

THE HEART OF THE PATH



ПРЕДЫДУЩИЕ ПУБЛИКАЦИИ
«АРХИВА МУДРОСТИ ЛАМЫ ЕШЕ»

Becoming Your Own Therapist, by Lama Yeshe
Advice for Monks and Nuns, by Lama Yeshe and Lama Zopa Rinpoche
Virtue and Reality, by Lama Zopa Rinpoche
Make Your Mind an Ocean, by Lama Yeshe
Teachings from the Vajrasattva Retreat, by Lama Zopa Rinpoche
The Essence of Tibetan Buddhism, by Lama Yeshe
Daily Purification: A Short Vajrasattva Practice, by Lama Zopa Rinpoche
Making Life Meaningful, by Lama Zopa Rinpoche
Teachings from the Mani Retreat, by Lama Zopa Rinpoche
The Direct and Unmistaken Method, by Lama Zopa Rinpoche
The Yoga of Offering Food, by Lama Zopa Rinpoche
Teachings from Tibet, by various great lamas
The Joy of Compassion, by Lama Zopa Rinpoche
The Kindness of Others, by Geshe Jampa Tegchok
Ego, Attachment and Liberation, by Lama Yeshe
How Things Exist, by Lama Zopa Rinpoche
Universal Love, by Lama Yeshe
The Peaceful Stillness of the Silent Mind, by Lama Yeshe
Teachings from the Medicine Buddha Retreat, by Lama Zopa Rinpoche
Freedom Through Understanding, by Lama Yeshe and Lama Zopa Rinpoche
Kadampa Teachings, by Lama Zopa Rinpoche
Life, Death and After Death, by Lama Yeshe
Bodhisattva Attitude, by Lama Zopa Rinpoche
How to Practice Dharma, by Lama Zopa Rinpoche

Только для получивших посвящение:
A Teaching on Heruka, by Lama Zopa Rinpoche
A Teaching on Yamantaka, by Lama Zopa Rinpoche

In Association with TDL Publications, Los Angeles:
Mirror of Wisdom, by Geshe Tsultim Gyeltsen
Illuminating the Path to Enlightenment, by His Holiness the Dalai Lama

DVD-записи ламы Еше

The Three Principal Aspects of the Path • Introduction to Tantra • Offering Tsok to Heruka
Vajrasattva • Anxiety in the Nuclear Age • Bringing Dharma to the West • Lama Yeshe at Disney-
land • Freedom Through Understanding • Life, Death and After Death • Christmas 1982
(online only)

*Пусть все, кто видит эти книги, их касается, читает, вспоминает, говорит или
думает о них, никогда не рождаются в неблагоприятных условиях, но рождаются лишь в
среде, благоприятной для совершенной практики Дхармы, встречают только безупречно
сведущих духовных проводников, быстро породят бодхичитту и мгновенно достигнут
просветления ради блага всех живых существ.*

Посвящение заслуг издателем



Сердце пути



Как видеть в Гуру Будду

Лама Сопа Ринпоче

Переводчик с английского и редактор Майя Малыгина,
корректор Юрий Канчуков

*Издано Местной религиозной организацией —
Центр сохранения традиций махаяны
«Ганден Тендар Линг»*



БИБЛИОТЕКА ФПМТ - РОССИЯ
ИЗДАНИЕ ЦЕНТРА
ГАНДЕН ТЕНДАР ЛИНГ

УДК
ВВК

Лама Сопа Ринпоче
СЕРДЦЕ ПУТИ — М.: ООО «Буки Веди», 2015 — 532 с

ISBN

Memorandum of Agreement 5th day of May, 2015

Публикуется по согласованию с Lama Yeshe Wisdom Archive

Все права сохранены. Ни одна часть данной книги не может быть
использована без письменного разрешения издателя.

Общее содержание: «Преданность гуру — очень часто неправильно
толкуемое, но крайне важное понятие в практике тибетского
буддизма. В исчерпывающем изложении этой темы автор ясно
излагает, что относится к этой практике, а что нет, и как её
выполнять».

Переводчик с английского и редактор Майя Малыгина,
корректор Юрий Канчуков

Дизайн обложки Павел Крейс

© Лама Тхубтен Сопа Ринпоче 2008 г.
(© Lama Thubten Zopa Rinpoche 2008)

© Библиотека ФПМТ—Россия,
Издание центра «Ганден Тендар Линг», 2015



Благотворительный фонд «Земля и Небо»

С большой благодарностью мы приняли участие в издании этой книги.

Вместе с Московским Центром ФПМТ
«Ганден Тендар Линг»

радуемся тому, что появилась возможность преподнести книгу на русском языке в дар драгоценному учителю Ламе Сопе Ринпоче и всем, кто ждал его визита в Россию.

Желаем читателям всех благ!

Роман Рыжков,

Влада Рыжкова,

учредители благотворительного фонда
«Земля и Небо»

www.zemlyanebo-fond.ru



Земля и Небо

центр развития
и терапии искусствами

СОДЕРЖАНИЕ

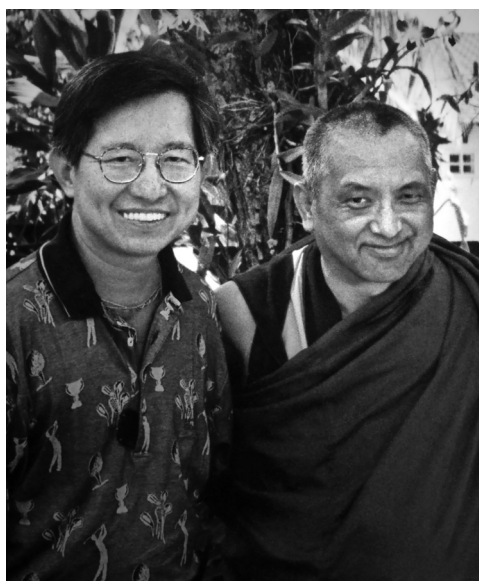
Предыдущие публикации «Архива мудрости ламы Еше»	ii
Посвящение заслуг издателем	x
Благодарности издателя	xi
Предисловие	xv
Вступление редактора	xvii
Об «Архиве мудрости ламы Еше»	xxiii
1. Зачем нам Гуру?	1
Корень пути	1
Зачем нам гуру?	5
Совет Манджушри ламе Цонкапе	12
Четыре общих преимущества преданности гуру	15
2. Сила Гуру	21
3. Проверка Гуру	26
4. Качества Гуру	31
Раскрытие полного пути к просветлению	31
Качества гуру Махаяны	34
Качества ваджрного наставника	35
Сущностные качества	39
Основополагающее качество	40
Дополнительное качество	42
5. Качества ученика	50
6. Кого считать Гуру	52
Получение учений	52
Нужно ли формально просить кого-то стать нашим гуру?	68
Получение посвящений	69
Принятие обетов	71
Стоит ли считать учителя азбуки своим гуру?	72
Важность визуализации каждого гуру	75
Сколько у нас должно быть гуру?	78
Кто такой коренной гуру?	80

7. Преимущества правильного вверения себя Гуру	85
Преимущества правильного вверения себя гуру	85
Мы приближаемся к просветлению	86
Мы радуем всех будд	108
Нам не причинят вред мары и дурные друзья	110
Все наши омрачения и недобродетели сами собой прекратятся	112
Все наши свершения на путях и уровнях совершенствования (бхуми) возрастают	114
У нас никогда не будет недостатка в благих друзьях во всех наших будущих жизнях	126
Мы не падём в низшие миры	129
Мы без усилий достигнем исполнения всех наших временных и абсолютных желаний	132
8. Ущерб от неверия или от неправильного вверения себя Гуру	139
Ущерб от неверия или от неправильного вверения себя гуру	139
Осуждая своего гуру, мы осуждаем всех будд	141
Каждое мгновение гнева на нашего гуру разрушает столько кальп заслуг, сколько мгновений длится этот гнев, и это приведёт к нашему перерождению в адах и страданиям на продолжении того же самого количества кальп	145
Очищение наших ошибок	148
Даже хотя мы практикуем тантру, мы не достигнем высших свершений	151
Даже если мы практикуем тантру с большими трудностями, это будет подобно достижению ада и тому подобного	153
У нас не породятся новые знания или свершения, а ранее обрётённые знания и прозрения придут в упадок	156
Даже в этой жизни нас будут преследовать болезни и прочие неприятности	163
В будущих жизнях мы будем бесконечно блуждать в низших мирах	166
Во всех будущих жизнях у нас не будет благих друзей	170
9. Важность преданности	177
Как вверить себя гуру в мыслях	177
Корень, тренировка ума в преданности гуру	177

10. Почему нужно смотреть на Гуру как на Будду	187
11. Почему мы способны увидеть Гуру как Будду	195
Ум можно тренировать	195
Сосредоточение на достоинствах гуру	198
Использование недостатков гуру для развития преданности	202
12. Как видеть в Гуру Будду	215
В наших воззрениях нечему доверять	217
Даже в наши дни все будды и бодхисаттвы до сих пор трудятся ради живых существ	240
Гуру — исполнитель деяний всех будд	246
Ваджрадхара заявил, что гуру — будда	258
13. Диспут с нашим предвзятым умом	261
14. Доброта Гуру	269
Развитие почтения памятованием о доброте гуру	269
Гуру добрее всех будд	271
Доброта гуру — в обучении Дхарме	279
Доброта гуру — в благословлении потока нашего ума	289
Доброта гуру — во вдохновении нас на практику	
Дхармы даянием материальных даров	292
Доброта гуру в «Гуру-пудже»	296
15. Вверение себя Гуру на деле	300
Как вверить себя гуру на деле	300
Исполнение наказов гуру	300
Почитание и служение	301
Совершение материальных подношений	301
16. Нужна ли абсолютная покорность?	313
17. Как практиковали кагьюпинские ламы прошлого	321
18. Исключительные гуру, необычайные ученики	329
Тилопа и Наропа	329
Марпа и Миларепа	337

19. Что такое Гуру-йога?	345
Истинный смысл гуру	351
20. Преданность Гуру в «Шестиразовой Гуру-йоге»	363
21. Преданность Гуру в «Призывании Ламы издалека»	372
22. Обучение и изучение преданности Гуру	389
Обучение преданности гуру	389
Изучение преданности гуру	392
23. Осуществление преданности Гуру	397
24. Посвящение заслуг	409
ПРИЛОЖЕНИЯ	
1. Раздел о преданности гуру	411
2. Сокращённая молитва «Призывание Ламы издалека»	415
3. Очищение ошибок в преданности Гуру	417
4. «Призывание Ламы издалека»	425
5. Преданность Гуру в «Сущности нектара»	431
6. Защита ума	438
7. Совет Гомчена Кхампалы о практике Гуру	445
8. Практика преданности гуру с девятью установками	453
Примечания	456
Глоссарий	469
Библиография	493
Рекомендуемая литература для дальнейшего чтения	496
О ФПМТ	500
Об образовательном онлайн центре ФПМТ	501
Другие учения ламы Еше и ламы Сопы Ринпоче	502
Что делать с учениями Дхармы	503
Посвящение заслуг	504
О ламе Сопе Ринпоче	505
Об Аилсе Кэмерон	506
Библиотека ФПМТ–Россия	
издание центра Ганден Тендар Линг	507

Посвящение заслуг издателем



(На фото – Хенри Ло и лама Сопы Ринпоче, Малайзия, 2000 г.)

Мы посвящаем эту книгу памяти нашего дорогого и верного друга Хенри Ло Сюи Тянга (1947—2008 гг.), который был преданным учеником ламы Сопы Ринпоче и выдающимся последователем ФПМТ и множества его проектов, таких как «Архив мудрости ламы Еше», «Wisdom Publications», проекта «Нефритовый Будда» и проекта монастыря Сера Дже «Драти кхангцен».

Благодарности издателя



Мы глубоко благодарны нашим друзьям и тем, кто нас поддерживает: благодаря всем этим людям может существовать и действовать «Архив мудрости ламы Еше»; ламе Еше и ламе Сопе Ринпоче за их неоценимую доброту; Питеру и Николь Кедж и досточтимой Аилсе Кэмерон за их работу в начале создания Архива; дост. Роджеру Кунсангу, неустанному помощнику ламы Сопы, за его доброту и заботу; а также нашим помощникам Бэрри и Конни Хэрши, Джоан Холсэлл, Роджеру и Клэр Эш-Уилер, Клэр Эткинс, Тхубтену Еше, Тони Стилу, Ричарду Гиру, Дорену и Мэри Харпер, Тому и Сюзанне Кэстлес, Лили Чан Ву и Хоуку Фурману.

Эта книга была бы невозможна без колоссальной работы её редактора, Аилсы Кэмерон, трудившейся над ней восемь лет, изучая сотни расшифровок учений ламы Сопы Ринпоче с начала 70-х годов, извлекая из них важные места и затем их редактируя. Итогом её работы стал этот прекрасный и значимый труд, лучшая книга о преданности гуру, изданная до сих пор на Западе и, несомненно, лучшая книга, которую мне довелось прочесть. Дост. Аилса рассказывает о своей работе в своём вступлении, но все мы ей многим обязаны.

Мы также глубоко благодарим всех, кто стал членами Архива за последние несколько лет. Подробности нашей программы членства можно найти в конце этой книги, и, если вы до сих пор не вступили в Архив, просим вас рассмотреть эту возможность. Благодаря доброте тех, кто стал членом Архива, теперь у нас есть несколько редакторов, трудящихся над нашими обширными собраниями учений ради всеоб-

щего блага. Мы выложили список наших частных и корпоративных членов на нашем веб-сайте www.LamaYeshe.com.

В особенности мы благодарим основных спонсоров этого проекта: Доминика и Кэтрин Энг, Кристин Арлингтон, Марсела Бертелса, Тиффани Чин Джа Ли, Дролкар Чань и Нг Ли Хвана, буддийский медитационный центр «Чандракирти», Малин Чуа, Шарлин Чуа Би Кенг, Адриана Дека, Кирру Дживанни, Гох Пик Пин, Элейн Хо, Уэнди Хоббс, Джинджер Су и Хенри Ванга, Х. Джайябалана, дост. Сангье Кхандро, Кью Зан Ли, Кэтрин Ло (в память о Хенри Ло), Элизабет Ли, Ли Тинь Яня, Альфреда Лейенса, Лим Чип Цяна и семью, Лим Хун Цзе, Джойе Лим Цзо И, Бернарда и Шарлотту Лу и семью, Лоу Ми Во, Тару Мелвани, Онг Сью Нга, Пун Кинг, Николаса Редмонда (в память о Дермоте Редмонде), Сим Хон Бун, дост. Софию Су, То Сзе Ги, Сисилию Цон, Цон Це Ян (в память о Чон Ун Лай), Оан Вован, Шармэн Вэй, дост. Янчен, Бобби Япа, Серину Яп и Бернарда Чуна, Йео Пуай Хуэй, Чань Иью Муна, Дэниела Йонгйею и дост. Геше Тензина Сопу. Имена всех, кто принял участие в издании этой книги, перечислены на нашем веб-сайте, и мы глубоко благодарны всем этим людям без исключения. Спасибо вам большое!

Далее, мы хотели бы выразить благодарность за доброту и сострадание всем остальным щедрым спонсорам, перечислившим средства на издание наших трудов с тех пор, как мы начали выпускать бесплатные книги. Спасибо вам за это. Вас слишком много, чтобы перечислить все ваши имена в этой книге, но мы высоко ценим каждого из вас и каждое пожертвование, сделанное для распространения Дхармы ради блага добрых матерей – живых существ, и теперь чествуем всех вас на нашем веб-сайте.

