреннего тепла. «Стадия завершения без признаков» — это практика Дзогчена и Махамудры.

ИЗНАЧАЛЬНАЯ ПРОБУЖДЁННОСТЬ (ye shes). Исконная способность познавать, независимая от умственных построений. Обычно переводится как «мудрость».

ИЗУЧЕНИЕ, РАЗМЫШЛЕНИЕ И МЕДИТАЦИЯ (thos bsam sgom gsum). «Изучение» означает получение устных наставлений и изучение текстов с целью освобождения от неведения и ложных взглядов. «Размышление» направлено на устранение сомнений и неверного понимания путём тщательного обдумывания вопроса. «Медитация» означает обретение прямого прозрения благодаря применению учения в собственной практике.

ЙИДАМ (yi dam). Личное божество, в аспекте Трёх Корней — корень сиддхи. Йидам — это личный защитник человека и его практики, проводник к просветлению. Практика йидама — главная после предварительных практик. Она включает в себя две стадии, зарождения и завершения, и является совершенной ступенью или мостом к более высоким практикам Махамудры и Дзогчена. Впоследствии же

практика йидама прекрасно укрепляет воззрение этих высоких практик.

ЙОГА (rnal 'byor). 1) Реальное претворение изученного в личное переживание. 2) Третья из трёх Внешних Тантр: Крии, Упа и Йоги. Уделяет больше внимания воззрению, чем поведению, и рассматривает божество как равного самому практику.

ЙОГИЧЕСКИЙ АСКЕТИЗМ (rtul zhugs). Дополнительные тантрийские практики для упражнения в практическом осуществлении воззрения Ваджраяны — например, практика чод, выполняемая в наводящем страх месте. Предназначены для практиков, которые хорошо освоили воззрение и обрели устойчивость в медитации. Дополнительное значение этого выражения — «мужественное поведение».

КАВА ПАЛЦЕК (ska ba dpal brtsegs). Прямой ученик Падмасамбхавы и Шантаракшиты, который внес важный вклад в перевод на тибетский язык Трипитаки и Нингма Гюбума. Родился в долине Пэн и, в соответствии с предсказанием Падмасамбхавы, стал выдающимся переводчиком, а кроме того, был в числе семи первых тибетских монахов, принявших обеты от Шантаракшиты. Учения Ваджраяны он получил от великого учителя Падмасамбхавы и обрёл беспрепятственное ясновидение. Кава — это название места его рождения, а Палцек означает «сияющая гора».

КАДАГ РАНГЧЖУНГ РАНГШАР (ka dag rang byung rang shar). Название одного из пяти томов, входящих в *Гонгпа Сангтал. Кадаг рангчжунг рангшар* означает «самосущая и самопроявленная изначальная чистота».

КАНАЛ (rtsa). См. *нади.*

КАНДРО НИНГТИГ (mkha' 'gro snying thig). *Кандро Нингтиг* означает «Сердечная Сущность дакини». Собрание глубоких учений Дзогчена, переданных через Падмасамбхаву царевне Пэма Сал. Входит в знаменитое *Нингтиг Ябжи.*

КАРМА ПАКШИ (kar ma pakshi) (1204—1283). Второе воплощение в линии Кармап. Его считают первым признанным тибетским тулку. Слово «Пакши» — монгольское и означает «учитель». Под этим титулом он получил известность после того, как монгольский император пожаловал ему высокое духовное звание. Среди учеников Карма Пакши — великий сиддха Оргенпа Ринчен Пал (1230—1309).

КАЯ (sku). «Тело», то есть то, что вмещает в себя, или воплощает, многочисленные качества. Когда говорят о двух каях, то это дхармакая и рупакая. Три каи — это дхармакая, самбхогакая и нирманакая. См. также «три каи».

Совет Рожденного из Лотоса

КИЛАЯ (phur pa). Тантры, посвященные тантрийскому божеству Ваджракилае.

КЛЕШИ (nyon mongs pa). Пять ядов: страсть, гнев, неведение, гордость и зависть, которые досаждают уму, нарушают его покой и мучают его. Неизбывность клеш — главная причина бытия сансары.

КОЛЕСНИЦА ПЛОДА ('bras bu'i theg pa). То же, что Ваджраяна. Подробнее см. «колесницы причины и плода».

КОЛЕСНИЦЫ ПРИЧИНЫ И ПЛОДА (rgyu dang 'bras bu'i theg pa). Учения Хинаяны и Махаяны, которые рассматривают практики пути как причины достижения плода освобождения, и система Ваджраяны, которая принимает плод как путь, считая, что состояние будды присутствует неотъемлемо и понимая путь как акт обнаружения изначального состояния. Великий учитель Лонгченпа дал им такие определения: «Колесницы причины названы так потому, что они признают последовательность причины и следствия, считая, что состояние будды обретают благодаря двум накоплениям, вследствие увеличения качеств природы сущности сугаты, присутствующей просто как семя. Колесницы плода названы так потому, что считают, что основа очищения — это сущность (сугаты), наделённая качествами, которые сами собой присутствуют в живых существах как их естественное достояние, подобное лучам, принадлежащим солнцу; что объекты очищения — это временные омрачения восьми собраний (сознаний), подобные (временно) застилающим небо облакам; и что человек реализует плод очищения, изначально присутствующую природу, благодаря тому, что очищает — путям созревания и освобождения. Кроме этого, между (двумя колесницами) нет различий в последовательности или качествах».

КОЛЕСО ДХАРМЫ (chos kyi 'khor lo). «Повернуть Колесо Дхармы» — метафора, означающая «дать учения». Более конкретно — цикл учений, проповеданных Буддой. Три таких цикла, называемых Тремя Поворотами Колеса Дхармы, Будда проповедовал при жизни.

КОНЧОК ЧЖУНГНЭ ИЗ ЛАНГДРО (lang gro dkon mchog 'byung gnas). Был советником при дворе Трисонг Дэуцена, а затем стал одним из близких учеников Падмасамбхавы и обрёл сиддхи. Как считается, среди его перевоплощений — великие тэртоны Ратна Лингпа (1403—1471) и Лонгсал Нингпо (1625—1692). Кончок Чжунгнэ значит «источник драгоценных».

КОНЧОК ЧИДУ (dkon mchog spyi 'dus). «Воплощение драгоценных». Цикл тэрма, посвящённый Падмасамбхаве, который обнаружил великий Чжацон Нингпо (1585—1656). Первому весь объем этих учений он передал Дудулу Дордже (1615—1672). Большая часть материала переведена на английский Питером Робертсом.

КОРНИ ДОБРОДЕТЕЛИ (dge ba'i rtsa ba). Благое деяние: акт отречения, сострадания или веры. Добродетельные поступки, совершённые в настоящей или прежних жизнях.

КРИЯ-ЙОГА (bya ba'i rnal 'byor). Первая из трёх Внешних Тантр, в которой главное внимание уделяется внешней чистоте и чистому поведению. Тексты Крия-тантры впервые появились в Варанаси.

КУНСАНГ ТУКТИГ (kun bzang thugs thig). «Сердечная Сущность Самантабхадры». Собрание учений тэрма, обнаруженное Чокгюром Лингпа и посвящённое мирным и гневным божествам.

КЭНПО (mkhan po). Так именуют того, кто закончил примерно десятилетний основной курс изучения традиционных буддийских наук: философии, логики, Винаи и так далее. Может также обозначать настоятеля монастыря или того наставника, у которого человек получил обеты.

КЭНПО НГАКЧУНГ, он же НГАВАНГ ПАЛСАНГ, (mkhan po ngag dbang dpal bzang). (1879—1941). Кэнпо из Катока, выполнивший очень важную задачу возрождения традиции философской трактовки текстов Дзогчена. Считается воплощением и Вималамитры, и Лонгченпы. Один из его последних ныне здравствующих учеников — Чадрал Санге Дордже.

ЛАМА ГОНГДУ (bla ma dgongs 'dus). Цикл тэрма из восемнадцати томов приблизительно по семьсот страниц каждый, который обнаружил Санге Лингпа (1340—96). Лама Гонгду означает «воплощённое состояние учителя».

ЛАМА САНГДУ (bla ma gsang 'dus). Тэрма, обнаруженное Гуру Чованг0м (1212—1270), одним из самых ранних и наиболее значительных тэртонов. Оно посвящено принципу гуру, олицетворённого в образе самбхогакаи Падмасамбхавы пятичленной мандалы Тотрэнг Цала. Лама Сангду означает «учитель — воплощение всех тайн».

ЛОБПОН БОДХИСАТТВА, он же ШАНТАРАКШИТА (zhi ba 'tsho), «страж покоя». Индийский пандита и настоятель монастырей Викрамашила и Самье, от которого получили обеты первые тибетские монахи. Был воплощением бодхисаттвы Ваджрапани. Другие его имена: Кэнпо Бодхисаттва и Бхикшу Бодхисаттва Шантаракшита. Основал философскую школу, сочетающую Мадхьямику и Йогачару. Эту традицию Мипам Ринпоче возродил и разъяснил в своём комментарии к *Мадхьямакаламкаре.*

ЛОКИ ЧУНГПА (lo kyi chung pa). Близкий ученик Падмасамбхавы, который стал буддийским переводчиком в юном возрасте, отсюда и его имя. Его называют также Кеу-чунг Лоцава, «мальчик-переводчик». Среди его перевоплощений — тэртоны Дудул Дордже (1615—1672), Дуджом Лингпа (1835—1903) и Его Святейшество Дуджом Ринпоче, Джигдрэл Еше Дордже, (1904—1987).

ЛОНГЧЕНПА, он же ЛОНГЧЕН РАБЧЖАМ, (klong chen pa; klong chen rab 'byams) (1308— 1363). Воплощение царевны Пэма Сал, дочери царя Трисонг Дэуцена, которой Гуру Ринпоче дал собственную линию передачи Дзогчена, называемую *Кандро Нингтиг.* Его единодушно считают самым значительным автором, писавшим об учениях Дзогчена. В числе его произведений: «Семь великих трактатов», «Три трилогии» и комментарии к *Нингтиг Ябжи.* Более подробное описание его жизни и учений содержится в книге Тулку Тондупа Ринпоче *Buddha Mind* (Snow Lion Publications). Лонгченпа означает «великое пространство».

МАМО (ma mo). Сокращённое название «мирских мамо» ('jig rten ma mo). Одно из восьми учений-садхан. Божества женского рода, проявившиеся из дхармадхату, но принимающие соответствующий мирской облик благодаря взаимосвязи между обычным внешним миром и внутренними каналами, пранами и *тиглэ* нашего тела. Они имеют абсолютный и относительный аспект. Главная фигура в этой мандале — Чемчок Херука, гневная форма Будды Самантабхадры в образе Нгондзок Гялпо, Царя Истинного Совершенства.

МАНДАЛА (dkyil 'khor). 1) «Центр и окружение». Обычно божество со своим окружением. Мандала — это символическое, графическое изображение мира, где пребывает тантрийское божество. 2) Подношение мандалы — это воображаемое подношение всей вселенной, а также материальных даров в тантрийском ритуале.

МАНДАЛА ВАДЖРАДХАТУ (rdo rje dbyings kyi dkyil 'khor). Важная садхана Маха-йоги, содержащая сорок два мирных божества.

МАНДАРАВА (man da ra ba me tog). Царевна из страны Сахор, близкая ученица Гуру Ринпоче, одна из его пяти главных супруг. Её имя — название кораллового дерева, *Erythrina indica*, одного из пяти

райских деревьев, с яркими алыми цветами. Считается, что она тождественна дакини Нигуме и йогини по имени Убранная Украшениями из Человеческих Костей. В «Драгоценном ожерелье из лазурита» Джамгон Конгтрул говорит: «Она родилась дочерью Вихардхары, царя Сахора, и царицы по имени Мохауки. Её рождение сопровождалось чудесными знамениями. Многие цари из Индии и Китая добивались её руки, но она твёрдо решила отречься от мира и вступила во врата Дхармы. Падмасамбхава распознал, что ей предстоит стать его ученицей, и взял её в духовные супруги. Но царь, опасаясь, что его родословной будет нанесён урон, приказал сжечь учителя. Падмасамбхава сотворил чудо, превратив бушующее пламя в озеро, после чего царь обрёл веру и не колеблясь предложил ему всё своё царство и царевну. Когда царь попросил учений, Падмасамбхава пролил великий дождь Дхармы на двадцать одного ученика, передав им тантры, тексты и устные наставления *Каду Чоки Гямцо*, «Океана Дхармы, воплощающего все учения». Так учитель вознёс царя и его советников на уровень видьядхары. Гуру Ринпоче взял Мандараву в супруги, и в Маратике, «Пещере победы над смертью», учитель и ученица проявили метод достижения единого ваджрного тела уровня видьядхары долгой жизни. Мандарава жила в Индии и прямо и косвенно приносила огромное благо живым существам. В Тибете она чудесным образом появилась на большой Дхармачакре в Трамдруке, где обменялась с Гуру Ринпоче символическими восхвалениями и ответами. Это событие подробно описано в *Падма Катанг*. Самостоятельное жизнеописание Мандаравы имеется в собрании сочинений Оргена Лингпа. Мандарава была дакини мудрости, разными именами и проявлениями которой считаются: во времена досточтимого Марпы — йогини Убранная Украшениями из Человеческих Костей (Мируки Генчен), во времена Нена Лоцавы — Рисулки Налчжорма, а во времена Рэчунгпы — Друбпэ Гялмо. Кроме того, Мандаравой признают супругу Майтрипы, Чушинги Немачен, а также дакини Нигуму. Нет никаких сомнений в том, что Мандарава из сострадания посылала свои проявления и благословения, а поскольку она обрела неразрушимое радужное тело, то, разумеется, присутствует (в мире) и ныне.»

МАНТРА (sngags). 1) Синоним Ваджраяны. 2) Особое сочетание звуков, символизирующее и передающее природу божества, которое даёт очищение и реализацию, например, мантра ОМ МАНИ ПАДМЭ

ХУМ. Есть три основных вида мантр: гухья-мантра, видья-мантра и дхарани-мантра.

МАНТРАЯНА (sngags kyi theg pa). См. *Ваджраяна*.

МАРА (bdud). Демон или демоническая сила, чинящая препятствия практике и просветлению. На уровне мифологии — могущественное божество, которое пребывает в высшей обители мира желаний. В совершенстве владея искусством иллюзии, пытался воспрепятствовать Будде обрести просветление в Бодхгае. Для практика Дхармы Мара символизирует привязанность к своему «я» и вовлечённость в восемь мирских забот. Обычно говорят о четырёх марах, или помехах практике Дхармы: это мара клеш, мара смерти, мара скандх и божественный мара соблазна. Иногда четырёх мар называют по именам: Владыка Смерти, Сын Богов, Клеша и Скандха.

МАТЕРИНСКАЯ ТАНТРА (ma rgyud). Один из трёх аспектов Ануттара-йоги, в котором особое внимание уделяется стадии завершения или *праджне*. Иногда это выражение означает Ану-йогу.

МАХА-ЙОГА (rnal 'byor chen po). Первая из трёх Внутренних Тантр. Тексты Маха-йоги подразделяются на две части: раздел тантр и раздел садхан. Раздел тантр состоит из восемнадцати тантр Маха-йоги, а раздел садхан — из восьми учений-садхан. Джамгон Конгтрул в своём произведении «Сокровищница знания» говорит: «Маха-йога уделяет особое внимание методу (*упая*), стадии зарождения, и воззрению о том, что освобождение достигается благодаря освоению практики постижения природы нераздельности двух высших истин». Две высшие истины в Маха-йоге — это чистота и равностность: чистая природа скандх, дхарм, чувств и их объектов есть будды и бодхисаттвы мужского и женского рода; а всё, что проявляется и существует, имеет одну и ту же природу пустоты.

МАХАЯНА (theg pa chen po). «Великая колесница». Когда употребляются термины «великая и малая колесницы», Махаяна и Хинаяна, подразумевается, что в Махаяну входят колесницы Тантры, а Хинаяна объединяет в себе учения для шраваков и пратьекабудд. Понятия «великая» и «малая» относятся к широте намерения, применяемым методам и глубине прозрения. Краеугольный камень практики Махаяны — обет бодхисаттвы освободить всех живых существ силою метода и знания, сострадания и постижения пустоты. Махаяна подразделяется на Читтаматру и Мадхьямику. Семичленное превосходство Махаяны, упоминаемое в произведении Майтреи «Украшение сутр», Джамгон

Конгтрул разъясняет в своём сочинении «Всеобъемлющее знание»: «Величие в следовании безмерному собранию учений Махаяны, величие методов достижения блага для себя и других, величие мудрости, постигающей двойное отсутствие «я», величие усердного прилежания в течение трёх неисчислимых кальп, величие искусных методов, таких как жизнь без отречения от сансарного бытия и использование семи недобродетельных действий тела и речи без участия клеш, величие истинного обретения десяти сверхъестественных способностей, четырёхчленного бесстрашия и непревзойдённых качеств просветлённых, а также величие деятельности, которая спонтанна и беспрепятственна».

МАЧИГ ЛАБДРОН (ma gcig lab sgron) (1031—1129). Великая женщина-учитель, основательница практики чод, отсечения привязанности к «я». Ученица и супруга индийского учителя Падампы Санге. Мачиг Лабдрон значит «единственная мать, светоч Дхармы».

МЕДИТАЦИЯ (sgom pa). В контексте практики Махамудры или Дзогчена, медитация — всё большее знакомство со своей природой будды, показанной знающим учителем или сохранение непрерывности её узнавания. В контексте изучения, размышления и медитации, медитация обозначает усвоение учений в личном переживании, а затем всё большее знакомство с ними посредством собственно практики.