Наконец, я хотел бы поблагодарить множество других милосердных людей, пожелавших внести пожертвования анонимно; мою жену Венди Кук за её постоянную помощь и поддержку, а также за помощь в редактировании книги; наших верных сотрудников Дженнифер Барлоу и дост. Тензин Десал; дост. Тхубтен Лабдрон (Тришу Доннелли) за её помощь в архивировании и редакции; дост. Боба Элкорна за его невероятно ценную работу над DVD-дисками нашего ламы Еше; Дэвида Зинна за его искусство в создании цифровых образов; Веронику Качмаровски, Эвелин Вильямс, австралийское отделение ФПМТ и

Mandala Books (Брисбейн) за весьма ценную помощь в распространении нашей литературы в Австралии; Дэнниса Хэслопа, Филиппа Брэдли, Майка Гилмора и наших других друзей из Wisdom Books (Лондон) за их колоссальную поддержку в распространении нашей литературы в Европе; наших расшифровщиков-волонтеров; а также Джонатана Стейна в Лондоне за его помощь в работе с нашими аудиоматериалами.

Если вы, дорогой читатель, хотите присоединиться к этой благородной группе альтруистов с открытым сердцем, оказав поддержку публикации новых книг ламы Еше или ламы Сопы Ринпоче, либо принять участие в других проектах «Архива мудрости ламы Еше», просим вас с нами связаться, чтобы выяснить, как это сделать.

Доктор Николас Рибуш

В силу благих заслуг, созданных помощью в распространении учений Будды ради блага всех живых существ, да будет у наших благодетелей и их семей и друзей долгая и здоровая жизнь и счастье, и пусть мгновенно исполнятся все их устремления в Дхарме.



*(На фото – Сакья Тринзин Ринпоче с ламой Сопой Ринпоче.
Лама Сопи Ринпоче и Е.С. Сакья Тринзин в Дерадуне, Индия, 2008 г.
Фотография Роджера Кунсанга.)*

ПРЕДИСЛОВИЕ



Во всех буддийских традициях очень важна преданность гуру. Именно духовный наставник знакомит нас с Тремя Драгоценностями и ведёт по пути к освобождению и просветлению.

Значимость постоянного доверия и преданности гуру, мне думается, основана на трёх факторах. Прежде всего, существуют бесчисленные цитаты из сутр и шастр, в которых сказано, что сведущий гуру — источник всех благих качеств и преимуществ, требуемых для освобождения от круговорота страдания сансары.

Во-вторых, проводя исследование с помощью логических доводов, мы сами способны осознать истинность преданности гуру. Например, солнце постоянно ярко сияет повсюду, но без необходимых приборов мы не способны использовать его колоссальную энергию. Точно так же и благословения Будды всё время нисходят мощным потоком на всех живых существ, но мы не можем их получить без присутствия гуру, потому что наши загрязнения и кармические предрасположенности мешают нам увидеть Будду. Поэтому нам и не выпала удача напрямую слушать наставления и получать благословения. Только посредством гуру — который в своём обычном облике подобен нам, и которого мы можем видеть и слышать — мы можем получать учения Будды и, тем самым, его святые благословения.

Наконец, сущностные наставления, которые приведены в жизнеописаниях всех учителей древности, говорят нам о том, что все те, кто следовал советам гуру с нерушимой верой, обрели свершения, а те, кто этого не делал, такого не достигли.

На пути Ваджраяны значимость гуру многократно возрас-

тает, поскольку именно опытный наставник, даруя посвящение через непрерывную линию преемственности, исходящую от самого Будды, открывает врата просветления и помогает нам постичь истинную природу ума.

Надеюсь, что книга ламы Сопы Ринпоче «Сердце пути» принесет великую пользу последователям буддийской философии.

*С благословениями,
Сакья Тризин
18 ноября 2008 г.*

ВСТУПЛЕНИЕ РЕДАКТОРА



Лама Сопа Ринпоче, духовный руководитель Фонда поддержки махаянской традиции (ФПМТ), является вдохновляющим примером практики преданности гуру, вверения себя гуру в мыслях и на деле. Ринпоче — ученик многих известных тибетских лам, включая его коренного гуру Его Святейшества Триджанга Ринпоче; Его Святейшества Линга Ринпоче; Его Святейшества Четырнадцатого Далай-ламы; Его Святейшества Сонга Ринпоче; Его Святейшества Серконга Ценшаба Ринпоче; Серконга Дордже Чанга; Кхуну Ламу Тензина Гьялцена; Его Преосвященства Чогье Тричена Ринпоче; Его Святейшества Сакья Тризина и Его Преосвященства Трулшика Ринпоче. Преданность гуру Ринпоче безупречна, и его многочисленные учителя согласились бы с высказыванием Его Святейшества Далай-ламы: «Ринпоче искренне следует моим советам; он делает это весьма тщательно и со стопроцентным доверием. У него неколебимая вера и чистые самайи. И не только чисты его самайи и вера в любые мои наставления, но Сопа Ринпоче способен исполнять всё это на деле»¹.

Янгси Ринпоче² также сказал: «Обычно, говоря о безупречных примерах чистой преданности гуру, мы упоминаем Миларепу, Марпу, Тилопу и Наропу. Но в нашем поколении преданность гуру, которой обладает лама Сопа Ринпоче, является совершенным примером. Когда мы размышляем о доброте духовных учителей, то, помимо размышлений об исторических наставниках и их великих деяниях, также можем вспомнить и великих учителей современности, полностью посвятивших свою жизнь служению Дхарме»³.

Сам Ринпоче, конечно же, отрицает, что чего-то достиг в

практике преданности гуру: «Даже хотя я не способен отыскать какую-либо преданность гуру где-либо в своём теле, с головы до ног, всё равно буду подражать тому, чему учат Пабонка Дечен Ньингпо и другие ламы в ламриме, когда рассказывают, как практиковали корень пути к просветлению»⁴. В течение пятидесяти лет преподавания Дхармы западным последователям Ринпоче дал очень много наставлений о преданности гуру. Большая часть этих учений расшифрована, и более пятидесяти из них, данные между 1979 и 2005 гг., являются источниками материалов, вошедших в книгу «Сердце пути».

Ринпоче сам советовал включить в эту книгу учения о преданности гуру, которые он дал во время комментария к «Гуру-йоге ламы Цонкапы» в «Джинсиу Фарлин», центре ФПМТ в Тайпее, Тайвань, в июне 1996 г. Эти учения стали ядром книги, но к ним добавлены и другие важные источники — комментарии на «Гуру-йогу ламы Цонкапы», данные в затворническом центре «Тушита», Индия, в 1986 г.; в «Институте Ваджрапани», Калифорния, в 1988 г.; в «Институте Ченрези», Австралия, и в «Чам Це Линге», Гонконг, в 1989 г.; в Сиднее, Австралия, в 1990 г. и в «Институте ламы Цонкапы», Италия, в 2004 г. Также к книге включён материал из комментариев по махамудре, данных в «Институте Ченрези» в 1980 г.; в «Институте Ваджрапани» и «Институте Ваджрайогини», Франция, в 1981 г.; а также в Аделаиде в 2004 г. Другие основные источники — это комментарий на текст «Лама чопа» (санскр. «Гуру-пуджа») в центре «Махамудра», Новая Зеландия, в 1985 г.; комментарий на «Шестиразовую Гуру-йогу» в Катумбе, Австралия, в 1991 г.; комментарий на практику Ваджрайогини в центре «Махамудра» в 1994 г.; посвящение Самого сокровенного Хаягривы в Сиднее в 2000 г.; учения традиции кадам в «Коренном институте», Индия, в 2003 г. и общие учения в «Институте Дордже Чанг», Новая Зеландия, в 2004 г. Также использовался ценный материал из перевода и комментария «Сущности нектара» в монастыре Копан, Непал, в 1982–83 гг.⁵ Кроме того, был позаимствован материал из более тридцати малых учений⁶.

Учения Ринпоче о преданности гуру, большей частью, были основаны на комментариях Пабонки Дечена Ньингпо по этой теме, не только в «Освобождении на вашей ладони», но также и в отдельном тексте подробного изложения преданности гуру, во-

шедшего в собрание сочинений Пабонки Ринпоче⁷. Помимо этого, Ринпоче учил о преданности гуру, опираясь на «Большое руководство к этапам пути пробуждения» ламы Цонкапы и другие труды по ламриму и тантре.

Поскольку Ринпоче восхвалял «Освобождение на вашей ладони» как основанный на личном опыте комментарий, где учения изложены просто и доступно для понимания, структура «Сердца пути» очень близка к структуре «Освобождения».

В главе 1, «Зачем нам Гуру?», объясняется, по какой причине преданность гуру является корнем пути к просветлению.

Глава 2, «Сила Гуру», в которой лишь мимоходом упоминается Пабонка Ринпоче в первом из восьми преимуществ правильного вверения себя учителю, выделена здесь в отдельную главу, так как эта тема подчёркивается в учениях Ринпоче и в ней объясняются потенциал невероятного блага и также опасности в отношениях с гуру.

Глава 3, «Проверка Гуру», опять же, в отличие от «Освобождения», является отдельной главой из-за насущной необходимости быть осторожным в выборе человека, который станет самым могущественным и значимым в нашей жизни.

В «Освобождении» качества гуру и ученика, т.е. главы 4 и 5, обсуждаются с точки зрения недостатков неправильного вверения себя гуру и преимуществ вдумчивого вверения; здесь эти темы следуют главе о проверке учителя.

В главе 6, «Кого считать Гуру», Ринпоче, чтобы проиллюстрировать эту тему, рассказывает истории из своего детства и далее отвечает на многочисленные вопросы, которые люди обычно об этом задают.

В главе 7, «Преимущества правильного вверения себя Гуру», Ринпоче начинает объяснение четырёх основных положений преданности гуру (см. Приложение 1).

Второе основное положение обсуждается в главе 8, «Ущерб от неправильного вверения себя Гуру».

Третье и основное положение темы преданности гуру — о том, как вдумчиво верить себя учителю, что означает восприятие гуру как будды, — глубоко раскрывается в последующих шести главах.

В главе 9 подчёркивается важность веры.

В главе 10, «Почему нужно смотреть на Гуру как на Будду», просто и ясно говорится о том, что мы практикуем преданность гуру ради собственного блага, но не ради корысти гуру.

В главе 11 объясняется, что для нас возможно увидеть гуру как будду, как возможно и воспринимать самих себя позитивно. Также в ней раскрывается способ использования любых видимых нам недостатков для усиления нашей преданности.

В главе 12, где приведено много цитат и логических обоснований, Ринпоче уточняет различные приёмы и медитации, которые можно использовать для тренировки ума, чтобы увидеть гуру как будду.

Эти приёмы суммируются в главе 13 в виде диспута с предвзятым умом, который отказывается воспринимать гуру как будду.

Наконец, в главе 14 обсуждается доброта гуру.

Четвёртое основное положение разъясняется в главе 15 «Преданность Гуру на деле».

В главах 16–18 Ринпоче говорит о том, что нужно лишь делать абсолютно всё, что нам велит гуру, и затем описывает изумительные истории о Тилопе и Наропе и о Миларепе и Марпе.

В главе 19 Ринпоче подробнее объясняет тантрическую практику гуру-йога, в которой гуру рассматривается как будда не только по сути, но даже внешне, и в главах 20–21 иллюстрирует эту практику в соотношении с «Шестиразовой Гуру-йогой» и горячей молитвой самого Пабонки Дечена Ньингпо «Призывание Ламы издалека».

В главе 22 Ринпоче даёт некоторые общие наставления о преподавании и изучении темы преданности гуру.

В главе 23 Ринпоче даёт указание о том, как осуществить преданность гуру и как узнать, что мы обрели это свершение.

В заключительной главе 24 приведены некоторые молитвы посвящения заслуг, связанные с практикой преданности гуру, которые обычно читает Ринпоче.

Подобно труду Пабонки Ринпоче «Освобождение на вашей ладони», эта книга также написана в неформальном стиле, с обилием историй. Кроме того, в ней приведено много цитат, но их лучше воспринимать образно, а не буквально, особенно по той

причине, что многие из них были рассказаны по памяти, а не непосредственно процитированы из текстов⁸.

Эта книга была издана только благодаря самоотверженным усилиям многих людей. За помощь в расшифровке мне хотелось бы поблагодарить Дженнифер Эббот, дост. Палому Алба, Лею Бридж, Фрэнка Брока, Мерри Колони, Мартина Дэлленбаха, Крол Дэвис, Крисси Фулкс, Катарину Хэллонблад, Брайана Харта, Су Хунг, Питера Лэнса, Альфреда Лейенса, дост. Кэролин Лоулер, Морин О’Мэлли, Алана Марша, Кэролин Мёрдок, дост. Ингрид Нордзин, Элею Редел, Триш Робертс, Гарета Робинсона, Сегена Срир-Сеннер, дост. Тензин Цапел, дост. Тензин Цомом, дост. Сару Трешер, дост. Тхубтен Гьяцо, дост. Тхубтен Мунсел, дост. Тхубтен Лабдрон, дост. Еше Чодрон и дост. Еше Кхадро. За помощь в проверке части расшифровок мне хотелось бы поблагодарить Кэрин Эллис, Ника Рибуша и Сандру Тайдмен, а за помощь с библиографией — Гарета Сперхема. За проверку рукописных и печатных экземпляров в твёрдой обложке некоторых расшифровок благодарю Лею Бридж, непальское Community Advancement Society, Джеки Фримен, Катарину Хэллонблад, Брайана Харта, дост. Кайе Майнер, Сьюзан Стэбайл и Кэти Вичта. Особо мне хотелось бы поблагодарить Ника Рибуша и Кьоган О’Нийл за материал, который они подготовили к комментарию Ринпоче на «Сущность нектара». Моя искренняя благодарность геше Лобсангу Джамьяну и Яки Плат за помощь в ответах на некоторые последние вопросы.

Также мне хотелось бы выразить благодарность многим людям, принявшим участие в записи, архивировании и сохранении учений Ринпоче, включая всех сотрудников центров ФПМТ, разместивших и записавших эти учения, и особенно Ника Рибуша и всех остальных, работающих в «Архиве мудрости ламы Еше».

Моя сердечная благодарность Клэр Эткинс и дост. Лхагсам за то, что они великодушно предоставили мне удобные для редактирования этой книги условия для работы с материалом.

Наконец, от чистого сердца я благодарю ламу Сопу Ринпоче — за его безграничную щедрость, сострадание, терпение и мудрость в неустанном обучении Дхарме во всём мире. В особенности мне хотелось бы поблагодарить его за то, что из сострадания он преподавал множество вдохновляющих учений, вошедших в

книгу «Сердце пути». Все заслуги, созданные в ходе публикации этой книги, посвящаю долголетию и здоровью Ринпоче и успеху в его многочисленных деяниях на благо живых существ и учений Будды. Доброта Ринпоче — долг, который я не смогу отплатить в этой и множестве последующих жизней, и моя редакция этой книги является лишь ничтожной попыткой отблагодарить его за доброту.

«Институт Ченрези»

Ноябрь 2007 г.

АРХИВ МУДРОСТИ ЛАМЫ ЕШЕ



Мы несём вам учения ламы Еше и ламы Сопы Ринпоче

Эта книга стала возможной благодаря доброте и поддержке Архива, сотрудники которого, как и вы, ценят тот факт, что мы повсеместно бесплатно распространяем эти учения, в том числе и на нашем веб-сайте, что позволяет сразу же их прочесть, прослушать и загрузить, а также — в виде печатных и электронных книг.

На нашем сайте можно мгновенно получить доступ к тысячам страниц учений и сотням аудиозаписей наставлений некоторых величайших лам нашего времени. Также на нашем сайте находятся в свободном доступе фотогалерея и книги, пользующиеся постоянным спросом.