МЕТОД И МУДРОСТЬ (thabs dang shes rab; санскр. *упая* и *праджня*). Состояние будды достигается благодаря соединению метода и мудрости. В Махаяне это сострадание и пустота, относительная и абсолютная бодхичитта. В Ваджраяне метод и мудрость — это стадии зарождения и завершения. Согласно школе кагю, метод относится к «пути метода», шести учениям Наропы, а мудрость — к «пути освобождения», собственно практике Махамудры. Согласно Дзогчену, «мудрость» — это воззрение изначальной чистоты, практика *трэкчо*, реализация сущности просветления в настоящий момент, а «метод» — это созерцание спонтанного присутствия, практика *тогал*, исчерпание омрачений и воссоединение субъекта и объекта, благодаря чему реализация радужного тела достигается за одну жизнь.

МИЛАРЭПА (mi la ras pa) (1040—1123). Один из самых знаменитых йогинов и поэтов в истории тибетской религии. Через него прошло большинство учений школ карма-кагю. Более подробно о нём можно прочитать в книгах *The Life of Milarepa* и *The Hundred Thousand Songs of Milarepa* (Shambala Publications). Его имя означает «Мила, одетый в хлопок».

МИР ЖЕЛАНИЙ ('dod khams). В него входят миры обитателей ада, голодных духов, животных, людей, асуров и шесть сфер богов мира желаний. Название «мир желаний» объясняется тем, что обитающие в нём существа мучимы страданиями от желаний и привязанности к материальным вещам.

МИР ФОРМ (gzugs khams). Семнадцать сансарных небесных миров, в которые входят четыре тройных мира дхьяны и пять чистых обителей. Тонкое состояние божеств сансарного бытия, занимающее промежуточное положение между миром желаний и миром без форм, где отсутствуют чувство обоняния, чувство вкуса и половые органы. Существа обладают телами из света, долголетием и не имеют неприятных ощущений. Неблагие психические факторы, такие как привязанность, не могут возникать.

МИРЫ БЕЗ ФОРМ (gzugs med kyi khams). Миры, где обитают непросветлённые существа, практикующие медитативные состояния, лишённые форм, опираясь на понятия: Бесконечное Пространство, Бесконечное Сознание, Полное Отсутствие Всего и Ни Присутствие Ни Отсутствие (понятий). Эти существа пребывают в четырёх тонких разновидностях медитации, связанной с понятиями, в течение многих кальп, после чего вновь возвращаются в низшие миры сансары.

МУДРОСТЬ (ye shes; санскр. *джняна*). Возможный перевод этого слова — «изначальная пробуждённость». Существует также пять мудростей — аспектов проявления познавательного качества природы будды: мудрость дхармадхату, зерцалоподобная мудрость, равностная мудрость, различающая мудрость и всесовершающая мудрость.

МУРУБ, ЦАРЕВИЧ (lha sras mu rub). Второй сын царя Трисонг Дэуцена.

НАДИ (rtsa). Каналы ваджрного тела, по которым течёт энергия.

НАМКАЙ НИНГПО ИЗ НУБА (gnubs nam mkha'i snying po). Родился в области Нижний Нял и был одним из первых тибетцев, принявших монашеские обеты. Выдающийся переводчик; совершил путешествие в Индию, где получил передачу от Хумкары и обрёл тело недвойственной мудрости. Намкай Нингпо входит в число двадцати пяти учеников Гуру Ринпоче. Получив передачу Ума Вишуддхи, обрёл способность летать на солнечном луче. Во время медитации в Величественной Длинной Пещере Карчу, что в Лходраке, имел видения

многих йидамов и достиг уровня видьядхары Махамудры. Под конец отправился в небесные миры, не оставив после себя тела. Намкай Нингпо означает «сущность пространства».

НАНАМ ЕШЕ, он же ЕШЕ ДЭ ИЗ НАНАМА (sna nam ye shes sde). Известен также под именем Бэндэ Еше Дэ из Шанга (zhang gi bhan dhe ye shes sde). Ученик Падмасамбхавы, переводчик, перевёл более двухсот текстов. Однажды этот учёный и благочестивый монах показал свои сверхъестественные способности, достигнутые благодаря овладению практикой Ваджракилаи, паря в небе, как птица. Еше означает «изначальная мудрость».

НЕВЕДЕНИЕ, ОБУСЛОВЛЕННОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯМИ (kun brtags kyi ma rig pa). В Ваджраяне — это ум, воспринимающий себя как субъект и объект, мышление понятиями. В Сутре — это приписываемые или «выдуманные» ложные воззрения, грубые общие заблуждения, затемняющие природу вещей.

НЕВЕДЕНИЕ, ПРОИСХОДЯЩЕЕ ИЗ ВСЕОБЩЕЙ ОСНОВЫ; АСПЕКТ НЕВЕДЕНИЯ ВСЕОБЩЕЙ ОСНОВЫ (kun gzhi ma rig pa'i cha). Синоним вместерождённого неведения.

НЕМЫШЛЕНИЕ (mi rtog pa). См. «блаженство, ясность и немышление».

НЕРОЖДЁННАЯ ПРИРОДА УМА (sems nyid skye ba med pa). С точки зрения абсолютной истины, все дхармы лишены независимого, конкретного «я» и поэтому не обладают основой для таких аспектов, как «возникновение, пребывание и прекращение», то есть становление, сохранение во времени и месте и конец существования.

НИГИЛИЗМ (chad lta). Буквально, «воззрение о прекращении». Крайняя точка зрения, отрицающая и перерождение, и закон кармических следствий, и существование ума после смерти.

НИНГТИГ ЯБЖИ (snying thig ya bzhi). Одно из наиболее известных собраний текстов Дзогчена. Вималамитра объединил два аспекта «Сокровенного непревзойдённого раздела» — традицию комментариев с текстами и устную традицию без текстов — и укрыл их как тэрма, которые впоследствии были обнаружены и получили названия *Вима Нингтиг*, а также «Тайная Сердечная Сущность Вималамитры» (bi ma'i gsang ba snying thig). Лонгченпа осветил их в пятидесяти одном разделе *Лама Янгтиг*. Падмакара укрыл свои учения по «Сокровенному непревзойденному циклу», которые были обнаружены и получили название *Кандро Нингтиг*, «Сердечная Сущность дакини».

Лонгченпа же осветил их в своём *Кандро Янгтиг*. Эти четыре исключительные совокупности наставлений Дзогчена, наряду с дополнительным учением Лонгченпы, *Сабмо Янгтиг*, содержатся в его собрании, называемом *Нингтиг Ябжи*.

НИРМАНАКАЯ (sprul sku). «Явленное тело», «призрачный образ». Третья из трёх кай. Аспект просветления, который могут воспринимать обычные существа.

НЯНГ РАЛ (nyang ral). Сокращённое имя Нянг Рал Нима Осэра.

НЯНГ РАЛ НИМА ОСЭР (nyang ral nyi ma 'od zer) (1124—1192). Первый из пяти царей тэртонов, воплощение царя Трисонг Дэуцена. Некоторые из открытых им тэрма входят в *Ринчен Тэрдзо*, самое известное среди них — *Каге Дэшек Дупа*, цикл, посвящённый учениям восьми садхан, и жизнеописание Гуру Ринпоче, озаглавленное *Санглингма*, которое недавно вышло под названием *Lotus-born* (Shambala publications). Нянг Рал значит «длинноволосый из Нянга», а Нима Осэр — «луч солнца».

ОБЕТЫ БОДХИСАТТВЫ (byang sdom). Согласно системе Нагарджуны, «Колеснице глубокого воззрения», эти обеты таковы: не присваивать имущество Трёх Драгоценностей; не отрекаться от Дхармы; не наказывать и не заставлять отказаться от обетов людей, допустивших отход от практики; не совершать пять деяний с незамедлительными последствиями; не нарушать пять обетов царя, например, придерживаться ложных взглядов и т. д.; не нарушать пять обетов советника, например, разорять деревни, города, местность или страну; не давать преждевременно учение о пустоте людям, не знакомым с Махаяной; получив учения Махаяны, тяготеть к шравакам; не заниматься практикой Махаяны, отказавшись от пути пратьекабудды; не порочить Хинаяну; не хвалить себя и не хулить других; не лицемерить ради почестей и богатства; не позволять, чтобы наказывали и унижали монаха; не причинять вреда другим, подговаривая царя или советника наказать их; не отказывать в пище йогину-отшельнику или чтецу священных текстов, тем самым препятствуя их практике шаматхи. Восемь второстепенных проступков — это пренебрегать счастьем других существ и т. д. Согласно системе Асанги, «Колесницы всеобъемлющего поведения», обеты для бодхичитты намерения таковы: никогда не оставлять живых существ, помнить о пользе бодхичитты, собирать накопления, прилежно упражняться в бодхичитте, а также принимать и отвергать восемь чёрных и белых деяний. Четыре обета

для бодхичитты действия заключаются в следующем: 1) излишне стремиться к славе и богатству, хвалить себя и хулить других из страсти; 2) уклоняться от даяния материальных вещей из жадности; 3) наносить вред другим и проявлять злопамятность, когда перед тобой извинились, из гнева; 4) выдавать бездеятельность за Дхарму и учить этому других по неведению. Сорок шесть малых прегрешений состоят в том, чтобы уклоняться от подношений Трём Драгоценностям и т. д. Четыре чёрных деяния — обманывать почтенного человека, заставлять кого-то жалеть о том, что не заслуживает сожаления, хулить чистого человека и обманывать живых существ. Четыре белых деяния — это их противоположность.