Просим вашей помощи в распространении Дхармы ради счастья и благоденствия всех существ. Узнать более подробно о том, как поддержать Архив и увидеть всё, что мы вам предлагаем, вы можете на нашем веб-сайте www.LamaYeshe.com.

Благодарим вас, наслаждайтесь этой книгой.

1. ЗАЧЕМ НАМ ГУРУ?



Корень пути

Влампиме или постепенном пути к просветлению, первая тема медитации – *корень пути: как вверить себя благому другу*. Почему преданность гуру называют корнем пути к просветлению? Просветление подобно созревшему плоду, путь к просветлению – стволу дерева, а преданность гуру сравнивается с корнем этого дерева. В нашем уме, начиная с корня преданности гуру, вырастает ствол пути и обретается плод освобождения. Можем мы начать развивать путь к просветлению в своём уме в этой жизни или нет, зависит от нашей практики преданности гуру.

Правильное вверение себя гуру или благому другу – корень всего успеха, от достижений в этой жизни вплоть до просветления, так же как ствол, ветви, листья и плод дерева зависят от его корня. Также мы можем размышлять о том, что преданность гуру подобна топливу в автомобиле или самолёте, без которого транспорт не доставит нас туда, куда мы собрались. Без преданности гуру ничего не произойдёт – не будет ни свершений, ни освобождения, ни просветления – так же как без корня дерева не может быть его ствола, ветвей, листьев и плодов. Всё, вплоть до просветления, зависит от преданности гуру.

Преданность гуру является корнем не только наивысшего успеха, то есть достижения полного просветления и приведения живых существ к абсолютному счастью освобождения и просветления, но также и временных удачи и счастья. Эта практика – основа всего пути к просветлению, а также всяческого счастья. Поскольку всё следует за преданностью гуру, эту практику называют «корнем пути».

Мудрые практикующие, знающие, как искусно осваивать Дхарму, денно и нощно со всем вниманием относятся к данному положению – правильному вверению себя благому другу. Его Святейшество Серконг Дордже Чанг, который жил у ступы Сваямбунатх в Непале, однажды сказал своим монахам: «Если вы как следует выполняете практику вверения себя благому другу, всё будет хорошо, даже если вы не учитесь. Вы можете отдыхать и получать удовольствие – просто есть и спать. Можете наслаждаться жизнью». Ринпоче выразил самую суть практики Дхармы. Правильно практикуя преданность гуру, мы можем от души насладиться жизнью, поскольку практика приносит нам успех в любых делах и избавляет от всех препятствий.

То, насколько быстро и легко мы обретём духовные прозрения и свершения на пути к просветлению, зависит от встречи с опытным благим другом, а после этой встречи⁹ – от нашей способности себя ему доверить. Перед тем как доверить себя гуру, мы должны как следует проверить; затем, после того как мы установим с ним связь в Дхарме, нужно правильно на него опираться в мыслях и на деле. Вдумчивая преданность означает, что мы видим гуру как будду, просветлённое существо, воспринимая его именно так, а преданность *на деле* означает исполнение советов гуру, служение ему и совершение ему подношений.

Основной объект медитации на преданность гуру содержится во вдумчивой преданности ему. Используя цитаты из писаний, логику и наш личный опыт общения с гуру, мы смотрим на гуру как на будду, т.е. на того, кто пресёк все пороки и наделён всеми достоинствами. Вначале мы прибегаем к аналитической медитации с цитатами и логикой, чтобы доказать уму, который не видит в гуру будду, что гуру – будда, тем самым преобразуя ум в чистую преданность.

На первых порах, когда мы ещё не выполняем аналитическую медитацию на преданность гуру, чувство преданности у нас быстро исчезает. Однако через некоторое время, благодаря медитации, это переживание становится устойчивым. Когда в нашем сердце возникает некоторый опыт или чувство того, что наш гуру – будда, даже на короткое время, это признак того, что мы получили благословение гуру. Затем, когда начинаем непроизвольно и постоянно видеть гуру как будду, это означает, что мы осуществили практику преданности гуру.

Преданность приносит благословения. В силу преданности гуру в наше сердце проникают его благословения, и тогда в уме проявляются свершения пути к просветлению. Наша преданность позволяет нам достичь просветления, пресечь все пороки ума и завершить все постижения. Это, в свою очередь, поможет нам безупречно трудиться во благо бесчисленных других живых существ, освобождая их из океана страдания сансары и приводя к освобождению и просветлению. Именно поэтому преданность гуру, восприятие гуру как будды, – корень пути к просветлению.

Благодаря практике преданности гуру, когда мы смотрим на нашего гуру как на нераздельного с буддой или с нашим особым божеством, благословения гуру входят в наше сердце. Преданность – это врата, через которые в нас проникает нектар благословений гуру. Без практики преданности гуру наш ум не впитает нектар благословений гуру, и поэтому будет очень тяжело породить в себе свершения на пути к просветлению. Так же как семя не может прорасти без воды, наш ум не способен развиваться без благословений. Без этого он подобен жаркой пустыне, в которой ничего не растёт. Сколько бы мы ни медитировали на путь, сколько бы ни пытались что-то из себя выжать, ничего не вырастет.

Благословения гуру превращают наш чёрствый и дикий ум в мягкий и усмирённый. Даже исходя из собственного опыта мы можем сказать, что учения о благословении гуру истинны, и безоговорочно в них поверить. Когда в нашем сердце есть сильная преданность гуру, если мы медитируем на совершенную человеческую жизнь, нам очень легко ощутить, как она драгоценна. Медитируя на непостоянство и смерть, мы легко и с большой силой чувствуем преходящую природу жизни; то же самое происходит, если мы медитируем на сострадание, пустоту или любую другую тему ламрима. В состоянии мощной преданности наш ум также становится спокойнее и обузданнее. Омрачения возникают с трудом, и их легко устранить.

Когда наша преданность ослабевает или исчезает, омрачения порождаются с большой силой и их гораздо труднее усмирить; также гораздо сложнее почувствовать непостоянство и смерть, сострадание или бодхичитту. Это мы можем проверить на собственном опыте. Временами, когда наш ум очень чёрств и полон скепсиса, и в нём нет преданности, легко ли нам меди-

тировать на ламрим? А в другое время, когда мы испытываем великую преданность, какие у нас возникают ощущения при медитации на путь?

При появлении сильных переживаний в медитации, меняющих наше сознание, мы ещё глубже ощущаем доброту благого друга и большую преданность ему. Тот факт, что развитие прозрений и свершений зависит от преданности гуру – не простая выдумка с целью, чтобы гуру получали больше уважения, служения и подношений. Мы можем легко убедиться в этой истине на собственном опыте.

Без основы преданности, видящей гуру как будду, нет и основы для практики Дхармы. Это сродни попытке сделать фальшивый фрукт. Благословения гуру позволяют достичь свершений на постепенном пути к просветлению. Благодаря трём основам пути мы затем практикуем тантру и осуществляем этапы порождения и завершения Высшей Йога-тантры. После этого мы способны достичь просветления в этой жизни, либо в течение трёх или шестнадцати жизней.

Обретение тантрических свершений особенно зависит от преданности гуру. Практикуя низшие тантры – тантры Действия, Поведения и Йоги – мы можем достичь просветления за одну жизнь, но только путём обретения *сиддхи* «бессмертия», благодаря чему человек способен прожить тысячи лет и таким образом достичь просветления. Однако без необходимости продлевать таким образом свою жизнь, можно достичь просветления и за одно короткое воплощение в эту эпоху упадка¹⁰, даже всего за несколько лет. (Здесь говорится о «коротком воплощении», потому что в эпоху упадка продолжительность жизни гораздо короче.) Именно благодаря выполнению особой практики гуру-йоги великий йогин Миларепа, а также многие другие тибетские йогини и индийские пандиты, смогли обрести тантрические свершения за несколько лет и таким образом достичь просветления за одну короткую жизнь.

В Высшей Йога-тантре гуру-йогу практикуют как сердце пути. Чтобы достичь просветления за эту короткую жизнь, мы должны дорожить практикой гуру-йоги как собственной жизнью. Только в этом случае Шесть йог Наропы и другие тантрические методы станут быстрым путём к просветлению. Иначе, если мы не считаем гуру-йогу важнее своей жизни, сколько бы лет мы ни медитировали на Шесть йог Наропы, ничего не про-

изойдёт. Однако выполняя мощную практику гуру-йоги, мы можем достичь успеха на пути Высшей Йога-тантры и обрести состояние единения Ваджрадхары прямо в этой жизни – подобно великим йогинам прошлых времён.

Гуру-йога – топливо, которое превращает Высшую Йога-тантру в быстрый путь к просветлению. Если в самолёте нет горючего, пассажиры этого самолёта не прилетят в пункт назначения. Если же горючее есть, они смогут добраться, куда хотят. Практика гуру-йоги в Высшей йога-тантре – особое топливо, более необычное, чем топливо в Хиняяне, Парамитаiane или даже в низших тантрах.

Зачем нам Гуру?

Чтобы практиковать преданность гуру, мы должны осознать, почему эта практика важна. Зачем нам гуру? Мы можем подумать: «Достичь освобождения и просветления – хорошо, но почему для этого мне требуется гуру? Пока доступны книги на эту тему, я могу их читать, а потом практиковать. Для чего мне гуру?».

Вы можете решить, что для порождения пути к просветлению достаточно читать книги по Дхарме и самостоятельно их изучать. Однако, говоря в целом, вам не удастся уяснить смысл учений Дхармы, особенно их скрытое значение, требующее комментариев, без объяснений гуру. Существует огромная разница между изучением предмета с помощью учителя и простым чтением книг об этом. Слушание учителя оказывает гораздо более глубокое воздействие на наше сознание. Способность повторять слова, написанные в книгах, не означает, что мы по-настоящему понимаем, о чём речь.

Даже для обретения чисто умозрительного понимания темы нам приходится полагаться на учителя. И наша цель – не простое интеллектуальное понимание пути к просветлению, но его переживание на собственном опыте. Без опыта пути у нас не может быть ясного, полного постижения любого из его положений. Обретение переживаний или прозрений на пути к просветлению зависит от получения благословений гуру, которые входят в поток нашего ума. А благословения гуру – это ясное, сильное сердечное чувство и благо для нашего ума. Без гуру невозможно обрести свершения. Именно поэтому недостаточно иметь лишь теоретические знания, подобные тем, что мы

получаем от профессоров в университете.

В «Собрании советов отовсюду», когда один человек спросил, что важнее: наставления ламы или основные священные писания, лама Атиша ответил:

Даже если можете наизусть прочесть всю Трипитаку, даже если знаете всю Дхарму, если у вас нет наставлений гуру, во время практики между вами и Дхармой будет пропасть¹¹.

Даже если мы можем произнести наизусть все сутры и тантры или изучили их в университете и способны все их рассудочно объяснить, это не имеет большого смысла с точки зрения духовных прозрений, поскольку порождение в нашем уме путей, открытых учениями, обязательно зависит от благословений гуру. Получение нектара благословений гуру зависит от нашей преданности, от видения гуру как будды. Без благословений гуру у нас не может быть свершений и нам не удастся осуществить три основы пути и две стадии тантры. Поэтому нам необходим гуру.

Для обретения, благодаря учителю, простого интеллектуального понимания Дхармы, чтобы написать книгу или получить учёную степень, нам не нужно выполнять практику гуру-йоги, считая гуру просветлённым существом. Однако если наша цель – не просто стать учёными и найти работу, но принести благо своему собственному уму, – преобразовать его посредством устранения омрачений и развивать его на пути к освобождению и просветлению – это другое дело. Это определённая, особая цель.

Нужно понять, что цель взаимоотношений с гуру – не простое обретение теоретических знаний Дхармы. Гуру нам нужен по особой причине: для получения благословений, которые позволят нам развивать свой ум на пути к просветлению. Если мы недооценили значимость гуру, то можем совершить массу ошибок и у нас возникнет много проблем. Так же, как при невнимательном вождении автомобиля есть риск съехать с дороги, если мы не сосредоточены на основной цели: обретении гуру, в своих попытках практиковать Дхарму мы рискуем навлечь на себя множество проблем.

В Америке и других странах Запада люди, преподающие медитацию, проводят конференции, чтобы обсудить, является ли преданность гуру необходимым условием для медитации на

пути к просветлению. Некоторые считают, что, хотя преданность гуру и практиковали в былые времена в Тибете, сейчас в этом нет нужды. (Подобное суждение, вероятно, также возникло из-за проблем, связанных с гуру на Западе, имевших место в последние годы). Люди, которые так говорят, упустили истинную цель и важность практики преданности гуру; они упустили её пользу и богатство в своей жизни, а также блага, безграничные как пространство, которые несёт эта практика. Они упустили самую суть преданности гуру. Преданность гуру кажется им неким культурным наслоением, лишённым особой ценности или важности. Они считают, что нет необходимости практиковать преданность гуру и можно медитировать на путь и без неё. Люди, говорящие такое, не понимают истинную цель преданности гуру и то, насколько она значима для свершений и прозрений на пути к просветлению.

Мы не можем самостоятельно слушать учения о пути к просветлению, размышлять или медитировать на них. Если бы мы не нуждались в наставнике для изучения и осуществления всего пути к просветлению, нам не было бы нужды опираться на учителя даже в таких вопросах как изучение языков и прикладных искусств. Мы смогли бы изучить всё сами, без чужой помощи.

Кадампинский геше Потова, лама линии преемственности ламрима, сказал:

Даже для освоения мирских навыков, вещей, которые мы способны понять, просто увидев их собственными глазами, нам нужен учитель, который нам всё покажет. Так возможно ли для нас, только что выбравшихся из низших миров и вступающих на ранее неизведанный путь, пройти его без проводника?

Нам необходим учитель даже для того, чтобы освоить обычные мирские умения, например, выучить алфавит, починить велосипед или испечь пирог. Нам даже нужен тот, кто научит нас профессионально убираться в комнате. Даже в простых вещах, которым можно научиться, наблюдая за другими, нам нужна помощь того, кто умеет это делать.

Отправляясь в место, где мы раньше никогда не бывали, мы нуждаемся в проводнике – человеке, который объяснит нам, как туда добраться. Так возможно ли для нас следовать пути к просветлению без проводника? Мы только что пришли из низших миров и пытаемся следовать по новому пути, пути к осво-

бождению и просветлению, на который никогда не вступали с безначальных времён, поэтому, разумеется, нам нужен проводник. Мы не способны пройти этот путь в одиночку. Поскольку путь к освобождению и просветлению нам совершенно неизвестен, нам нужно верить гуру – тому, кто знает весь этот путь. Без гуру невозможно достичь состояния просветления.

Поэтому геше Потова также сказал:

Для достижения просветления нет никого важнее гуру.

Объясняя, зачем нам нужен гуру, йогин с высокими свершениями Кхедруб Сангье Еше сказал:

Без кормчего судно не перевезёт вас через океан. Подобно этому, без гуру вы не освободитесь от сансары, даже если знаете всю Дхарму.

Так же как корабль сам по себе не может достичь другого берега океана, мы не освободимся от сансары без гуру, даже если заучили наизусть и умозрительно поняли все сутры, коренные тантрические тексты и комментарии. Даже если мы обрели всевозможные интеллектуальные знания Дхармы, если в нашем уме хранится целая библиотека текстов и мы можем прочесть их наизусть, без гуру нам не освободиться от сансары и, тем более, не достичь просветления.

Для освобождения от сансары нам нужно породить путь в своём уме, а порождение пути зависит от получения благословений гуру. Даже имея полное умозрительное понимание учений, мы не сможем породить прозрения и свершения, пока в наше сердце не проникнут благословения гуру. Поэтому нам необходимо найти гуру и верить себя ему.