ОБЕТЫ И ЗАПОВЕДИ (bslab sdom). См. «три вида обетов».

ОМРАЧЕНИЕ ПОЗНАВАНИЯ (shes bya'i sgrib pa). Тонкое омрачение, заключающееся в привязанности к понятиям субъекта, объекта и действия. Временно очищается в момент распознавания природы ума, высшее же очищение осуществляется с помощью ваджрного самадхи в конце десятой бхуми.

ОПОРЫ ЧУВСТВЕННОГО ВОСПРИЯТИЯ (skye mched; санскр. *аятана*). Двенадцать аспектов восприятия: органы зрения, слуха, обоняния, вкуса, осязания и мыслительная способность, а также соответствующие им объекты: видимое, слышимое, обоняемое, вкушаемое, осязаемое и объекты ума.

ОТВЕРСТИЕ БРАХМЫ (tshangs bug). Отверстие на макушке (родничок) на расстоянии восьми пальцев от линии волос.

ОТЦОВСКАЯ ТАНТРА (pha rgyud). Один из трёх аспектов Ануттара-йоги, где упор делается на стадию зарождения.

ОХРАНИТЕЛИ ДХАРМЫ (chos skyong). Существа не из мира людей, давшие обет охранять и защищать учения Будды и его последователей. Охранители Дхармы бывают «мирскими» (добродетельные сансарные существа) и «просветлёнными» (проявления будд или бодхисаттв).

ПАДМА ГАРВАНГ ЛОДРО ТАЕ (padma gar dbang blo gros mtha' yas). Одно из имён Джамгон Конгтрула. Падма Гарванг означает «лотосный владыка танца», а Лодро Тае — «безграничная мудрость».

ПАЛГИ ВАНГЧУК ИЗ КАРЧЕНА (mkhar chen dpal gyi dbang phyug). В жизнеописании под названием *Санглингма* упоминается как отец Еше Цогял, а во всех других источниках — как её брат. Этот близкий ученик Падмасамбхавы обрёл сиддхи, практикуя Ваджракилаю. Палги Вангчук значит «славный владыка».

Совет Рожденного из Лотоса

ПАЛГИ ВАНГЧУК ИЗ О-ДРЭНА ('o dran dpal gyi dbang phyug). Великий ученый и тантрийский йогин: обрёл сиддхи, практикуя Гуру Дракпо, гневный аспект Падмасамбхавы.

ПАЛГИ ДОРДЖЕ (Вангчук) из Лхалунга, или Лхалунг Палги Дордже (lha lung dpal gyi rdo rje). Родился в Верхнем Дроме и служил в пограничной страже, но затем отказался от мирской жизни и вместе с двумя братьями принял монашеские обеты от Вималамитры. От Падмасамбхавы получил обет бодхисаттвы, а также посвящение и устные наставления по Ваджраяне. Практиковал медитацию в Белом Ущелье, что в Цибе, а также в Ерпа, где обрёл способность проходить сквозь скалу. Несколько лет спустя убил нечестивогоо царя Лангдарму. Палги Дордже значит «сияющая ваджра».

ПАЛГИ ЕШЕ ИЗ СОГПО (sog po dpal gyi ye shes). Ученик Падмасамбхавы и Джнянакумары из Няга. Палги Еше значит «славная мудрость».

ПАЛГИ СЭНГЭ ИЗ ЛАНГА (rlangs dpal gyi seng ge). Его отцом был Амэ Чжангчуб Дрэкол, могущественный тантрийский йогин, сумевший заставить себе служить восемь классов богов и демонов. Палги Сэнгэ из Ланга был одним из восьми главных учеников Падмасамбхавы, когда тот давал посвящение Собрания Сугат. В Паро Такцанге, благодаря практике Укротителя Всех Надменных Духов, он обрёл как обычные, так и высшие сиддхи. Его воплощениями считаются Дзогчен Ринпоче. Палги Сэнгэ значит «прославленный лев».

ПАЛГИ СЭНГЭ ИЗ ШУБУ (shud bu dpal gyi seng ge). Один из советников царя Трисонг Дэуцена; в числе первых посланцев был отправлен к Падмасамбхаве, чтобы пригласить его в Тибет. У Падмасамбхавы научился искусству перевода и перевёл на тибетский язык многочисленные учения Мамо, Ямантаки и Килаи. Обретя сиддхи благодаря практике Килаи и Мамо, мог кинжалом раскалывать камни и рассекать речной поток. Среди его перерождений — великий тэртон Мингюр Дордже, открыватель традиции *намчо*.

ПАНДИТА (mkhas pa). Высокообразованный учитель, учёный, знаток буддийской философии.

ПАРАМИТА (pha rol tu phyin pa). Буквальное значение слова *парамита* — «переправа на другой берег». В более узком смысле оно означает преодоление понятий субъекта, объекта и действия. Колесница парамиты (phar phyin gyi theg pa) — это махаянская система постепенного прохождения пяти путей и десяти бхуми согласно текстам Праджняпарамиты. См. также «шесть парамит».

ПЕЩЕРА АСУРА (a su ra'i brag phug). Пещера, где Гуру Ринпоче благодаря практике Ваджракилаи победил злые силы Непала. Расположена близ Парпинга в долине Катманду.

ПЕЩЕРА ТИДРО В ШОТО (sho stod sti sgro). Священное место Падмасамбхавы и Еше Цогял близ Дригунг Тил в Центральном Тибете. В этом важном месте паломничества, открытом Падмасамбхавой для практиков грядущих поколений также находятся горячие целебные источники.

ПИРШЕСТВЕННОЕ ПОДНОШЕНИЕ (tshog kyi 'khor lo; санскр. *ганачакра*). Ритуал, выполняемый практиками Ваджраяны для накопления заслуг и очищения священных обетов.

ПЛОД ('bras bu). Результат, обычно конец духовного пути. Один из трёх уровней просветления шраваки, практьекабудды или бодхисаттвы. В Махаяне — это достижение полного и совершенного состояния будды; в Ваджраяне — объединённое состояние держателя ваджры. В данной книге говорится о двадцати пяти составляющих плода. См. также «воззрение, медитация, действие и плод».

ПОКОЙ ПРЕКРАЩЕНИЯ ('gog pa'i snyoms 'jug). Медитативное состояние, в которое погружается архат после исчерпания всех клеш, ощущений и мышления. Для школ Махаяны не является конечной целью.

ПРАДЖНЯ И УПАЯ (thabs dang shes rab). *Праджня* — это знание или мудрость; в частности, знание, постигающее отсутствие «я». *Упая* — это метод или способ, который приводит к реализации. См. также «метод и мудрость».

ПРАТЬЕКАБУДДА (rang rgyal; rang sangs rgyas). Хинаянский архат, который достиг нирваны главным образом благодаря размышлению о двенадцати звеньях зависимого возникновения в обратном порядке, не нуждаясь в учениях в данной жизни. Он не обладает полной реализацией будды, а потому не может приносить благо бесчисленным живым существам, как это делает будда.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ (sngon 'gro). Обычные внешние предварительные практики — это четыре способа изменения ума: размышление о драгоценности человеческого тела, о непостоянстве и смерти, о законе кармы и недостатках сансарного бытия. Особые внутренние предварительные практики — это выполнение четырежды по сто тысяч раз практик прибежища и бодхичитты, чтения мантры Ваджрасаттвы, подношения мандалы и гуру-йоги. См. «Светоч

уверенности» (*Torch of Certainty*, Shambala Publications) и *The Great Gate* (Rangjung Yeshe Publications).

ПРИБЛИЖЕНИЕ И ДОСТИЖЕНИЕ (bsnyen sgrub). Два аспекта практики садханы, в частности, в Маха-йоге — фазы стадии чтения мантр.

ПРЯМОЕ ВВЕДЕНИЕ (ngo sprod). Прямой показ природы ума. Коренной гуру — это учитель, дающий прямое введение, благодаря которому ученик узнаёт природу ума.

ПУТИ (lam). См. «пять путей».

ПУТЬ ЗАВЕРШЕНИЯ (thar phyin pa'i lam). Пятый из пяти путей, состояние полного и совершенного просветления.

ПУТЬ НАКОПЛЕНИЯ (tshogs lam). Первый из пяти путей, составляющий основу движения к просветлению. Заключается в накоплении обширного собрания заслуг, посвящённых этой цели. На этом пути практик благодаря изучению и размышлению достигает интеллектуального, умозрительного понимания отсутствия «я». Применяя четыре памятования, четыре правильных помысла и четыре стадии чудотворства, практик добивается устранения грубых омрачений, служащих причиной сансарного страдания, и обретает благие качества сверхспособностей и «самадхи потока Дхармы», приводящие на путь объединения.

ПУТЬ ПРОЗРЕНИЯ (mthong lam). Третий из пяти путей, достижение первой бхуми, освобождение от сансары и постижение истины реальности.

ПУТЬ СОЗЕРЦАНИЯ (sgom lam). Четвёртый из пяти путей, на котором упражняются в высших практиках бодхисаттвы, в особенности, в восьми аспектах пути благородных.

ПЭМА ЛЭДРЭЛ ЦАЛ (padma las 'brel rtsal) (1291—1315). Воплощение Пэма Сал, дочери царя Трисонг Дэуцена. Открыватель *Кандро Нингтиг*, учений Дзогчена, принадлежащих Гуру Ринпоче. Его непосредственным перерождением был Лонгченпа. Пэма Лэдрэл Цал значит «лотосная энергия кармической связи».

ПЭМА САЛ, ЦАРЕВНА (lha lcam padma sal). Дочь царя Трисонг Дэуцена, которой Падмасамбхава передал свою традицию Великого Совершенства, называемую *Кандро Нингтиг*. Умерла в молодости, после чего Падмасамбхава сотворил чудо, воскресив её. В ответ на вопрос её отца, почему, обладая столь великой заслугой, позволившей ей родиться и царевной, и ученицей Лотосорождённого, она

должна была умереть в столь юном возрасте, Падмасамбхава рассказал историю о том, что прежде царевна была пчелой, которая ужалила одного из четырёх братьев, когда они завершали строительство Великой Ступы в Боднатхе. Пэма Сал значит «сияющий лотос».

ПЯТЬ ПУТЕЙ (lam lnga). Пять путей или ступеней, ведущих к просветлению: путь накопления, путь соединения, путь прозрения, путь практики и путь без дальнейшего обучения.

ПЯТЬ ЦАРЕЙ ТЭРТОНОВ (gter ston rgyal po lnga). В один из перечней пяти царей тэртонов входят: Нянг Рал Нима Осэр (1124—1192), Гуру Чоки Вангчук (1212—1270), Дордже Лингпа (1346—1405), Пэма Лингпа (1445—1521) и (Падма Осэл) До-нгак Лингпа (Джамьянг Кенце Вангпо) (1820—1892). Иногда к ним причисляют и великого тэртона Ригдзина Годэма (1337—1408).

ПЯТЬ ЯДОВ (dug lnga). Страсть, гнев, неведение, гордость и зависть.

РАДОСТНАЯ БХУМИ (sa rab tu dga' ba). Первая из десяти ступеней бодхисаттвы: освобождение от сансары и постижение истины реальности.

РАННИЕ ПЕРЕВОДЫ (snga 'gyur). То же, что Старая школа, традиция нингма. Учения, переведённые до великого переводчика Ринчена Сангпо, во времена правления царей Трисонг Дэуцена и Ралпачена.

РИГДЗИН ГОДЭМ (rig 'dzin rgod kyi ldem phru can). Он же Нгодруб Гялцен (dngos grub rgyal mtshan) (1337—1408). Великий открыватель тэрма традиции *чжангтэр*. Среди открытых им тэрма учения Дзогчена: *Кадаг Рангчжунг Рангшар* и более известное *Гонгпа Сангтал*. В двенадцатилетнем возрасте на его голове выросли три пера грифа, а в возрасте двадцати четырёх лет — ещё пять перьев. Он умер в возрасте семидесяти одного года, и смерть его сопровождалась чудесными знамениями. Ригдзин Годэм значит «видьядхара с перьями грифа».

РИГДЗИН ГОКИ ДЭМТРУ ЧЕН (rig 'dzin rgod kyi ldem phru can). То же, что Ригдзин Годэм.

РИНЧЕН ТЭРДЗО (rin chen gter mdzod). «Великая сокровищница драгоценных тэрма», собрание самых важных из открытых тэрма Падмасамбхавы, Вималамитры, Вайрочаны и их ближайших учеников, составленное Джамгон Конгтрулом Лодро Тае при содействии Джамьянга Кенце Вангпо. Издано в Нью-Дели в шестидесяти трёх томах Его Святейшеством Дилго Кенце Ринпоче с приложением ещё нескольких томов тэрма и комментариев. Какяб Дордже, 15-ый Кармапа, говорит о нём так: «Великая «Сокровищница драгоценных тэрма» — это квинтэссенция подобных океану учений сутат (будд), глубокая Видьядхара-питака школы Ранних Переводов».

Совет Рожденного из Лотоса

РИНЧЕН ЧОК ИЗ МА (rma rin chen mchog). Тибетский переводчик раннего периода переводов, один из семи первых тибетцев, принявших монашеские обеты от Шантаракшиты, главный преемник Волшебной Сети Маха-йоги. Он известен, как переводчик Сущности Тайн Гухьягарбхи, главной тантры Маха-йоги. Благодаря учениям, полученным от Падмасамбхавы, он достиг уровня видьядхары. Ринчен Чок значит «высшая драгоценность».

РИТУАЛ ДРУБЧЕН (sgrub chen). Практика великого достижения; выполняемая группой людей практика садханы, которая продолжается без перерыва в течение семи дней.

РОНГЗОМПА, Ронгзом Пандита, Чоки Сангпо (rong zom pa chos kyi bzang po) (1012—1088). Как и Лонгченпа, считается самым блестящим ученым школы нингма.

САДХАНА (sgrub thabs). «Метод достижения». Тантрийский ритуал и последовательность выполнения практики, обычно с акцентом на стадии зарождения. Типичная садхана состоит из предварительной части, включая принятие прибежище и зарождение бодхичитты, главной части — визуализации будды и чтения мантры и заключительной части с посвящением заслуг всем живым существам.

САМАДХИ (ting nge 'dzin). «Удерживание состояния равностности». Состояние неотвлекаемого сосредоточения или медитативного погружения, которое в контексте Ваджраяны может относиться или к стадии зарождения, или к стадии завершения.

САМАНТАБХАДРА (kun tu bzang po). «Всеблагой». 1) Изначальный будда-дхармакая. 2) Бодхисаттва Самантабхадра, который приводится как пример совершенства безграничного увеличения подношения.

САМАЯ (dam tsig). Священные обеты, заповеди или обязательства практики Ваджраяны. По сути, внешне самая заключается в том, чтобы поддерживать согласие с ваджрным учителем и братьями по Дхарме, а внутренне — в том, чтобы не отклоняться от непрерывности практики. Если это слово стоит в конце текста, оно обозначает клятву в истинности изложенного.

САМБХОГАКАЯ (longs spyod rdzogs pa'i sku). «Тело совершенного наслаждения». В контексте «пяти кай плода» самбхогакая — это полупроявленный образ будды, наделённый «пятью совершенствами»:

совершенный учитель, совершенное окружение, совершенные место, учение и время — которые могут быть восприняты только бодхисаттвами десяти ступеней.

САМЬЕ (bsam yas). Замечательный храмовый комплекс, построенный по повелению царя Трисонг Дэуцена (790—844) по образцу индийского монастыря Одантапури и освящённый Гуру Ринпоче в 814 году. Главный центр периода раннего распространения буддизма в Тибете. Расположен в Центральном Тибете вблизи Лхасы. Его называют также Достославный Храм Самье, Неизменное и Спонтанное Исполнение Безграничных Желаний. Три его этажа оформлены в индийском, китайском и тибетском стиле. См. *The Lotus-born* (Shambala Publications).

САМЬЕ ЧИМПУ (bsam yas chims phu). Священное место речи Падмасамбхавы. Ритод, расположенный в четырёх часах ходьбы вверх от Самье. В течение последних двенадцати столетий в его пещерах медитировали многие великие учителя.

САНГЕ ЕШЕ ИЗ НУБА (gnub sangs rgyas ye shes). Один из двадцати пяти учеников Падмасамбхавы, главный преемник учений Ану-йоги, а также учения Ямантаки Маха-йоги. Помимо Падмасамбхавы его учителями были Трактунг Нагпо и Чогял Кёнг из Индии, Васудхара из Непала, Чецен Ке из страны Друша. Он посещал Индию и Непал семь раз. Когда нечестивый царь Лангдарма пытался уничтожить в Тибете буддизм, Санге Еше поверг царя в ужас, одним жестом правой руки создав огромного призрачного скорпиона ростом с девять яков. Благодаря этому Лангдарма не отважился подвергнуть гонениям сангху Ваджраяны. Одним из его воплощений считается Тулку Урген Ринпоче. Санге Еше значит «мудрость Будды».

САНГЕ ЛИНГПА (sangs rgyas gling pa) (1340—1396). Перерождение второго сына царя Трисонг Дэуцена, главный тэртон, открыватель цикла *Лама Гонгду* в тринадцати томах. Санге Лингпа значит «обитель пробуждения».

САХА-ЛОКА (mi mjed kyi 'jig rten). Наша мировая система, «мир преодолевания». Населяющие его существа вынуждены преодолевать всевозможные страдания. «Саха» может также значит «нераздельный», потому что карма и клеши, причины и следствия не разделяются и не различаются.