В Хиньяне основной практикой для достижения освобождения является нравственное поведение, но нет возможности получить монашеское посвящение в линии преемственности без учителя. Также, без благого друга, мы не сможем впитать в свой ум благословения, позволяющие в совершенстве постичь учения.

И в особенности в тантре невозможно достичь просветления без всецело сведущего ваджрного гуру, который засеивает в нашем уме семена Четырёх Тел (кая), даруя благословения четырёх полных посвящений Высшей Йога-тантры. Каждое посвящение оставляет в сознании ваджрного ученика потенци-

ал или отпечаток. Именно благодаря доброте ваджрного гуру даются эти четыре посвящения, засеивая в нас, таким образом, семена Четырёх Тел и позволяя нам медитировать на пути Тайной мантры. Пытаясь практиковать Высшую Йога-тантру без гуру, мы не достигнем просветления.

Если говорить о тантре и даже о сутре, то без учителя мы не обретём нерушимое понимание глубокого смысла учений. Даже если у нас будет полное умозрительное понимание священных писаний, как мы сможем достичь просветления без гуру? Мы даже не освободимся от сансары.

Падмасамбхава, второй Будда, объяснил, зачем нам нужен гуру, следующим образом:

Если не узнаешь в гуру будду, твой ум не сможет освободиться с помощью благословений. Следовательно, размышляй о качествах гуру и затем обращай к нему [с молитвой].

В первой части этой строфы Падмасамбхава объясняет, почему нам необходим гуру, а во второй части говорит, каким образом развить преданность, которая видит в гуру будду, после того как мы встретились с учителем.

Падмасамбхава отмечает, что, если мы не узнаем или не осознаем, что наш гуру – будда, у нас не будет преданности, а без преданности гуру никакие благословения не проникнут в наше сердце. Если у нас нет корня пути к просветлению, нет преданности, которая видит гуру как будду, врата благословений для нас закрыты и мы не сможем получить их от гуру. Преданность гуру распахивает врата благословений.

Именно преданность гуру позволяет нам вбирать благословения в поток своего ума, что затем даёт возможность развивать ум, порождая свершения на пути посредством слушания, размышления и медитации. Благословения, помогающие нам освободить свой ум, – результат нашей преданности. Преданность гуру не является простым внешним подобием преданности: это сердечная преданность, возникающая вследствие осознания того, что гуру – будда. Это постижение возникает благодаря очищению препятствий и накоплению больших заслуг, а затем медитации на преданность гуру – одну из тем учений ламрим.

Чего мы хотим? Избавиться от всех омрачений и завес и достичь просветления. Для этого нам нужно освободиться от

всех ложных представлений, мешающих достижению освобождения и просветления, и породить все свершения на пути. Осуществление всего пути и, соответственно, полное освобождение нашего ума, зависит только от получения благословений от гуру. Эти благословения позволяют нам породить путь к просветлению, а путь освобождает нас от всех омрачений и завес, даже от тончайших завес, мешающих потоку нашего сознания стать всеведением. Если мы не получаем благословения гуру, наш ум не сможет освободиться от всех омрачений и завес.

Освобождение от завес происходит посредством обретения лекарства всего пути к просветлению, что зависит от получения благословений гуру, проникающих в поток нашего ума. Это, в свою очередь, зависит от наличия причины благословений – преданности, которая видит гуру как просветлённое существо. Чем больше мы способны увидеть гуру как будду, тем больше благословений получаем.

Так же как зерно не может прорасти без воды, для нас невозможно породить путь к просветлению без благословений.

Чтобы пережить этот путь в своём уме, мы должны получить благословения гуру. В противном случае наш ум не сможет освободиться от заблуждений. Если же мы не избавились от заблуждений, мы не сможем достичь просветления или исполнить желания живых существ, освобождая их от всех страданий и завес и ведя их к несравненному счастью. Без благословений гуру мы не сможем осуществить высшее благо других живых существ.

Как мы получаем благословения гуру? Мы должны тренировать свой ум в преданности, которая видит гуру как будду, и затем укреплять эту преданность. Наша собственная преданность позволяет нам вбирать благословения гуру в своё сердце. Чтобы этого добиться, как говорит Падмасамбхава, нам нужно *размышлять о качествах гуру*. Мы должны думать о качествах, которые способны увидеть сейчас, а также о других качествах будды, даже о тех, которые не можем постичь своим нынешним омрачённым умом. Мы должны думать, что наш собственный благой друг, тот, с которым мы установили связь в Дхарме, обладает всеми качествами будды, а это означает восприятие гуру как будды. Нам также нужно вспоминать все соответствующие цитаты и обоснования из сутр и тантр, но особенно – из учения ламрим.

Нам необходимо смотреть только на благие качества гуру, но не на его недостатки. «Смотреть только на благие качества гуру» означает видеть в гуру самого будду, который устранил все пороки и обладает всеми достоинствами. (И не имеет значения, является ли гуру на самом деле буддой или нет). Тогда мы будем видеть только достоинства, не недостатки, потому что размышление о благих качествах гуру помогает предотвратить мысли о его недостатках. Затем у нас возникнет преданность, и благодаря этому мы сможем получать благословения гуру. С преданностью, которая видит гуру как будду, мы вбираем в своё сердце благословения самого будды. Таким образом, в нас утверждается корень всяческого блага, вплоть до просветления. Это психологический приём, позволяющий нам, ученикам, исполнить все свои благие желания.

С такой преданностью гуру мы затем обращаемся к нему с просьбой даровать нам благословения, чтобы усмирить все омрачения и породить все свершения на пути. Мы просим гуру о развитии нашего ума на пути к просветлению. Высшая просьба – это, с памятованием о качествах гуру, молитва о том, чтобы наши собственные тело, речь и ум стали едины со святыми телом, речью и умом гуру. Основной способ получить благословения – это просьба об обретении всех достоинств, которыми обладает гуру.

Получение благословений гуру зависит не только от физического пребывания с ним рядом, но от того, насколько сильна наша преданность ему. Пусть даже мы всю жизнь проводим рядом с гуру, неизвестно, получаем ли мы его благословения. Если в нашем уме нет преданности, мы не получим никаких благословений, так же, как цветок, спрятанный за большим камнем, не вырастет, потому что его не достигнут лучи солнца. С другой стороны, даже если мы физически находимся вдали от гуру, но безмерно ему преданы, мы мысленно будем рядом с ним и получим его благословения – как цветок под солнцем.

Его Святейшество Триджанг Ринпоче дал этот совет одной монахине, которая была ученицей ламы Еше, но сказала, что чувствует себя очень далеко от Ламы. Я не знаю, поняла ли она этот совет, и принёс ли он ей пользу, но мне лично он очень помог.

Совет Манджушри ламе Цонкапе

Как быстро достигать прозрений и свершений на всём пути к просветлению? Когда лама Цонкапа задал Манджушри этот вопрос, Манджушри посоветовал ему следующее:

Для тренировки ума на постепенном пути к просветлению ты должен пытаться очистить препятствия и накопить заслуги, и это – необходимые условия. Затем сосредоточенно обращайся к гуру, неотделимому от божества, чтобы вобрать в своё сердце благословения. Если каждый день пытаешься непрерывно и горячо практиковать именно так, свершения придут без малейшего труда.

Очищение препятствий, мешающих обретению свершений на пути, обычно увязывают с начитыванием мантры Ваджрасаттвы и медитацией на это божество, но существуют и многие другие практики очищения¹². Необходимые условия для накопления заслуг – это, как правило, семичленная практика, подношение мандалы и так далее; есть и множество других способов накопить заслуги¹³.

Сама по себе практика преданности гуру приводит к грандиозному очищению: она очищает всю накопленную нами в прошлом неблаговую карму, созданную в отношении живых существ и Будды, Дхармы и Сангхи. Вверение себя благому другу в мыслях и на деле – наиболее могущественный способ очистить всю нашу прошлую отрицательную карму. Многие кальпы неблагой кармы могут быть очищены за день, за час или даже за минуту.

Чтобы вырастить урожай в поле, помимо посева семян нам нужны такие важные условия как вода и удобрения: семена не могут прорасти сами собой. И если их сожжёт огонь, съедят насекомые или склюют птицы, они, опять же, не смогут прорасти. Точно так же без важнейших условий очищения и накопления заслуг не будут возрастать и наши прозрения.

В «Освобождении на вашей ладони» Пабонка Дечен Ньингпо отмечает, что очищение неблагой кармы и накопление заслуг важнее медитации на путь к просветлению. Я думаю, что это правда. Когда мы делаем много простираний с ясными визуализациями, наш ум обычно начинает меняться и у нас возникают глубокие чувства преданности, сострадания или

отречения. Конечно, всё это зависит от тяжести нашей неблагодой кармы и омрачений. Некоторым людям, чтобы действительно обрести глубочайшие переживания на пути, необходимо сделать много предварительных практик. Другие же могут изменить своё сознание едва приступив к предварительным практикам.

Гуру – высшее поле заслуг. Почему здесь используется понятие «поле»? Потому что поле – это то, от чего зависят наши выживание и наслаждения. Мы сеем в поле семена, затем собираем урожай. Это можно сравнить с гуру. Подобно засеиванию в поле семян, благодаря совершению простираний, подношений, молитвенному обращению и так далее, мы накапливаем заслуги, которые дают нам всяческое счастье в этой и будущих жизнях, а также – освобождение от сансары или полное просветление. Мы обретаем всё счастье прошлого, настоящего и будущего и успех во всех делах в зависимости от святого существа – гуру.

Однонаправленные обращения к гуру означают преобразование нашего обыденного нечистого ума, замечающего в гуру недостатки, в чистый ум преданности гуру, который воспринимает гуру как будду, вне зависимости от того, является ли гуру на самом деле просветлённым существом. Смотри на него как на будду, мы затем увидим в нём будду.

Тренируя свой ум в медитациях на этапах пути к просветлению, мы должны от всего сердца однонаправленно обращаться к гуру, испытывая преданность. Однонаправленная молитва с преданностью гуру позволяет нам получать его благословения. Так же, как семя нужно поливать водой, чтобы оно проросло, нам необходимы благословения гуру для возвращивания в своё уме свершений на пути. Потенциал этих свершений, включая всеведение, хранится в нашем уме с безначальных времён. Получение благословений – это условие проявления этого потенциала и его превращения в прозрения на пути, от преданности гуру до самого просветления.

Нам следует выполнять мощные практики очищения и накопления заслуг и усердствовать в преданности гуру. Даже если вначале наш ум упрям и нам трудно почувствовать преданность, благодаря мощным, постоянным предварительным практикам и преданности гуру, наше сердце раскроется, и мы начнём ощущать преданность.

Если ум не созрел в результате очищения препятствий и накопления заслуг, а также получения благословений посредством молитвенных обращений к гуру, сколько бы мы ни пытались медитировать на путь, прозрения будут приходить крайне медленно. Однако если ум созрел, они возникнут быстро и легко.

Собственно практика – это тренировка ума на этапах пути к просветлению, но только благодаря всем необходимым условиям мы можем преуспеть в осуществлении пути. Именно так практикуют Дхарму все учителя линии преемственности пути к просветлению, все йогины и пандиты прошлых времён, включая самого Гуру Будду Шакьямуни. Все ламы линии преемственности, вплоть до моих нынешних гуру, таким образом практиковали путь и осуществляли свершения.

Возьмём, к примеру, Миларепу. Именно благодаря правильному вверению себя своему гуру Марпе Миларепа достиг просветления не просто за одну жизнь, но за короткую жизнь эпохи упадка. Миларепа, собственно, достиг просветления за несколько лет, так же, как Гьялва Энсапа, Чокьи Дордже и многие другие индийские и тибетские йогины. Существует много подобных историй о практике преданности гуру кадампинских геше и живших в былые времена йогонах и ламах линии преемственности, а также о современных практикующих¹⁴.

Совет, который Манджушри дал ламе Цонкапе, проясняет, что прозрения не являются простым следствием слушания учений на какую-то тему. Конечно, ученики со зрелым умом способны постичь непостоянство и смерть, пустоту или другие предметы, впервые услышав учения о них – в прошлых жизнях такие ученики оставили множество отпечатков ламрима в потоке своего ума, очистили много омрачений и накопили великие заслуги. Ум этих учеников уже подготовлен, как и советовал Манджушри: они очистили много омрачений и накопили обширные заслуги, что является необходимым условием, а также породили преданность гуру – причину, позволяющую им получать благословения и обретать свершения. Те, кто собрал все необходимые причины и условия, способны обрести прозрения просто слушая Дхарму.

Остальные из нас, однако, могут понять из ответа

Манджушри ламе Цонкапы, что нельзя ожидать всего просто слушая учения: всё, что мы слышим, не сможет породить в нашем сердце какое-то особенное чувство. Очевидно, что простого чтения книги о Дхарме или слушания учения недостаточно для того, чтобы постичь Дхарму. Мы нуждаемся во всех необходимых причинах и условиях для очищения, накопления заслуг и преданности гуру.

Четыре общих преимущества преданности гуру

1. Получение благословений гуру

Теперь мы понимаем основную причину, по которой нужно практиковать преданность гуру. Если у нас есть преданность гуру, что означает восприятие гуру как будды, мы получаем его благословения, и эти благословения затем становятся причиной обретения свершений на пути к просветлению. Таким образом, мы способны достичь полного просветления. Затем мы сможем безупречно трудиться ради всех бесчисленных живых существ, освобождая их от всех страданий и их причин и приводя к состоянию будды. Такова высшая цель нашей жизни. Поэтому преданность гуру, корень пути к просветлению, становится нашей сущностной практикой.

Так же, как дождь орошает землю, чтобы засеянные в поле семена могли прорасти, дождь благословений гуру увлажняет поле нашего ума, чтобы в нём появились прозрения. Если у нас нет преданности, нет и причины для получения благословений гуру, а без благословений не будет причины для обретения свершений на пути к просветлению. Это означает, что мы не сможем достичь просветления и осуществить высшую цель жизни.

Получение благословений гуру – первое преимущество практики преданности гуру; есть и три других преимущества.

2. Преданность гуру защищает наш ум от омрачений

Второе преимущество состоит в следующем: преданность гуру так охраняет наш ум, что омрачения и неблагие мысли не могут возникнуть, особенно – отрицательные мысли о гуру. Неколебимая преданность, видение гуру как будды, защищает нас от гнева на гуру или неверия в него, то есть от величайших препятствий всему счастью – от счастья в этой жизни и до блаженства просветления. Лучшая защита – это преданность гуру.

Она спасает нас от страданий и препятствий достижению свершений на пути к просветлению. Поскольку преданность не даёт нам создавать препятствия, она помогает достичь всех свершений и прозрений. Основная причина устранения препятствий – это обретение духовных свершений, так как без препятствий мы способны развивать свой ум. Если мы создаём препятствия, наш ум не будет развиваться. Без защиты преданности гуру жизнь усложняется.

Гнев и неверие могут возникнуть, когда наш гуру делает или просит нас сделать то, что нам не нравится (то есть, не нравится нашему себялюбию или привязанности), или же то, что нам неинтересно. Позволять гневу, неверию или другим неблагим мыслям возникнуть даже на мгновение очень опасно, потому что благой друг – самое влиятельное существо в нашей жизни. Отрицательные мысли, такие как гнев или неверие, по отношению к нашему гуру создают тяжелейшую неблагоприятную карму и становятся величайшим препятствием развитию ума на пути к просветлению, к развитию нашего потенциала. Гнев на гуру или неверие в него – величайшее из всех препятствий, которое приводит к ужасному страданию, вынуждая нас родиться в аду и там испытывать невообразимые муки немислимое количество времени. Нам придётся страдать в аду кальпами – столько кальп, сколько мгновений длился наш гнев.