СВАБХАВИКАКАЯ (ngo bo nyid kyi sku). «Тело сущности», иногда называемое четвёртой каей, — представляет собой единство трёх кай. Джамгон Конгтрул определяет её как аспект дхармакаи, который есть «природа всех дхарм, пустота, свободная от всех построений и наделённая качеством естественной чистоты».

СВОБОДЫ И ДАРОВАНИЯ (dal 'byor). См. «Драгоценность человеческого тела».

СЕМИСТРОЧНАЯ МОЛИТВА (tshig bdun gsol 'debs). Известная молитва Падмасамбхаве, начинающаяся словами: «На северо-западной границе страны Уддияна...»

СЕМИЧЛЕННАЯ ЧИСТОТА (dag pa bdun). То же, что и семь ветвей: простирания, подношение, раскаяние, проявление радости, просьба повернуть Колесо Дхармы, мольба не уходить в нирвану и посвящение заслуг на благо всех существ.

СЕМЬ СПОСОБОВ ПЕРЕДАЧИ (bka' babs bdun). Каноническая или устная передача по линии преемственности, обнаруженное тэрма, повторно обнаруженное тэрма, тэрма ума, воспоминание, чистое видение и традиция устной передачи.

СЕРДЕЧНАЯ МАНТРА (snying po'i sngags). Краткая форма мантры йидама в отличие от более длинной мантры-дхарани; например ОМ МАНИ ПАДМЭ ХУМ.

СЕРДЕЧНАЯ СУЩНОСТЬ (snying thig). В широком смысле тождественна третьему из трёх разделов Дзогчена: разделу наставлений (Упадеша). В более узком смысле — это название «Сокровенного непревзойдённого цикла Сердечной Сущности» (yang gsang bla na med pa'i snying thig gi skor), четвёртого их четырёх разделов наставлений Шрисингхи. Все линии передачи Сокровенной Сущности проходили через Шрисингху и продолжались в Тибете через его личных учеников, Падмасамбхаву и Вималамитру. В четырнадцатом столетии эти две линии передачи проходили через Рангчжунга Дордже, третьего Кармапу, и его близкого друга по Дхарме Лонгчен Рабчжама (1308—1363), который позднее систематизировал эти учения в своём обширном литературном наследии. Учения Нингтиг присутствовали и в других линиях передачи, например, каждый крупный тэртон обнаруживает независимый цикл наставлений Дзогчена. Практика сокровенной Сердечной Сущности продолжается по сей день.

СЖИГАЕМЫЕ ПОДНОШЕНИЯ (gsur). Дым от сжигания муки, смешанной с чистой пищей и священными веществами. Это дым поднесённый во время созерцания Авалокитешвары, бодхисаттвы сострадания, может служить пищей для сознания, находящегося в состоянии бардо, и для голодных духов.

СИДДХИ (dngos grub). Достижение, результат практики Дхармы, обычно имеются в виду «высшие сиддхи», полное просветление. Это слово может также обозначать «обычные сиддхи», восемь мирских плодов: ясновидение, сверхъестественный слух, способность летать, становиться невидимым, быть вечно юным, изменять свой облик и т. д. Тем не менее, самые главные достижения на пути это — отречение, сострадание, непоколебимая вера и обретение правильного воззрения.

СИНДХУРА. Красное или тёмно-оранжевое вещество, часто используемое в тантрийских ритуалах.

СОБСТВЕННАЯ ПРИРОДА (rang bzhin). Неотъемлемое и независимое бытие отдельного существа и дхарм.

СОЗРЕВАНИЕ И ОСВОБОЖДЕНИЕ (smin grol). Две жизненно важные части практики Ваджраяны: посвящения, которые обеспечивают созревание потока бытия практика и даруют способность реализовать четыре каи, а также освобождающие устные наставления, позволяющие по-настоящему практиковать мудрость, полученную благодаря посвящениям.

СОКРОВЕННЫЙ НЕПРЕВЗОЙДЁННЫЙ ЦИКЛ ВЕЛИКОГО СОВЕРШЕНСТВА (rdzogs pa chen po yang gsang bla na med pa'i skor).

СОСТОЯНИЕ БУДДЫ (sangs rgyas). Совершенное и полное просветление, не пребывающее ни в сансаре, ни в нирване; состояние, в котором искоренены все омрачения, которое наделено мудростью прозрения природы вещей как она есть и мудростью восприятия всего, что существует.

СТАДИЯ ЗАВЕРШЕНИЯ (rdzogs rim). См. «зарождение и завершение».

СТАДИЯ ЗАРОЖДЕНИЯ (bskyed rim). См. «зарождение и завершение».

СТОСЛОГОВАЯ МАНТРА (yig brgya). Мантра Будды Ваджрасаттвы, состоящая из ста слогов.

СУКХАВАТИ (bde ba can). Обитель блаженства, чистая обитель Будды Амитабхи, в которой практик может переродиться, находясь в бардо становления, если обладает сочетанием чистой веры, достаточных заслуг и чёткого намерения.

СУТРА (mdo, mdo sde). 1) Проповедь, произнесенная самим Буддой или человеком, который получил его откровение. 2) Текст Сутра-

Совет Рожденного из Лотоса

питаки из Трипитаки. 3) Все экзотерические учения буддизма, принадлежащие к Хинаяне и Махаяне, колесницам причины, которые, в отличие от эзотерических, тантрийских учений, рассматривают путь как причину просветления.

СУТРА-ПИТАКА (mdo'i sde snod). См. *Сутра*.

СУЩНОСТЬ, ПРИРОДА И СПОСОБНОСТЬ (ngo bo rang bzhin thugs rje). Три аспекта сугатагарбхи согласно системе Дзогчен. Сущность — это изначально чистая мудрость-пустота. Природа — это спонтанно присутствующая мудрость-ясность. Способность — это всеобъемлющая мудрость-нераздельность. В абсолютном смысле это тождественность Трёх Корней, Трёх Драгоценностей и трёх кай.

СФЕРА ВОСПРИЯТИЯ (skye mched). Состояние медитативного погружения, которое может длиться множество калып. См. «миры без форм».

СЭНГЧЕН НАМТРАК (seng chen nams brag). Одно из двадцати пяти священных мест Кама, открытых Чокгюром Лингпа. *Сэнгчен Намтрак* значит «небесный утёс великого льва».

ТАВА ЛОНГ-ЯНГ (lta ba klong yangs). Тэрма, цикл Отцовской Тантры Великого Совершенства, который обнаружил Дордже Лингпа (1346—1405). *Тава Лонг-Янг* значит «обширное пространство воззрения».

ТАЙНАЯ МАНТРА (gsang sngags, санскр. *гухьямантра*). Синоним Ваджраяны, или учения Тантры. *Гухья* значит «тайна» в двух смыслах этого слова: то, что не разглашают, и то, что ещё недоступно пониманию. *Мантра* в данном контексте означает «превосходное», «выдающееся» или «достойное хвалы».

ТАНТРА (rgyud). Учения Ваджраяны, проповеданные Буддой в образе самбхогакаи. Истинный смысл слова *тантра* — «непрерывность», неотъемлемая природа будды, которая называется «тантра выраженного смысла». Обычный смысл слова тантра — священные тантрийские тексты; в этом случае говорят о «тантре выражающих слов». Этим словом также могут обозначаться все учения Ваджраяны (колесницы плода) в целом.

ТАРПАЛИНГ В БУМТАНГЕ ('bum thang thar pa gling). Храм в восточном Бутане, основанный Лонгчен Рабчжамом.

ТОРМА (gtor ma). Принадлежность, используемая в тантрийских ритуалах. Другое значение — съедобное подношение охранителям Дхармы или духам.

ТРИ ВИДА ОБЕТОВ (sdom pa gsum). Хинаянские обеты личного освобождения, махаянская практика бодхисаттвы и самаи видьядхары, тантрийского практика Ваджраяны.

ТРИ ДРАГОЦЕННОСТИ (dkon mchog gsum). Драгоценный Будда, Драгоценная Дхарма и Драгоценная Сангха. В книге *The Light of Wisdom* (Shambala Publications) Джамгон Конгтрул разъясняет: «Будда — это сущность четырёх кай и пяти мудростей, наделённых двойной чистотой и совершенством двойного блага. Дхарма — это то, что выражено, безусловная истина полного очищения, состоящая из прекращения и пути, и то, что выражает: два аспекта утверждения и реализации, проявляющейся как имена, слова и буквы учения. В Сангху входят собственно Сангха — пребывающие на благородных бхуми сыновья победоносных, которые наделены качествами мудрости и освобождения, а также похожая на неё Сангха, состоящая из тех, кто находится на путях накопления и объединения, а также из благородных шраваков и пратьекабудд».

ТРИ КАИ (sku gsum). Дхармакая, самбхогакая и нирманакая. Три каи как основа — это «сущность, природа и способность», как путь — это «блаженство, ясность и немышление», а как плод — «три каи состояния будды». Три каи состояния будды — это дхармакая, свободная от умственных построений и наделённая «двадцатью одним качеством просветления»; самбхогакая, обладающая природой света и наделённая совершенными большими и малыми знаками, которую могут воспринимать лишь бодхисаттвы десяти бхуми; и нирманакая, проявляющаяся в образах, которые могут видеть и чистые, и нечистые существа.