Гнев, неверие и другие неблагоприятные состояния ума возникают часто, как и мысли о том, что гуру – обычный человек. В «Большом руководстве к этапам пути пробуждения» лама Цонкапа объясняет, что простая мысль о том, что наш гуру – обычный человек, приводит к упадку наших переживаний или свершений.¹⁵ Это означает, что подобная мысль является препятствием развитию ума на пути. Лишь одной этой цитаты достаточно, чтобы практиковать преданность гуру, видеть в гуру будду.

3. Преданность гуру сохраняет наши заслуги

Третье преимущество практики преданности гуру состоит в том, что, пресекая дурные мысли о гуру, преданность гуру также охраняет нас от уничтожения заслуг, накопленных в течение многих кальп и служащих причинами счастья и духовных свершений.

4. Преданность гуру защищает нас от промедления в обретении свершений

Четвёртое преимущество состоит в том, что преданность гуру защищает нас от промедления в обретении духовных прозрений и свершений. Если у нас хотя бы на мгновение возникает гнев или неверие, наши свершения на пути к просветлению откладываются на много кальп. Так мы вредим собственному уму, если гневаемся на гуру или в него не верим.

Если суммировать всё вышесказанное, практика преданности гуру, предотвращая появление дурных мыслей о гуру, не позволяет нам создавать тяжкую отрицательную карму, из-за которой мы бы долгие кальпы страдали в низших мирах, разрушили бы заслуги, накопленные в течение многих кальп, и не могли быстро обрести свершения. Помимо этого, практикуя преданность гуру, мы получаем его благословения, служащие причинами постижений на пути к просветлению.

Если у нас нет преданности гуру, оберегающей ум, если мы не знаем медитацию о восприятии гуру как будды, у нас будут постоянно возникать дурные мысли и мы начнём создавать тяжелейшие препятствия отношениям с благим другом. Мы будем всё время препятствовать просветлению, освобождению, и счастью в будущих жизнях. Кроме того, мы будем постоянно создавать причины перерождения в низших мирах и не получим благословения гуру, поскольку, если плохо думаем о нём, в нашем сердце нет места преданности, так же, как два человека не могут уместиться на одном сиденье в самолёте.

В самолёте перед взлётом стюардессы показывают пассажирами средства безопасности, которыми оснащено воздушное судно. Сначала они объясняют, как застегнуть ремень на сиденье, а затем рассказывают, где находится спасательный жилет, и как его надеть. Они также говорят про кислород, свет и запасные выходы на случай неполадок или аварии. (Всё это применимо, только если самолёт безопасно опускается на воду и дрейфует; тогда будет возможность воспользоваться этими средствами). Они могут спасти нам жизнь, если произойдёт что-то непредвиденное. В случае же безопасного путешествия к просветлению по пути ламрим практика преданности гуру

является спасательным жилетом, как и другими мерами безопасности.

Теперь мы можем убедиться, что преданность гуру – сущностная практика, которая защищает наш ум и приводит к полному просветлению. Достигнем ли мы духовных свершений и просветления и как скоро это произойдёт, зависит от нашей практики преданности гуру, от порождения в нашем сердце прочной преданности и от правильного вверения себя гуру. Как только мы поймём, почему преданность гуру так важна, мы не сможем медлить ни секунды: нам понадобится срочно обрести прозрения и преобразовать свой ум.

На основе этого общего введения мы можем понять значимость практики преданности гуру и то, с какой целью во всех текстах ламрим преданность гуру описывают как корень пути к просветлению. Лама Цонкапа, прекрасно зная, как обучать живых существ, объяснял преданность гуру в качестве первой темы медитации в своих учениях ламрим, и она предвляла даже изначальную тему ламрима – драгоценность человеческой жизни.

Когда мы изучаем ламрим в традиции ламы Цонкапы, поскольку первой темой является преданность гуру, мы с самого начала осознаём, что именно приносит нам успех в осуществлении всего пути к просветлению и что препятствует обретению духовных свершений. Объяснив вначале, что делает нашу практику успешной и что больше всего препятствует нашему успеху, затем лама Цонкапа излагает весь путь, от драгоценного человеческого рождения до просветления.

В других традициях первой темой медитации является драгоценность человеческой жизни или непостоянство и смерть, а тема преданности гуру следует за Прибежищем или ущербностью сансары. В каком-то смысле, это, конечно, оправдано, особенно для жителей Запада. После знакомства с Четырьмя благородными истинами – истиной о страдании, истиной об источнике страдания, истиной о пресечении страдания и истиной о пути – мы понимаем, что для обретения высшего счастья необходимо осуществить путь, поэтому, разумеется, нам нужен тот, кто научит нас пути. Именно тогда возникает потребность в гуру. Думаю, для людей на Западе тема преданности гуру очень хорошо вписывается в

такую последовательность после ознакомления с природой сансары и Четырьмя благородными истинами, поскольку становится совершенно ясно, что на этом этапе нужен гуру, проводник на пути. Тогда у вас возникает потребность найти гуру и ему себя вверить.

Однако лама Цонкапа ставит тему преданности гуру на первое место. Он всё чётко объясняет: преимущества отношений с гуру; недостатки отсутствия гуру; ущерб от того, что, найдя гуру и установив с ним связь, можно совершить ошибки во взаимоотношениях с ним, и как вверить себя гуру в мыслях и на деле. С самого начала ознакомившись с практикой преданности гуру, вы будете осторожны и постараетесь не ошибиться. Затем вы приступаете к практике Дхармы, к своей духовной жизни, безошибочно, потому что полностью усвоили тему вверения себя благому другу. Вы осознаёте, что это корень, который позволяет вам успешно осуществить весь оставшийся путь. Научившись этой практике с самого начала, вы не промахнётесь. Думаю, именно поэтому лама Цонкапа в своих сочинениях разъясняет эту темой первой.

Если вы не понимаете, как важно правильно вверить себя благому другу, сколько бы вам ни объясняли весь остальной путь, вы не добьётесь успеха в его осуществлении, потому что без преданности гуру у вас не будет возможности устранить препятствия и получить благословения. Но с практикой преданности гуру исполнятся все ваши желания, включая желание быстро достичь освобождения. Следовательно, учение о правильном вверении себя благому другу важнее всех остальных, важнее любого другого учения. Это корень всего счастья, отныне и до просветления.

Очень важно изучать ламрим с начала и до конца, а также изучать и осваивать всё учение о преданности гуру. В положениях темы о преданности гуру первое – это восемь преимуществ правильного вверения себя гуру. Затем следуют восемь ущербов, или изъянов, от неправильного, ошибочного вверения. После этого говорится о том, как вверить себя гуру в мыслях, что включает в себя медитацию на доброту гуру, и как вверить себя гуру на деле (см. Приложение 1). Очень важно не только понять все эти положения, но и медитировать на них и достичь прозрений. Действенная медитация на каждое из четырёх основных положений – после каждого положения – помо-

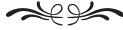
гает укрепить чистую преданность гуру и воспринимать гуру как будду.

В своих учениях ламрим Пабонка Дечен Ньингпо отмечает:

Если мы способны смотреть только на достоинства гуру, и никогда не позволяем себе ни единой мысли о его недостатках, то достигнем просветления за одну жизнь.

Здесь Пабонка Ринпоче даёт нам сердечный совет. Ответ на вопрос о том, можем ли мы достичь просветления и как скоро, заключается в нашей практике преданности гуру.

2. СИЛА ГУРУ



Чтобы понять, почему так важна преданность гуру, вначале нам необходимо осознать силу гуру. Только обретя это основополагающее постижение, мы оценим важность практики преданности гуру. Иначе эта практика останется поверхностной, а не чистосердечной.

Наши родители в этой жизни, мать и отец, подарившие нам нынешнее тело, являются более влиятельными существами, чем другие люди. Если мы проявляем к своим родителям даже толику неуважения, то, поскольку они – значимые существа, мы создаём тяжкую неблагую карму и можем испытать её последствия даже в этой жизни, в виде проблем и трудностей. Но результаты этой кармы будут проявляться и в будущих рождениях. Мы можем создать причины и испытать их плоды, страдание, уже в этой жизни.

Существуют три вида кармы: карма, при которой мы создаём причину в одной жизни и испытываем результат в этой же жизни; карма, при которой мы создаём причину в одной жизни и испытываем результат в следующей жизни; и карма, при которой мы создаём причину в одной жизни и испытываем результат после многих жизней, даже после тысяч или миллионов. Карма, которая создаётся и переживается в этой же жизни, хорошая или дурная, – это та, что мы создали в отношении могущественных существ, начиная от наших родителей и вплоть до гуру.

Если вы оскорбляете родителей – например, называете их слепцами, – то через год или два у вас могут возникнуть проблемы с глазами и вы даже можете ослепнуть. Один геше совершил гадание¹⁶ для своего ученика, у которого болела рука; он сказал ученику, что это – следствие того, что тот уда-

рил свою мать. Подобные истории – не редкость.

Если же мы делаем что-то доброе для своих родителей, пусть самую малость, эта благая карма так же могущественна, и её плоды могут начать проявляться уже в этой жизни. Некоторые из нас подобное уже испытали, но неизвестно, поняли ли это.

Члены обычной монашеской Сангхи, не обретшие постижение пустоты, являются, благодаря силе их обетов, более могущественными существами, чем наши родители. Могущественнее обычной Сангхи – Сангха высшая, то есть архаты, арьи пути Хинаяны, обретшие мудрость, напрямую постигающую пустоту.

Один бодхисаттва, даже тот, кто лишь недавно породил бодхичитту, – гораздо более могущественное существо, чем бесчисленные архаты. Создание дурной кармы в отношении бодхисаттвы – из-за его осуждения, непочтения или причинения ему вреда – считается гораздо более тяжким проступком, чем совершение тех же отрицательных действий в отношении бесчисленных архатов. Пабонка Ринпоче упоминает в «Освобождении на вашей ладони» и в других учениях ламрим, что неблагая карма, созданная гневным или непочтительным взглядом на одного бодхисаттву, гораздо тяжелее кармы выкалывания глаз у всех живых существ трёх миров.¹⁷ С другой стороны, заслуга от спокойного и почтительного созерцания одного бодхисаттвы намного превосходит заслуги от пожертвования глаз всем живым существам трёх миров. Мы можем убедиться в том, что один бодхисаттва является невероятно могущественным существом и его могущество – следствие бодхичитты.

В сочинении «Вступление на путь деяний бодхисаттвы» сказано:

Одно мгновение гнева

Разрушает заслуги, накопленные

Подношениями Сугатам и благотворительностью

На протяжении тысячи кальп.¹⁸

В этой строфе говорится о том, кто, не являясь бодхисаттвой, гневется на бодхисаттву. Когда такой человек злится на бодхисаттву всего одно мгновение, это мгновение гнева уничтожает заслуги, накопленные им в течение тысячи

кальп, и также отдаляет его от духовных свершений на тысячу кальп.

Кроме того, в «Большом руководстве к этапам пути пробуждения» лама Цонкапа объясняет, что не бодхисаттва, гневающийся на бодхисаттву, уничтожает столько кальп заслуг, сколько мгновений длился его гнев, и отдаляется от своих свершений.

Поскольку у нас нет всеведущего ума или даже ясновидения, мы не способны увидеть уровень сознания любого другого существа. Мы не можем определить, кто бодхисаттва, а кто нет, и поэтому в повседневной жизни нам нельзя ни на кого гневаться, следует быть мудрее в отношении всех существ и практиковать терпение. Человека невозможно судить по его внешнему виду. Наш ум нечист, в нём много иллюзий, и потому неизвестно, является ли человек на самом деле тем, за кого мы его принимаем.

Далее, один будда – более значимое существо, чем бесчисленные бодхисаттвы. Осуждение одного будды или причинение ему вреда – гораздо более тяжкий проступок, чем осуждение бесчисленных бодхисаттв или причинение им вреда. А благая карма почитания одного будды гораздо весомее почитания бесчисленных бодхисаттв.

Один гуру является самым могущественным из всех существ – гораздо могущественнее бесчисленных будд. Под «гуру» здесь имеется в виду ваш личный гуру или лама, с которым вы установили связь в Дхарме, а не просто тот, кого обычно называют «гуру» или «ламой». Нет ничего весомее создания благой или дурной кармы по отношению к гуру – это гораздо значимее, чем делать то же самое по отношению к бесчисленным буддам. Проявляя малейшее почтение гуру или прислуживая ему в мелочах, вы создаёте великую благоую карму – и, на самом деле, слова «великое» недостаточно для описания всех создаваемых вами заслуг.

Откуда и как возникает сила гуру? Эта сила – зависимое явление; она рождается благодаря причинам и условиям. Явления существуют в зависимости от многих факторов, и у каждого феномена своя собственная природа, сила и функция. Сила, созданная встречей гуру и ученика, имеет зависимое происхождение, подобно двум атомам, сталкивающимся, чтобы породить атомную энергию, или двум батарейкам, соединяющимся,

чтобы запитать устройство. Например, фонарик может загореться только при наличии двух батареек; одной батарейки недостаточно, но если мы соединим эти батарейки плюсом к минусу, появится свет.

Каким образом этот человек становится самым влиятельным в нашей жизни? Это происходит с того момента, как мы устанавливаем с ним связь в Дхарме. Как только мы это делаем, отдавая себя полный отчёт в отношениях гуру-ученик, этот человек становится самым могущественным существом в нашей жизни, могущественнее бесчисленных будд. Когда мы признаем человека своим гуру, то есть проводником, на которого будем опираться на пути к счастью в будущих жизнях, освобождению и просветлению, а себя – его учеником, то этот человек – просветлён он или нет, мирянин или монах, тибетец или житель Запада, мужчина или женщина – станет для нас самым могущественным существом. Итак, всё зависит от восприятия. Сила создаётся нашим решением признать кого-то нашим гуру и затем, с памятованием об этом, установить с ним связь. Силу даёт связь в Дхарме, а не то, является ли такой человек просветлённым или нет. Как только этот человек станет нашим гуру, в то же мгновение он станет самым могущественным существом в нашей жизни, даже если он не будда и не бодхисаттва, а просто самый обыкновенный человек.

Приняв решение установить с кем-то отношения гуру-ученик, вы можете создать с ним связь в Дхарме, получая от него учение, посвящение, обеты, устную передачу мантры ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ или даже одну строку Дхармы. Связь в Дхарме не возникает просто от слушания учения или от присутствия на посвящении, либо на церемонии принятия обетов; она рождается вследствие осознания того, что тот человек – ваш гуру, а вы – его ученик.

Однако в целом сила обретается, когда вы решаете создать с кем-то отношения гуру-ученик, и это не зависит от того, получаете ли вы сразу же от этого человека учение, посвящение или обеты. Это зависит от принятого вами решения. Например, когда Миларепа принял такое решение и попросил наставлений у своего гуру Марпы, Марпа не сразу дал ему учения.

Если мы не создали с кем-то отношения гуру-ученик, этот

человек не является для нас самым могущественным существом, но станет таковым, как только мы установим эту связь. Этот человек – не обязательно просветлённое существо, он силен для других людей; он – не самое могущественное существо для тех, у кого с ним нет связи в Дхарме. Он обладает силой только для людей, имеющих с ним подобную связь.

Соединение двух атомов для порождения атомной энергии может быть конструктивным, как в медицине и в производстве электричества, либо разрушительным, как в случае с атомной бомбой. То же самое можно сказать про встречу гуру с учеником. Если мы осторожны и как следует практикуем преданность гуру, то способны накопить величайшие заслуги в кратчайшее время, но если допускаем промахи и совершаем даже малейшую ошибку в практике преданности гуру, из-за этого рискуем очень долгое время испытывать тяжелейшие страдания.