ТРИ КОРНЯ (rtsa ba gsum). Гуру, йидам и дакини. Гуру — это корень благословений, йидам — сиддхи, а дакини — деяний.

ТРИ СВЯЩЕННЫХ ПРИНЦИПА (dam pa gsum). Священный принцип предварительной части — зарождение бодхичитты, священный принцип главной части — созерцание без умственных построений и священный принцип заключительной части — посвящение заслуг. Более подробное объяснение см. в книге «Повторяя слова Будды (*Repeating the Words of the Buddha*, Rangjung Yeshe Publications).

ТРИПИТАКА (sde snod gsum). Три собрания учений Будды Шакьямуни: Виная, Сутра и Абхидхарма, цель которых — достижение нравственной чистоты, сосредоточения и различающего знания, а назначение — исцелять от трёх ядов: страсти, гнева и неведения.

Тибетский вариант Трипитаки состоит из более чем ста больших томов, в каждом из которых больше шестисот больших страниц. В более широком понимании, вся Дхарма — и Сутра, и Тантра — заключена в трёх собраниях и трёх упражнениях. Кэнпо Нгакчунг говорит в своих «Указаниях о предварительных практиках для *Лонгчен Нингтиг*: «Три собрания текстов Хинаяны, а именно: Виная, Сутра и Абхидхарма — выражают соответственно смысл упражнений в нравственности, сосредоточении и различающем знании. Учения, подробно описывающие наставления по пути бодхисаттвы, относятся к собранию Винаи, а смысл, выраженный этими текстами, — упражнение в нравственности. Тексты, которые освещают врата к самадхи — это собрание Сутры, а выраженный ими смысл: размышления о драгоценности человеческого тела и тому подобное, — упражнение в сосредоточении. Тексты о шестнадцати или двадцати видах пустоты — это собрание Абхидхармы, а выраженный ими смысл — упражнение в различающем знании. Тексты, подробно излагающие самаи Ваджраяны — это собрание Винаи, а выраженный ими смысл — упражнение в нравственности. Тексты, которые учат главным особенностям стадий развития и завершения, относятся к собранию Сутры, а выраженный ими смысл — упражнение в самадхи. Все тексты, излагающие Великое Совершенство, принадлежат к собранию Абхидхармы, а выраженный ими смысл — упражнение в различающем знании.»

ТРИСОНГ ДЭУЦЕН (khri srong de'u btsan) (790—844). Второй великий царь-дхармараджа Тибета, который пригласил Гуру Ринпоче, Шантаракшиту, Вималамитру и многих других буддийских учителей, в том числе Джинамитру и Данашилу. В книге «Драгоценное ожерелье из лазурита» Джамгон Конгтрул указывает дату рождения Трисонг Дэуцена как восьмой день третьего месяца года воды — лошади (802-й год). В других источниках этот год указан как дата его вступления на престол после смерти отца. С семнадцати лет занимался главным образом управлением государством. Построил Самье, огромный монастырь и университет, образцом которого послужил храм Одантапури, возвел буддизм в ранг государственной религии Тибета; во время его правления первые тибетцы приняли монашеские обеты. Организовал работу пандитов и переводчиков-*лоцава* по переводу бесчисленных священных текстов и основал много центров для обучения и практики. Среди его перерождений были: Нянг Рал

Нима Осэр (1124—1192), Гуру Чованг (1212—1798), Джигмэ Лингпа (1729—1798) и Джамьянг Кенце Вангпо (1820—1892).

ТРОЕ ВРАТ (sgo gsum). Тело, речь и ум; мысль, слово и дело.

ТРОМА НАГМО (khros ma nag mo). Будда Ваджрайогини в гневном чёрном облике. *Трома Нагмо* значит — «чёрная гневная владычица».

ТУКДРУБ БАРЧЕ КУНСЭЛ (thugs sgrub bar chad kun sel). Цикл учений, обнаруженный Чокгюром Лингпа и Джамьянгом Кенце Вангпо; состоит из десяти томов текстов. Принадлежит к принципу Гуру Видьядхары. Подробнее см. в предисловии к *The Great Gate* (Rangjung Yeshe Publications) *Тукдруб* значит «сердечная садхана», *Барче Кунсэл* — «устранитель всех препятствий».

ТУЛКУ УРГЕН РИНПОЧЕ (sprul sku u rgyan rin po che). Современный учитель традиций кагю и нингма, который живёт в Непале, в ритоде Наги Гомпа. <Ушёл 13 февраля 1996 года.>

ТЭНГАМ (rten gam). Помещение для священных предметов.

ТЭРМА (gter ma). «Клад». 1) Передача через учения-клады, укрытые главным образом Гуру Ринпоче и Еше Цогял, чтобы в должное время их обнаружил тэртон, открыватель тэрма, на благо будущих учеников. Одна из двух главных традиций школы нингма. Другая называется *кама*. Считается, что традиция тэрма сохранится даже после исчезновения Винаи. 2) Клады, которыми могут быть тексты, ритуальные принадлежности, священные реликвии и предметы естественного происхождения.

ТЭРМА ЗЕМЛИ (sa gter). Вещественное тэрма, часто в виде текста на языке дакини или же ваджры, фигурки и т. д. Ср. «тэрма ума».

ТЭРМА УМА (dgongs gter). Учение, которое великий учитель обнаруживает непосредственно в своём уме без опоры на какое-либо материальное тэрма. Открываемые таким образом учения были запечатлены в «неразрушимой сфере» в те времена, когда этот учитель в предшествующей жизни был одним из учеников Падмасамбхавы.

ТЭРТОН (gter ston). Открыватель кладов, укрытых главным образом Гуру Ринпоче и Еше Цогял.

УДУМБАРА. «Особо выдающийся» или «чрезвычайно возвышенный». По преданию, удумбара цветёт только тогда, когда появляется полностью просветлённый будда.

УЗЛЫ НАДИ (rtsa mdud). 1) Синоним чакр — главные точки соединения или переплетения каналов; 2) Тонкие препятствия, которые следует развязать с помощью йогических практик.

УМОПОСТРОЕНИЯ (spros pa). Любые умственные формулировки. Умозрительные измышления, не свойственные природе ума.

УМ-ПРАНА (rlung sems). Здесь прана — это «кармический ветер», а ум — «двойственное сознание непросветлённого существа. Они тесно связаны между собой.

УПАСАКА (dge bsnyen). Буддист-мирянин, принявший пять обетов: воздерживаться от убийства, воровства, лжи, прелюбодеяния и спиртного. Тибетский эквивалент, *генен*, значит «стремящийся к добродетели».

УПАЯ (thabs). См. «Метод и мудрость».

УСИЛЕНИЕ (bogs 'don). <Буквально «извлечение пользы»>. Разные практики, нацеленные на упрочение мудрости. Согласно Тулку Ургену Ринпоче, главная усиливающая практика — это развитие веры и сострадания.

УСЛОВНАЯ ДОБРОДЕТЕЛЬ (zag bcas kyi dge ba). Духовная практика, при которой присутствует опора на двойственные представления. Включает в себя предварительные практики, семь ветвей и так далее. Безусловная добродетель — это распознание природы будды, которую иначе называют «тройная чистота». Эти два аспекта добродетели способствуют двум накоплениям, устраняют два омрачения, проявляют двойное знание и реализуют две каи.

УСТНАЯ ПЕРЕДАЧА (nyan brgyud). Передача устных учений от учителя к ученику в отличие от передачи, опирающейся на тексты. Устная передача уделяет главное внимание ключевым моментам устных наставлений, а не углублённому философскому изучению.

УЧЕНИЯ ДАКИНИ. *Padmasambhava's Oral Instructions to Lady Tsogyal* (Shambala Publications). Собрание советов великого учителя из тэрма Нянг Рала, Санге Лингпа и Дордже Лингпа. В них освещаются темы принятия прибежища, обетов бодхисаттвы, ваджрного учителя, практики йидама, ритрита и качеств плода.

УЧИТЕЛЬ (bla ma). В *Ламрим Еше Нингпо* Падмасамбхава говорит: «Ваджрный учитель, корень пути, — это тот, кто обладает чистым соблюдением обетов и обязательств. Он полностью украшен изучением, исследовал изученное размышлением, а благодаря медитации обрёл качества и признаки переживания и реализации. Своими сострадательными деяниями он привлекает учеников». Если сформулировать кратко, это тот, кто обладает правильным воззрением и подлинным состраданием.

УЧИТЕЛЬ ИЗ УДДИЯНЫ (o rgyan gyi slob dpon). Одно из имён Падмасамбхавы.

ХАЯГРИВА (rta mgrin). Тантрийское божество, изображаемое с лошадиной головой в пламенеющих волосах. Гневный аспект Будды Амитабхи. Здесь он отождествляется с Падма Херукой, «Лотосной Речью», садхана которого входит в число восьми учений-садхан.