Неблагая карма, которую мы создаём в отношении этих существ, начиная от наших родителей и вплоть до гуру, очень тяжела. Кроме того, хотя такая карма может быть небольшой, она возрастает, и мы испытываем возникающую в её результате проблему много раз, не только в одной жизни, но в сотнях или тысячах жизней. Любая благая карма, которую мы накапливаем, также имеет большую силу, и её благие плоды можно пожинать много сотен или тысяч жизней. Нашему обыденному уму очень трудно постичь, каким образом карма приумножается и расширяется; это для нас невообразимо.

Любая дурная карма со временем становится всё тяжелее; мы создаём её в отношении всех существ, от родителей и вплоть до гуру, и в отношении гуру эта карма тяжелее всего. Подобным образом и любые заслуги, нами накапливаемые, всё больше возрастают. Самые весомые заслуги – те, что созданы с гуру. Иными словами, в отношениях с гуру мы можем получить величайшие обретения и понести величайшие потери.

Именно с гуру можно очистить наибольшее количество омрачений и накопить самые обширные заслуги. Даже мелкое добродейание в отношении гуру приносит немислимую пользу, что ведёт к счастью из жизни в жизнь, вплоть до просветления. Поэтому в молитве об этапах пути в «Гуру-пудже» сказано:

*В силу подношений и преданного обращения
К вам, святые благородные учителя,
Наивысшее поле заслуг,
Благословите меня, о защитники и корни всякого блага,
С великой радостью вверить себя вашей заботе*⁹.

Однако если вы неосторожны, то гуру, как электричество, может быть опасен. Хотя электричество может казаться чем-то незначительным, из-за беспечного отношения к нему мы иногда рискуем своей жизнью. И с гуру мы способны обрести наивысшие блага, но также можем навлечь на себя и величайшее страдание. Даже крошечная ошибка в отношениях с гуру становится огромным препятствием развитию нашего ума на пути к просветлению, обретению нашего собственного счастья начиная с этой жизни и вплоть до просветления. Дурные мысли и действия, направленные на гуру, создают тяжелейшую неблагую карму и являются наибольшими препятствиями духовным свершениям, а также временному и высшему счастью.

Следовательно, нам нужен надёжный метод защиты от неблагих мыслей и поступков, и этот метод – преданность гуру. Мы должны преобразовать свой ум в преданность, которая видит в гуру будду, свободного от всех пороков и обладающего всеми достоинствами. Мы остро нуждаемся в этой защите.

Чистая преданность, которая видит в гуру будду, не позволяет возникнуть осуждающим мыслям о гуру, а это означает, что мы не создадим величайшее препятствие нашему просветлению. Воспринимая гуру как будду, мы накапливаем наибольшие заслуги своими телом, речью и умом. Эта практика приносит высшие очищение и добродетели.

3. ПРОВЕРКА ГУРУ



Перед тем как установить отношения гуру-ученик, в первую очередь мы должны тщательно проверить гуру, до создания с ним связи в Дхарме. Поскольку, найдя гуру, мы обретаем человека, которому отныне посвятим свою жизнь, нам нужно убедиться в том, что мы можем вверить себя ему как добродетельному учителю. После всестороннего анализа мы можем установить эту связь в Дхарме. Иначе есть опасность, что позже мы начнём осуждать гуру или даже от него откажемся. Внимательность в проверке гуру перед созданием связи в Дхарме поможет нам совершить меньше ошибок, и, таким образом, испытать меньше горестей от неправильного вверения благому другу. Если мы неосторожны в начале, ущерба будет много. Степень этой опасности определяется тем, сколько у нас заслуг, и насколько хорошо мы понимаем преданность гуру.

Тщательная проверка перед установлением отношений гуру-ученик идёт вам только во благо; это всё равно что пристегнуть ремень в машине или в самолёте. Я говорю о проверке гуру для того, чтобы ваше путешествие к просветлению было безопасным.

Подобный анализ нужно провести в начале, до установления связи в Дхарме и создания отношений гуру-ученик, потому что преданность гуру требует большого самопожертвования с нашей стороны. Мы не выбираем первого встречного, который может учить Дхарме. Мы должны создать связь гуру-ученик, только проверив, обладает ли кандидат качествами, упомянутыми в учениях ламрим (см. главу 4). Не стоит устанавливать такую связь лишь по мирским соображениям, особенно под влиянием омрачений. Выбор нужно делать, исходя из мудрости, рождённой анализом.

Панчен Лосанг Чокьи Гьялцен, учёный лама с высокими свершениями, автор «Гуру-пуджи», подчёркивал, что важно вначале исследовать человека, прежде чем принимать его в качестве гуру. Он сказал:

Если заботаешься о себе, не гоняйся за первым встречным, как собака, рыскающая по улице в поисках мяса. Изучи, как следует, ламу, раскрывающего святую Дхарму, и тогда почтительно за ним следуй.

Если вы заботитесь о себе – или, как говорят на Западе, «если вы любите себя» – и хотите достичь высшего счастья, вам нужен гуру. Однако не подобает его искать, как собака ищет на улице мясо. Бездомная собака всегда ищет пищу и, когда находит, сразу бежит к ней и её съедает. Собака не проверяет, не отравлена ли эта пища или даже съедобна ли она, и быстро проглатывает её, не прожевав.

Панчен Лосанг Чокьи Гьялцен говорит, что нам не стоит поступать так же: слушать учения первого попавшегося человека и сразу же принимать его в качестве своего гуру, не проверив, принесёт ли он нам вред или благо. Получая учения и посвящения от любого, кто их даёт, через какое-то время мы окажемся в смятении, и вскоре у нас начнутся проблемы со всеми нашими учителями – вопрос только в том, насколько эти проблемы будут велики. Даже хотя мы ежедневно начитываем множество мантр и молитв, но не обратили внимание на корень пути, наш ум особо не изменится – возможно, даже станет хуже, чем раньше.

Если мы считаем любого, кого встречаем, благим другом, предварительно не исследовав этого человека, мы рискуем встретить лжеучителя, который уведёт нас прочь от нашей цели – к страданию, а не к счастью. Тогда мы рискуем потратить впустую не только нашу нынешнюю драгоценную и весьма значимую жизнь, но и многие будущие жизни.

Поскольку то, какой будет наша нынешняя жизнь и что нас ожидает в будущих рожденьях, зависит от качеств гуру, мы должны вначале как следует изучить человека, чтобы понять, обладает ли он достоинствами, указанными в учениях ламрим. Даже если он знаменит и у него тысячи последователей, всё равно его нужно тщательно проверить.

Вспомните, как лама Атиша проверял ламу Суварнадвипи

перед тем, как получить у него учения. Лама Атиша уже был великим знатоком всей Дхармы Будды до того, как отправился в Индонезию, чтобы прослушать учения о бодхичитте ламы Суварнадвипи. В то время транспортные средства были очень примитивными, поэтому путешествие на морском судне из Индии до Суматры, где жил лама Суварнадвипи, заняло более года.

Даже после таких тяжких испытаний в пути, многих опасностей и столкновения со множеством препятствий лама Атиша и его ученики, которые все были великим учёными, сведущими в пяти науках²⁰, не сразу пошли на встречу с ламой Суварнадвипи, прибыв в то место, где он проживал. Несколько дней они отдыхали, и в это время лама Атиша изучал качества ламы Суварнадвипи, расспрашивая его близких учеников о том, как лама живёт и что он практикует. Несмотря на то, что лама Суварнадвипи, держатель учений Будды Майтреи, был известен как великий бодхисаттва и знаменит своей учёностью, чистотой и добросердечием, лама Атиша не довольствовался лишь его высокой репутацией. Ему потребовалось больше времени для проверки, и только проанализировав поведение ламы Суварнадвипи, он получил от него учения.

После этого лама Атиша прожил двенадцать лет у ламы Суварнадвипи. Получив от него полные учения о бодхичитте, подобно тому, как содержимое одного кувшина переливают в другой, лама Атиша породил бодхичитту.

Если мы не анализируем качества человека и его учения, то вместо достижения освобождения и просветления удостоимся чего-то другого – сансары и, возможно, даже низших миров. Учение должно быть чистой Дхармой Будды. Если в нём не упоминаются основы пути к просветлению – отречение от сансары, бодхичитта и пустота, в нём нет полного пути к освобождению и просветлению. Даже если используется слово «пустота», оно нам не поможет, если это не безошибочное воззрение о пустоте. Некоторые учения и приёмы медитации могут быть верными, но если они не раскрывают весь путь к освобождению и просветлению, мы можем посвятить им всю жизнь и в итоге ничего не достигнуть.

Чтобы практиковать Дхарму, и гуру, и ученик должны как следует друг друга изучить. Однако если мы тратим слишком много времени на поиски гуру и его проверку, есть опасность,

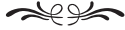
что в этой жизни так ничего и не произойдёт. Наша драгоценная человеческая жизнь закончится, а мы ничего не достигнем. Один ученик сказал своему учителю: «Я хочу проверять тебя как ламу много лет». Лама ответил: «Я тоже хочу проверять тебя как ученика много лет». Поскольку их взаимная проверка заняла почти всю жизнь, достигнуто ничего не было.

Когда мы тщательно исследовали человека, обнаружили, что он обладает необходимыми качествами, и приняли его как своего гуру, как советует Панчен Лосанг Чокьи Гьялцен, нам нужно *почтительно за ним следовать*. Это означает, что необходимо глубоко его почитать и посвятить себя ему, применяя на практике его советы и избегая того, от чего он рекомендует воздерживаться, в соответствии с учениями Будды.

Многие йогины пытались найти гуру, с которым у них была кармическая связь в прошлых жизнях, и им было недостаточно встречи с другими гуру. Если при одном виде гуру у нас возникает очень сильное чувство, и мы находим его учения очень полезными для своего ума, это – признаки связи с этим гуру в прошлых жизнях.

В истории о бодхисаттве Садапрудите (см. главу 7), хотя Садапрудита мог лицезреть бесчисленных будд, он оставался неудовлетворённым. Он по-прежнему хотел встретить гуру, с которым у него была кармическая связь в прошлых жизнях. Его называли Садапрудита, что означает «всё время плачущий», так как он был безутешен, не имея возможности найти своего гуру. Он продолжал свои поиски, пока его не нашёл.

4. КАЧЕСТВА ГУРУ



Раскрытие полного пути к просветлению

Мы не должны опираться на любого человека как на своего гуру. Чтобы достичь цели – просветления ради блага других живых существ, мы нуждаемся в добродетельном учителе, который способен указать нам безошибочный путь к просветлению. Как упомянуто в «Большом руководстве к этапам пути пробуждения», гуру должен понимать все наставления и вести учеников по путям Хинаяны, Парамитаяны и Ваджраяны. Как советовал Манджушри, чтобы ученик достиг просветления за одну короткую жизнь этой эпохи упадка, лама должен уметь вести ученика на всём пути. Это всё равно, что потянуть за *дингва*, квадратное покрывало сиденья Сангхи: с какой стороны ни дёрни, потянется вся дингва. Подобным же образом, все учения Хинаяны, Парамитаяны и Ваджраяны между собой связаны и являются практическим руководством для постепенной практики одного человека, ведущим к просветлению. В учениях нет ничего лишнего.

Вначале мы должны искать сведущего благого друга, способного раскрыть полный безошибочный путь, и, как только его найдём, правильно себя ему вверить. Для того чтобы найти благого друга, обладающего всеми нужными качествами, необходимы прошлая карма, заслуги и множество молитв. Но когда встречаются благой друг, способный раскрыть полный путь к просветлению, и достойный ученик, готовый выдержать все лишения, может быть достигнуто полное просветление.

Геше Потова сказал:

Если у добродетельного наставника имеются все качества, то есть он способен провести ученика по всему пути к просветлению, ученик становится счастливым, способным пройти полный путь к просветлению.

Как подчеркнул геше Потова, если ученик находит гуру, способного провести его по полному пути к просветлению, у него есть благая карма, чтобы пройти весь путь. Если же гуру знает путь к просветлению лишь частично, ученик также сможет пройти только часть пути.

В «Большом руководстве» лама Цонкапа подчёркивает, что мы не должны наклеивать ярлык «свершение» на любое достижение. Например, кто-то выполнил какие-то практики медитации и достиг ясновидения или некоей чудесной силы исцелять от болезней или приносить богатство, но не медитировал на ламрим, основной путь к просветлению, и не обрёл прозрений в преданности гуру, отречении, бодхичитте, пустоте, пяти путях Махаяны и десяти бхуми (уровнях) двух стадий тантры. Тогда его прочие достижения нельзя назвать свершениями.

Конечно, обычные люди, которые ничего не знают о Дхарме и о Четырёх благородных истинах, считают ясновидящего, рассказывающего о прошлом и будущем, особенным человеком – особеннее тех, у кого нет сверхспособностей, но они могут разъяснить Четыре благородные истины. Если мы действительно не понимаем Четыре благородные истины или в них не верим, мы не ценим тех, кто может освободить нас из океана страдания сансары и его причин – кармы и омрачений.

Нам кажется, что ясновидящий или обладающий сверхъестественными способностями человек гораздо необычнее того, кто по-настоящему пробуждает нас от неведения и освобождает, даруя учения о Четырёх благородных истинах, о том, как спастись от страдания сансары и его причин. Мы не считаем особенным этого человека, не только освобождающего нас от сансары, но и приводящего к просветлению, обучая ламриму, пяти путям Махаяны и десяти бхуми тантрического пути; мы полагаем, что он ничем не отличается от других.

Подобное мышление неверно. Почему? Потому что у нас бесчисленное количество раз были сверхспособности, но мы до сих пор остаёмся в сансаре. Мы несметное количество раз обре-

тали однонаправленное сосредоточение, такое, что, установив свой ум на объекте, могли пребывать на нём твёрдо, как гора, годами и кальпами. Кадампинский геше Ченгава сказал:

У всех нас были эти силы бесчисленное количество раз, но они не принесли нам особой пользы, поскольку мы до сих пор в сансаре. Не говоря уже о практике и осуществлении ламрима, я бы предпочёл даже задавать вопросы о том, что такое ламрим, чем иметь подобные силы.

Именно потому, что в прошлом мы не осуществили ламрим, мы до сих пор не свободны от страданий в сансаре и не достигли просветления. Для обретения освобождения нам нужно породить в себе отречение от всей сансары, затем постичь пустоту и развивать это прозрение до тех пор, пока не появится прямое постижение пустоты. Поскольку этого не произошло, мы до сих пор страдаем в сансаре.

Лама Цонкапа также подчёркивает, что благой друг и его способы умирения нашего ума должны соответствовать общему учению Будды. Благой друг должен быть опытным и сведущим; ему необходимо вести ученика не только по этапам пути к освобождению, но также и к просветлению. Как практикующий Махаяну он должен соответствовать общему учению Будды и обладать усмирённым умом, чтобы затем помогать ученикам осуществить весь путь к просветлению.

Мы должны убедиться в том, что добродетельный учитель обладает всеми необходимыми качествами для обучения пути, которому мы желаем следовать. Существуют качества для раскрытия учений Хинаяны, качества для раскрытия учений Парамитаяны и качества для раскрытия учений тантры. Различные виды качеств описаны в комментариях к молитвенному обращению в «Гуру-пудже»²¹, а также в других учениях. Касательно качеств ваджрного гуру есть различия даже между тантрой Действия и Высшей йога-тантрой. Десять внешних качеств ваджрного гуру, требуемые для раскрытия тантры Действия, и десять внутренних качеств, требуемые для раскрытия Высшей Йога-тантры, объясняются в комментарии к «Гуру-пудже», написанном Каченом Еше Гьялценом.