ХИНАЯНА (theg pa dman pa). Колесница, в центре внимания которой — размышление о четырёх благородных истинах и двенадцати звеньях зависимого возникновения, что приводит к освобождению от круговорота бытия. При употреблении этого слова с уничижительным оттенком имеется в виду узкая направленность духовного пути только на собственное освобождение, а не на просветление всех живых существ.

ЦЕН (btsan). Разновидность злых духов.

ЦЕНТРАЛЬНЫЙ КАНАЛ (dbu ma; санскр. *авадхути*). Нематериальный центральный канал, проходящий в теле от основания позвоночника до макушки.

ЦОГЯЛ (mtsho rgyal). См. Еше Цогял.

ЧЕТЫРЕ ДХЬЯНЫ СПОКОЙНОГО СОСТОЯНИЯ (snyoms 'jug gi bsam gtan bzhi). Первая дхьяна — это состояние, где присутствует и понятие и различение. Вторая дхьяна — состояние, где отсутствует понятие, но есть различение. Третья дхьяна — состояние без наслаждения, но с блаженством. Четвертая дхьяна — состояние равностности.

ЧЕТЫРЕ КОРЕННЫХ ЗАПОВЕДИ (rtsa ba bzhi). Воздерживаться от убийства, воровства, лжи и прелюбодеяния.

ЧЕТЫРЕ СОСТОЯНИЯ СПОКОЙСТВИЯ, СВОБОДНЫЕ ОТ ФОРМ (gzugs med kyi snyoms 'jug bzhi). См. «миры без форм».

ЧЕТЫРЕ СПОСОБА (tshul bzhi). Четыре уровня смысла: буквальный, общий, скрытый и абсолютный.

ЧЕЦУН НИНГТИГ (lce btsun snying thig). Одно из самых важных наставлений Дзогчена, основанное на передаче от Вималамитры. Джамьянг Кенце имел видение Чецун Сэнгэ Вангчука, что побудило его записать драгоценное учение *Чецун Нингтиг*. Сэнгэ Вангчук (11-ый — 12-ый век) — один из учителей линии передачи традиции Нингтиг, которую он получил от своего коренного гуру, Дангма Лхунгяла, и непосредственно от Вималамитры. Благодаря достигнутой реализации высокого уровня его материальное тело во время смерти

Совет Рожденного из Лотоса

растворилось в радужном свете. В следующем перерождении, когда он носил имя Джамъянг Кенце Вангпо, он вспомнил учения Дзогчен, которые Сэнгэ Вангчук передал дакини Палги Лодро, и записал их как тэрма *Чецун Нингтиг*, «Сердечная Сущность Чецуна».

ЧИСТОЕ ВОСПРИЯТИЕ (dag snang). Принцип Ваджраяны, заключающийся в восприятии всего окружающего как мира Будды, себя и других существ — как божеств, звуков — как мантр, а мыслей — как проявлений мудрости.

ЧИСТЫЕ ОБИТЕЛИ (gnas gtsang ma). Пять высших небес из числа семнадцати обителей мира форм. Называются «чистые», потому что в них могут переродиться только возвышенные существа, достигшие пути прозрения. Родиться в них можно благодаря чистой практике четырёх дхьян в зависимости от уровня этой практики, который может быть малым, средним, высоким, весьма высоким и высочайшим.

ЧИТТАМАТРА (sems tsam pa). Махаянская школа буддийской философии, распространителями которой были великий учитель Асанга и его последователи. Она опирается на Ланкаватара-сутру и другие тексты, а её главная посылка заключается в том, что все дхармы есть не что иное, как ум, т. е. умственные впечатления, которые проявляются в сознании-основе вследствие кармических следов. Положительная сторона этого воззрения — отказ от представлений о конкретной реальности, а недостаток — убеждение в истинном существовании «ума», в котором заключено всё.

ЧОД (gcod) Буквально, «отсечение». Опирающаяся на Праджняпарамиту система практик, основателями которой были индийский сиддха Падампа Санге и тибетская женщина-учитель Мачиг Лабдрон. Её цель — отсечение четырёх Мар и привязанности к своему «я». Одна из восьми линий передачи практики в тибетском буддизме.

ЧОКГЮР ЛИНГПА (mchog gyur gling pa). (1829—1870). Тэртон, современник Джамьянга Кенце Вангпо и Джамгон Конгтрула. Считается одним из главных тэртонов за всю историю Тибета, и открытые им тэрма широко практикуют как в школе кагю, так и в школе нингма. Более подробно об этом в «Жизнь и учения Чокгюра Лингпа (*The Life and Teachings of Chokgyur Lingpa*, Rangjung Yeshe Publications). Имя Чокгюр Лингпа переводится как «обитель возвышенного».

ШАМАТХА (gzhi gnas). Пребывание в состоянии покоя после прекращения возникновения мыслей, или медитативная практика успокоения ума для обретения свободы от сумятицы мыслей.

ШЕСТЬ КЛАССОВ СУЩЕСТВ ('gro ba rigs drug). Боги, асуры, люди, животные, голодные духи и существа ада.

ШЕСТЬ ПАРАМИТ (phar phyin drug). Шесть совершенных деяний: щедрость, нравственность, терпение, усердие, сосредоточение и различающее знание.

ШЕСТЬ ПРЕДЕЛОВ (mtha' drug). Воззрения условного и окончательного смысла, подразумеваемое и не подразумеваемое, буквальное и не буквальное. «Шесть пределов и четыре способа» — необходимые ключи, открывающие смысл тантр.

ШЕСТЬ СВЕРХСПОСОБНОСТЕЙ (mngon par shes pa drug). Умение творить чудеса, обладание зрением божеств, слухом божеств, памятью о прошлых рождениях, умение узнавать чужие мысли и способность исчерпывать омрачения.

ШРАВАКА (nyan thos). «Слушатель». Практик Хинаяны Первого Поворота Колеса Дхармы, т. е. первой проповеди о Четырёх Благородных Истинах, который постигает, что страдание неотъемлемо от сансары, и сосредоточивается на понимании отсутствия независимого «я». Победив клеши, он освобождается и достигает первой ступени на пути прозрения — стадии входящего в поток, за которой следуют стадии возвращающегося единожды и невозвращающегося, который больше не родится. Конечная цель — стать архатом. Эти четыре стадии иначе называются «четыре плода практики».

ШРАМАНА (dge sbyong). Буддийский практик. Обычно подразумевается отшельник или странствующий монах.

ШРИ ГУХЬЯСАМАДЖА (dpal gsang ba 'dus pa). Буквально, «собрание тайн». Одна из главных тантр и йидамов Новой школы.

ШРИСИНГХА. Главный ученик и преемник Манджушримитры в линии передачи учений Дзогчена. Родился в городе Шокям в Хотане и учился у наставников Хатибхалы и Бхелакирти. Среди учеников Шрисингхи были четыре выдающихся учителя: Джнянасутра, Вималамитра, Падмасамбхава и тибетский переводчик Вайрочана.

ШУРМА (shur ma). Тибетское письмо, среднее между печатным и письменным.

ЭТЕРНАЛИЗМ (rtag lta). Мнение о том, что существует вечный и беспричинный источник создания всего; в частности, что личность или сознание человека обладает конкретной сущностью, которая независима, вечна и неповторима.

Совет Рожденного из Лотоса

ЯМАНТАКА (gshin rje gshed). Гневная форма Манджушри, которая олицетворяет мудрость, побеждающую смерть. В восьми учениях-садхан он является гневным буддой семейства татхагаты (Тела). Ямантака значит «победитель Ямы (Владыки Смерти)».

ЯНА (theg pa). «То, что несёт на себе», «колесница». Совокупность учений, позволяющих продвигаться к перерождению в высших мирах, к освобождению от сансары или к полному состоянию будды.

ЯСНОСТЬ (gsal ba). См. «блаженство, ясность и немышление».

ЯСНЫЙ СВЕТ ('od gsal). Буквально, «свободный от мрака неведения и наделённый способностью познавать». Два его аспекта — «ясный свет пустоты», что подобен чистому открытому небу и представляет собой воспринимающее качество природы ума, и «проявленный ясный свет», например, пятицветные лучи света, образы и тому подобное. Ясный свет — это несоставное естество, присутствующее во всей сансаре и нирване.

«Не заблуждайся, считая, что смысл учения ограничен словами. Объедини практику со всем своим существом и не медля обрети освобождение от сансары.»

Падмасамбхава

Падмасамбхава — величайший учитель Ваджраяны, учения, предназначенного для нашего времени. Движимый великим состраданием и мудростью, он повелел своей главной ученице Еше Цогял укрыть клад-тэрма, дабы в своё время он был обнаружен на благо практиков будущего. Эти глубокие наставления адресованы всем людям — при необходимости каждый может воспользоваться ими в личной практике. Перед вами классическое произведение, несущее истину каждому, кто искренне желает следовать духовному пути.

«Главной собирательницей слов Падмасамбхавы была Еше Цогял, воплощение будды. Возможно, есть люди, которые считают, что только мужчина может обрести просветление, но пример её жизни доказывает обратное. На самом деле пробуждённое состояние ума не имеет ни мужского, ни женского рода.»

Тулку Урген Ринпоче