В одних учениях упомянуты шестнадцать качеств, которыми должен обладать благой друг, в других – десять, в третьих – пять или другое их количество. Однако если у гуру есть качества, перечисленные в сочинении Майтреи «Укращение маха-

янских сутр», а также в труде «Пятьдесят [строф] об Учителе»²² и в комментариях к «Гуру-пудже» или к учениям ламрим, гуру способен вести своих учеников по полному пути к просветлению.

Качества гуру Махаяны

В «Украшении махаянских сутр» Будда Майтрея перечисляет десять качеств, которыми должен обладать благой друг, чтобы раскрывать учения Махаяны:

Вверяй себя благому другу, который усмирён, умиротворён и глубоко умиротворён,

Обладает большими знаниями, усерден, сведущ в писаниях,

Постиг пустоту, искусен в обучении,

По природе сострадателен и отбросил уныние.

Первые три качества связаны с тремя высшими практиками. *Усмирён* означает, что гуру должен выполнять высшую практику нравственности, защищая себя от дурной кармы. Даже учитель-мирянин должен соблюдать мирские обеты пратимокши. Тогда он обуздает, или подчинит себе, действия своих тела, речи и ума. Иными словами, у него должна быть чистая нравственность.

Кроме того, гуру должен быть *умиротворён* благодаря высшей практике сосредоточения. Он должен быть способен обуздывать свои омрачения *шаматхой* или безмятежностью ума. После такого достижения очень легко постоянно хранить в уме добродетельность и достигать любых свершений. С безупречным сосредоточением можно обрести великое прозрение.

Глубоко умиротворён указывает на высшую практику мудрости или великое прозрение. Упомянутое здесь великое прозрение необязательно является воззрением школы прасангика мадхьямака; это может быть воззрение школы «только-ума» (*читтаматра*) или одной из низших школ. Именно поэтому постижение пустоты здесь выделено в отдельное качество, где оно связано исключительно с воззрением прасангики.

У гуру также должно быть больше знаний или свершений, чем у ученика, иначе он не сможет принести ученику пользу. Что касается качеств гуру, Гомо Ринпоче однажды сказал нечто очень благотворное для ума. Когда Гомо Ринпоче разъяснял смысл слова «лама» (означающего «тот, чьи знания больше или весомее») перед дарованием посвящения Манджушри Бакуле

Ринпоче, Гелеку Ринпоче и ламе Еше в резиденции Гелека Ринпоче в Дели, которое состоялось незадолго до кончины ламы Еше, он сказал трём ученикам: «Вы очень учёные люди. Я не такой, как вы, но у меня есть одно достоинство, которого вы лишены – линия преемственности этого посвящения. Поэтому у меня больше знаний». Позже Лама [Еше] отметил в беседе со мной, что слова Гомо Ринпоче показались ему очень полезными. Итак, если гуру получил устную передачу мантры, которой у вас нет, это означает, что у гуру больше знаний, чем у вас.

У гуру также должно быть *усердие*. *Сведущий в писаниях* означает, что ум благого друга должен быть богат цитатами и учениями, чтобы он мог цитировать многие учения по памяти. Даже если учитель обладает великими знаниями, но у него нет *сострадания*, он может не помочь ученику. *Отбросил уныние* означает, что учитель отказался от нетерпения, усталости и лени в руководстве учениками. Он не должен расстраиваться или скучать, обучая учеников Дхарме. Если у гуру есть *сострадание*, он не будет лениться или уставать, направляя учеников на пути.

Хотя эти десять качеств упомянуты в «Украшении махаянских сутр», геше Потова сказал:

Даже если гуру не обладает всеми этими качествами, у него, по крайней мере, должны быть следующие пять: постижение пустоты, сострадание, большие понимание и достоинства, чем у ученика, чистая нравственность и отсутствие уныния в обучении учеников. Иначе учитель не сможет вывести учеников из сансары.

В отношении качеств гуру в начале сочинения «Пятьдесят [строф] об Учителе» упоминаются пять недостатков, которые следует избегать при выборе гуру. Мы не должны принимать в качестве гуру того, у кого нет сострадания, кто по натуре нетерпелив и вспыльчив или горделив. Также не стоит выбирать человека, не способного обуздать свой ум, то есть, по сути, подверженного страстям. Наконец, не надо следовать за хвастуном, который всё время рекламирует другим свои мелкие достоинства.

Качества ваджрного наставника

В «Пятидесяти [строфах] об Учителе» перечислены безупречные достоинства ваджрного наставника, раскры-

вающего тантрические учения:

Твёрдый и неколебимый, умный, терпеливый, искренний, лишённый хитрости, знающий мантры и различные тантрические деяния, сострадательный и любящий, сведущий в писаниях, знаток десяти принципов, мастерски рисуящий мандалы, искусный в объяснении тантрических учений, спокойный, усмиривший чувства.

Терпеливый означает способность терпеть врага, причиняющего вред, а также сносить лишения, чтобы вести учеников, даруя им учения.

В «Пятидесяти [строфах] об Учителе» позже суммируются основные качества ваджрного наставника и выделяются пять: великое сострадание к другим; прочная вера в учения Махаяны; знания различных уровней учений (Хинаяны, Парамитаяны и Ваджраяны); искусность в направлении учеников на пути к просветлению и усмирённость трёх врат.

Подобные качества ваджрного наставника перечислены в молитвенном обращении «Гуру-пуджи»:

*Усмиривший трое врат, мудрый, честный, терпеливый,
Достойнейший знаток тантр и ритуалов,
Обладающий двумя собраниями десяти умений,
Искусный в рисовании и разъяснении,
О Высший Ваджрадержец, к Тебе обращаюсь!²³*

Как и выше, *терпеливый* означает способность стойко переносить вред от других и трудности; *честный* – то, что гуру не пытается скрыть свои личные недостатки или притворяться, что обладает свершениями, которых у него нет.

Лама Цонкапа говорил, что у благого друга, дарующего тантрические посвящения и раскрывающего тантрические учения, должно быть, по крайней мере, три качества. Во-первых, он должен был получить полное посвящение в божество, и как следует хранить связанные с этим самаи. Если гуру монах, ему следует должным образом соблюдать обеты пратимокши и воздерживаться от десяти недобродетелей. Если гуру мирянин, он должен соблюдать основные обеты пратимокши – предписания буддиста-мирянина. Благому другу также следует хранить обеты бодхисаттвы и тантры.

Во-вторых, он должен знать десять принципов и быть зна-

током способов дарования посвящений, следуя примеру традиционных практик лам линии преемственности. Он должен знать десять внешних принципов²⁴, связанных с тантрой Действия и другими низшими тантрами, и десять внутренних принципов, связанных с Высшей йога-тантрой.

Десять внутренних принципов, знатоком которых должен быть добродетельный учитель, раскрывающий учения Высшей йога-тантры, состоят в следующем: это охранные круги; дарование сосуда, посвящения тайное, мудрости и слова, сооружение ритуальных торма, начитывание мантр, гневные пуджи, освящения и самопосвящения.

Ваджраянский гуру должен быть искусен в начертании охранных мандал, наносимых на тело для защиты от вредоносных сил, а также уметь устранять препятствия посредством медитации на охранные круги. Помимо понимания коренных тантрических текстов и комментариев, он должен уметь выполнять все тантрические ритуалы, такие как рисование мандал, начитывание мантр, выполнение мудр, освящения и совершенные различных пудж, включая гневные. Он должен быть сведущим в сооружении ритуальных торма, или конусообразных пирожков для подношения. Это, кажется, указывает на тот факт, что торма не являются тибетской традицией и происходят из тантрических писаний.

Ваджрный наставник также должен быть знатоком семи различных видов начитывания мантр, входящих в тантрические садханы: начитывание вслух, начитывание в уме, ваджрное начитывание, начитывание самайи, окружающее начитывание, гневное начитывание и начитывание с однонаправленным сосредоточением на слогах.

Если он не может достичь успеха в определённых тантрических практиках, используя мирные методы, то должен быть знатоком гневных тантрических методов в подчинении злых сил, которые нарушают покой святых, либо вредят живым существам или учениям. Он должен уметь внести раскол между злопыхателями и их помощниками, такими как защитники или боги, и затем отделить сознание подобного вредителя от его тела и перенести его в чистую землю. Он должен быть способен совершать эти гневные деяния с отречением и с заботой о других.

Ему также нужна искусность в совершении освящений и самопосвящений.

В-третьих, он должен был провести затворничество по практике божества и получить разрешение от божества на дарование посвящения – или, по крайней мере, божество не должно на это возражать. Нужно быть крайне осторожным в принятии решения о даровании посвящения, поскольку это может быть опасно в настоящем и также помешать исполнению желаний в будущем.

Если мы вначале не уйдём в затворничество и не завершим начитывание требуемого количества мантр, чтобы породить в себе силу или получить её от божества, мы не сможем совершить ни одно из разнообразных деяний, связанных с тантрическими божествами, такие как дарование посвящений и благословений и проведение огненной пуджи. Мы также не сможем совершать разнообразные тантрические деяния умиротворения, возрастания, могущества и гнева, которые требуются для завершения практики Дхармы и достижения просветления ради блага других живых существ. Если мы не получили посвящение и не провели затворничество, наши действия не будут иметь силы. В древние времена было достаточно прочесть мантру божества сто тысяч раз, но сейчас, во времена упадка, когда иссякла даже сила мантры, нам следует читать основную мантру четыреста тысяч раз.

Ваджрный наставник, монах он или мирянин, должен обладать, по крайней мере, этими тремя качествами, как говорил лама Цонкапа. Лама Атиша также объяснил это в сочинении «Просьба о тантре». Хотя многие другие качества упомянуты в «Пятидесяти [строфах] об Учителе» и других трудах, лама Цонкапа перечислил лишь минимальные требования.

В «Пятидесяти [строфах] об Учителе» и некоторых других тантрических текстах упоминаются шестнадцать качеств, которыми обязан обладать тантрический гуру. Однако в нынешнее время упадка крайне сложно найти безупречного гуру со всеми этими достоинствами. Поэтому лама Атиша сказал своему сердечному ученику Дромтонпе, что, раз невозможно отыскать благого друга со всеми шестнадцатью качествами, нужно следовать тому, у кого их, по крайней мере, половина, четверть или восьмая часть. По меньшей мере, у благого друга должно быть больше достоинств и знаний, чем у ученика.

В сочинении «Белый лотос» объясняется:

В будущем, во времена раздоров, станет невозможно увидеть гуру, помимо того, у кого достоинства смешаны с недостатками. Не будет тех, кто вообще не создаёт неблагую карму. Короче, занимайтесь тщательным исследованием, чтобы найти человека, у которого больше достоинств, чем у вас, и затем, сыны мои, верьте себя ему как духовному другу.

Из-за времён упадка достоинства у гуру всегда смешаны с недостатками, и нет никого, кто творил бы лишь одни благодеяния.

Кроме того, в эти времена упадка, поскольку наш ум полон грубым омрачений, даже если бы благой друг был безупречным, просветлённым существом только с достоинствами и без единого порока, мы не смогли бы воспринять его таким из-за завес нашего ума. Нам крайне трудно увидеть в гуру только благие качества. Мы видим в нём смесь достоинств и пороков. Лама Цонкапа сказал, что во времена раздоров будет нелегко отыскать добродетельного учителя, не имеющего недостатков.

Сущностные качества

Хотя в текстах объясняются все многочисленные качества, которыми должен обладать гуру, суть в том, что нашему гуру следует, по крайней мере, заботиться о других больше, чем о себе, поскольку тогда у нас будет возможность развивать бодхичитту, корень пути Махаяны, и достичь просветления. Иначе, если наш гуру не уделяет большого внимания заботе о других, мы не сможем культивировать бодхичитту. Главным образом, мы должны выбрать в качестве гуру того, кто подчёркивает заботу о других практикой доброты, любви и бодхичитты.

Если такого человека найти не удастся, выберите духовного наставника, который считает освобождение от сансары важнее сансарических удовольствий. Если наш добродетельный учитель не подчёркивает заботу о других, он должен, по крайней мере, считать сансарические удовольствия страданием и уделять большее внимание освобождению, потому что тогда у нас будет возможность достичь освобождения.

По меньшей мере, найдите духовного наставника, который считает труды ради счастья в будущих жизнях важнее заботы о счастье в этой жизни. Если наш духовный учитель не устремлён к счастью в будущих жизнях, он не сможет нас к нему направить, то есть не приведёт нас к благоприятному перерождению.

Если наша практика нацелена только на счастье в этой жизни, она даже не станет святой Дхармой. Даже при ежедневной медитации мы рискуем совершать только недобродетельное и будем по-прежнему привязаны лишь к счастью в этой жизни – не более того. Если наш учитель не подчёркивает необходимость отречения от удовольствий этой жизни и трудов ради обретения долговременного счастья, счастья в будущих жизнях, есть опасность, что мы впустую потратим свою жизнь, попав в ловушку бессмысленной суеты ради временного счастья.

Независимо от того, является ли наш учитель монахом или мирянином, самое главное, он должен делать упор на следующие три вещи: делая акцент на бодхичитте, он способен привести нас к просветлению; уделяя внимание освобождению от сансары, он способен привести нас к состоянию освобождения; а подчёркивая отречение от цепляния за эту жизнь и необходимость трудов ради счастья во всех будущих жизнях, он позволяет нам обрести счастье в будущих жизнях. Те, кто знает, как практиковать ламрим, считают эти качества основными, и нужно проверить, есть ли они у гуру, до установления с ним самайи. Иначе, без этих качеств, даже если человек кажется большим учёным и обладает глубокими познаниями, ему будет трудно успешно вести учеников к просветлению.

Основополагающее качество

Среди множества различных качеств, которые надо учитывать при выборе гуру, самое главное – проверить, придерживается ли этот человек практики нравственности, или этики. Как говорится в первой строфе молитвенного обращения «Гурупуджи»²⁵, основное положение, согласно учению ламы Цонкапы, – это соблюдение нравственных норм монашества. Однако вне зависимости от того, является ли гуру мирянином или монахом, его основное качество состоит в том, что он сам должен быть нравственным и подчёркивать важность такого поведения, поскольку иначе не будет основы для духовных свершений. Ученики, не практикующие нравственность, то есть не охраняющие свою карму, не смогут обрести даже счастье благого перерождения в следующей жизни, не говоря уже об освобождении от сансары. Так же, как невозможно хранить жидкость без сосуда, в следующей жизни не обрести тело ски-

тальца в счастливых уделах – человека или бога – без нравственности. Без практики нравственности мы не будем защищены даже от низших миров. Если гуру делает упор на нравственность, он способен спасти ученика от неблагодатной кармы, препятствия просветлению, освобождению и счастью в будущих жизнях. Тогда ученик сможет обрести временное и высшее счастье.

Тибетцы, которые знают суть практики ламрим, не принимают гуру, исходя из того, знаменит он или учён, потому что понимают, что успех в практике связан с соблюдением самайи. Те, кто умеет правильно вверить себя благому другу, как это делал лама Атиша с ламой Суварнадвипи, проверяют, какой образ жизни ведёт этот человек и что он практикует, включая и его преданность благим друзьям. На этом основании они принимают решение. Человек может быть знаменитым и весьма учёным, но при этом нарушившим самайи со своими гуру. Даже несмотря на то, что от такого человека можно получить теоретические знания, будет трудно завершить практику и получить от неё истинное благо. Это благо возникает не вследствие лишь заучивания слов, как в школе или университете, но благодаря усмирению ума.

Для ламы Озела, являющегося перерождением ламы Еше, самым важным фактором в жизни и тем, что определяет его успешную работу ради блага мира, является руководство его благих друзей. Именно поэтому я год за годом проводил много гаданий, чтобы выбрать для него учителей, что остаётся моей самой большой ответственностью. В основном я делал свой выбор, исходя из практики человека, а не из его репутации как известного или учёного наставника.

В детстве лама Озел выучил тибетские молитвы и тибетскую письменность под руководством одного монаха-аскета, геше Тхубтена, который был одним из лучших друзей ламы Еше. Его Святейшество Далай-лама преподал ему самый первый урок тибетского алфавита, а геше Тхубтен научил остальным буквам, их произношению и правописанию. Геше Тхубтен и лама Еше были соучениками в монастыре Сера Дже, и между ними существовали очень хорошие самайи. Именно поэтому мы попросили Геше-ла обучить ламу Озела алфавиту.

Лама Еше часто хвалил геше Тхубтена, говоря, что он действительно знает Дхарму. Несмотря на то, что некоторые мона-

хи могли отлично дискутировать и считались учёными, Лама иногда говорил то про одного, то про другого из них: «Ну, он знает Дхарму только поверхностно – у него нет глубоких постижений».

В моих гаданиях часто выпадало, что геше Тхубтен принесет пользу, но другая причина, по которой я его выбрал, состояла в том, что Геше-ла сам является очень хорошим практиком, монахом-аскетом с глубоким пониманием Дхармы, и у него отличные самаи с его гуру, особенно с геше Рабтеном Ринпоче.

Учёность – не самое главное качество духовного наставника. Благому другу недостаточно иметь обширные теоретические знания или давать хорошие учения. Простые знания не означают, что человек может принести благо другим. Конечно, благому другу также необходимы знания, но это не единственное, что может принести истинную пользу. Главное – это качество его самаи. Даже если человек очень образован и на многое способен, если он нарушил самую со своим благим другом, сколько бы у него ни было знаний или какой бы хорошей ни была его репутация, ему будет трудно по-настоящему принести благо ученикам. Здесь мы ведём речь о глубоком, конечном благе, а не о том, чтобы сделать кого-то счастливым и восторженным на час-другой. Мы говорим о долговременном благе и успехе, вплоть до просветления, которое является наивысшим счастьем.

Если благой друг – хороший практик с чистой самаей, даже если он не особенно мудр или учён, он может помочь ученикам, которые правильноверяют ему себя. Тогда они способны стать учёными, породить духовные свершения и прозрения и помочь многим живым существам.

Дополнительное качество

Я хочу особо отметить одно дополнительное качество, помимо обычных качеств, перечисленных в учениях. Если вы собираетесь создать новую связь в Дхарме, в наше время вам также следует проверить, не является ли этот человек противником Его Святейшества Далай-ламы. Иначе говоря, убедитесь, что он не выполняет практику известного духа²⁶. Если вы впервые создаёте с кем-то связь в Дхарме, исследуйте этот вопрос, чтобы позже у вас не возникло проблем.

Я долгое время старался избегать публичных заявлений об этом духе и отвечал лишь отдельным людям, которые в своих письмах меня об этом спрашивали. Я никогда не участвовал в открытых дискуссиях на эту тему, помимо собрания всех последователей гелугпы в Дели, где я упомянул о том, что мы должны исполнять желания Далай-ламы. Однако недавно я составил методическое руководство для всех центров ФПМТ и в одном из положений отметил, что перед приглашением учителя центр должен проверить, не противодействует ли этот человек Его Святейшеству Далай-ламе и не выполняет ли он практику известного духа. Это было написано для защиты отдельных учеников, а также всей организации.

Это не означает, что гуру, которые выполняли практику этого духа в прошлом, – плохие, или можно пренебрегать их советами. И в сутре, и в тантре упомянуто, что нам не следует создавать тяжкую карму осуждения гуру или отказа от него. Будьте осторожны – не теряйте веру ни в одного из своих гуру. Не думайте, что гуру совершил ошибку. Это лишь проявление вашей кармы, вашего нечистого ума, именно сейчас. Либо вы можете думать, что гуру специально так себя явили, потому что демонстрация недостатков – единственный способ их общения с вами и только так они могут вести вас к просветлению. Вам не нужно осуждать ваших гуру, которые занимаются [подобной] практикой. Она необязательно внесёт в вашу жизнь сумятицу или разрушит вашу преданность. Основная причина, по которой мы практикуем преданность гуру, – это благо для нас самих, потому что мы, ученики, желаем получить благоприятствия и не хотим потерь. Наша цель – достижение высшего блага, то есть просветления.

Если ваши гуру раньше выполняли практику этого духа, но скончались, то, будь они с вами сейчас в их нынешнем облике, они бы отказались от этой практики. Его Святейшество сам некоторое время поклонялся этому духу, но после множества переживаний, знаков и длительного анализа стал советовать другим отказаться от такой практики. Его Святейшество – не единственный, кто так говорит. Многие другие высокие ламы, держатели всей Дхармы Будды, давали подобные наставления монахам в своих монастырях.

После проверки собственного опыта и многих прочих исследований Его Святейшество пришёл к выводу, что прекращение

поклонения этому духу принесёт наибольшее благо отдельным личностям и всему миру. Его Святейшество отказался от этой практики и посоветовал другим последовать его примеру. Многие другие великие учителя уже прекратили эту практику, хотя раньше её делали.

Несмотря на то, что различные монастыри и группы людей просили Его Святейшество передумать, он принял это решение после многолетнего анализа и остаётся непреклонным. Во время своих учений Его Святейшество постоянно говорит, что всегда будет убеждать людей последовать его примеру.

Геше Лобсан Цепел²⁷ сообщил мне, что, когда он пошёл к Его Святейшеству Триджангу Ринпоче, чтобы спросить у него совета относительно практики этого духа, Его Святейшество сказал ему, что при визуализации поля заслуг сначала надо представлять гуру; гуру – высший объект поля заслуг. После гуру представляют будд, бодхисаттв, архатов, даков и дакинью, и затем, в самом низу, – защитников Дхармы. Ринпоче сказал: «Нужно слушаться советов вашего гуру, Его Святейшества Далай-ламы. Кто важнее, гуру или защитник? Важнее гуру. Даже когда вы визуализируете поле заслуг, первый в нём – гуру. Было бы ошибкой думать, что слова духа важнее того, что говорит гуру»²⁸.

С моей точки зрения, нам следует прекратить эту практику не потому, что мы пренебрегаем словами других гуру, но потому, что такой совет нам дал Его Святейшество Далай-лама, Будда Сострадания.

Гуру Шакьямуни сам предрёк, что Далай-ламы, земные воплощения Ченрези, будут царями Дхармы, трудящимися во благо живых существ в Стране Снегов – в Тибете. Некогда Будда, пребывая в Индии, сделал следующее предсказание одному бодхисаттве, который обычно его сопровождал:

Когда учение Будды придёт в упадок в Индии, в то время ты будешь Ченрези, Буддой Сострадания, и усмиришь живых существ в Стране Снегов. Тогда ты приведёшь живых существ к вере в Будду, Дхарму и Санху и затем распространишь Дхарму Будды, как солнце.

В ходе одного из визитов в Олений парк, центр ламы Сопы Ринпоче в Мэдисоне, штат Висконсин, Его Святейшество отметил во время учения, как он это часто повторяет: «Я не породил

бодхичитту, не постиг пустоту, и у меня нет никаких других прозрений. Однако я в это сильно верю». Позже, во время публичного интервью, кто-то сказал Его Святейшеству: «Вы говорите, что у вас нет никаких прозрений, но как тогда мы можем их обрести? У нас нет на это надежды!». В этих словах было столько чувства, что Его Святейшеству пришлось как-то на них ответить. Тогда из его святых уст прозвучало одно личное замечание: «На самом деле, я помню, как пребывал с Буддой Шакьямуни в Индии».

Его Святейшество Далай-лама также является перерождением Дромтонпы, великого тибетского переводчика ламы Атиши, воплощения Будды Сострадания. У Дронтомпы, как известно, была целая цепь перерождений.

Ни один другой лама не может принести такую же пользу миру, как Его Святейшество. Его Святейшество – источник мира и счастья живых существ в этом мире. Миллионы простых людей, даже небуддисты, не только на Востоке, но и на Западе, могут увидеть, что святое тело Его Святейшества наполнено великими состраданием и мудростью. Его Святейшество способен принести другим невероятные покой и счастье. Простое лицезрение Его Святейшества вдохновило много тысяч людей на веру в буддизм. Мы знаем те благое воздействие и невообразимые покой и счастье, которые испытывает человек, едва увидев святое тело, услышав святую речь или прочтя учения Его Святейшества. Любой, кто видит или, особенно, слышит Его Святейшество, несомненно, закладывает семена просветления. Простое лицезрение Его Святейшества приносит нам великое очищение.

Несмотря на то, что в нашем мире есть множество буддийских традиций и святых, никто другой не приносит столько блага миру, как Его Святейшество. В мире много духовных лидеров, но нет ни одного, кто, подобно Его Святейшеству, может принести столько пользы живым существам. Несмотря на обилие духовных лидеров, никто из них не может, подобно Его Святейшеству, дать миру столько блага. И даже среди перерождений Его Святейшества, которых уже четырнадцать, не было ни одного подобного нынешнему воплощению. Четырнадцатый Далай-лама принёс миру больше всего блага, и всё чаще делает это на Западе. Предыдущие его воплощения помогали Востоку, но нынешнее приносит благо всей планете.

Его Святейшество – единственный, кто оказывает величайшее влияние на мир в этом мире и помогает людям превратить пагубные мысли в созидательные.

Что отличает буддизм от других религий? Это сострадание к живым существам, без всякого между ними различия. Благодаря этому состраданию мы прекращаем причинять вред другим и, кроме того, пытаемся им помогать. Для людей Его Святейшество лучший пример того, о чём говорится в буддизме, – сострадания и мудрости. При виде Его Святейшества у них, хотя, они, возможно, даже не читали буддийских книг, появляется некий интерес к тому, кто такие буддисты.

На самом деле, простое лицезрение святого тела Его Святейшества сеет в сознании людей семена просветления и вдохновляет их на развитие сострадания и мудрости. Даже те, кто не понимает, что такое освобождение и просветление, могут почувствовать, что Его Святейшество – чистое существо. Слушая учения Его Святейшества, люди получают обширное представление о буддизме за очень короткое время, за полчаса или за час. Самый быстрый способ узнать что-то о буддизме – послушать одну из публичных лекций Его Святейшества.

Его Святейшество взял на себя ответственность за всю Дхарму Будды: не только за учения Хинаяны или Парамитаяны, но и за учения Махаяны и Ваджраяны. Его Святейшество отвечает за сохранение и распространение всего учения Будды. Он способен сохранить эти учения в мире и распространить их как можно быстрее и шире.

Благодаря руководству Его Святейшества Далай-ламы все монастыри, разрушенные в Тибете, были восстановлены в Индии, и монахи смогли продолжить в них интенсивное обучение. Так же, как в Тибете, эти монастыри, особенно Сера, Ганден и Дрепунг, выпустили множество опытных учителей, распространивших в мире Дхарму Будды глубоко и ясно. После того, что произошло в Тибете, вся Дхарма целиком сохранена, и её передают другим, особенно молодёжи. Всё это произошло исключительно благодаря доброте Его Святейшества Далай-ламы. Это результат его сострадательного руководства.

Несмотря на наличие многих других монастырей, без Сера, Гандена, Дрепунга и тантрических колледжей буддизм бы потерялся в этом мире. Без этих монастырей в мире не осталось бы

места для углублённого и обширного образования, обучения у многих сведущих учёных. То же самое относится к монастырям других традиций. Своим выживанием и способностью восстановить и продолжать свои традиции они обязаны только доброте Его Святейшества Далай-ламы, который после побега из Тибета попросил разрешения премьер-министра Джавахарлала Неру на то, чтобы тибетцы могли жить в Индии.

Для тибетского народа Его Святейшество, разумеется, является единственным объектом Прибежища. Помимо этого, Его Святейшество принял на себя полную ответственность за тибетцев, у которых существует особая кармическая связь с Ченрези. Причина, по которой столько людей на Западе смогли встретиться с Его Святейшеством и услышать его учения, а также получить от него советы, причём, не единожды, а много раз, состоит в том, что у них также есть связь с Буддой Сострадания. Дело не только в тибетском народе. Однако у этого божества особая связь с тибетцами, и Его Святейшество ведёт их не только духовно, обучая Дхарме, но и руководит всей страной.

Теперь ситуация стала похожа на положение жителей Запада. Вам нужно знать, что вас ежедневно ведёт Ченрези. Именно благодаря Его Святейшеству буддизм распространился на Западе. Если бы Его Святейшество не покинул Тибет, но решил оставить этот мир, буддизм не охватил бы всю планету. Вы не смогли бы встретиться с Дхармой и ваша жизнь оставалась бы бессмысленной. Всё это было бы невозможно, этого бы не случилось, если бы Его Святейшество остался в Тибете или скончался.

Без существования в этом мире Его Святейшества в его нынешнем облике у нас было бы какое-то тело, но наш ум скорее походил бы на ум животного, и мы бы не имели никакого представления о Дхарме. Всё наши обыденные действия превращались бы в неблагую карму. Мы бы ничего не знали о перерождении и карме, и не понимали, каким образом благодаря мотивации можно создавать благодать, причину счастья, либо отрицательную карму – причину страдания. Наше отношение к жизни обычно связано если не с гневом, то с привязанностью. Поэтому, даже если мы не убиваем никого из людей и не воруют у них их имущество, всё, что мы делаем сутки напролёт, – это лишь неблагая карма, причина страдания. Без

существования в этом мире Его Святейшества Далай-ламы, способного распространять Дхарму, в его человеческом облике, и без пребывания Его Святейшества за пределами Тибета, у нас не было бы такой возможности. Теперь у нас тело человека, но ум почти как у животного.

Мы постоянно находимся под руководством Его Святейшества Далай-ламы, Ченрези. Каждый раз, когда мы порождаем мотивацию бодхичитты и медитируем на бодхичитту, мы получаем руководство от Ченрези и чувствуем его доброту. Каждый раз, когда мы очищаем накопленную в прошлом карму и создаём заслуги, нами руководит Ченрези.

Выздоровление больного зависит не только от лечащего врача, который диагностирует его болезнь и даёт рецепт правильного лекарства. Пациент, со своей стороны, должен принимать это лекарство. Только в этом случае он сможет выздороветь. Точно так же, хотя существует живой Будда Сострадания, свобода или независимость Тибета зависит не только от него, но также от кармы тибетского народа. Тибетский народ, со своей стороны, должен постараться создать для этого причину. Если бы всё зависело от Будды Сострадания, не было бы не только страдающих тибетцев, но и вообще страдающих существ.

Благодаря своим невероятным достоинствам Его Святейшество способен приносить благо, безграничное, как бескрайнее небо, учению Будды и всем живым существам. Его Святейшество принял на себя ответственность за живых существ в целом и, в частности, за тех, кто живёт в этом мире. Он также несёт на себе тяжкое бремя долга, когда Тибету приходится очень трудно. У Его Святейшества столько ответственности за мир и счастье всех живых существ в этом мире, за всё учение Будды и за независимость Тибета!

Именно поэтому нам нужно поддерживать Его Святейшество Далай-ламу и следовать его советам. Чем больше мы будем его поддерживать, тем больше Его Святейшество сможет помогать живым существам океаном своих добродетелей! Поскольку у нас самих нет подобных качеств, хотя есть их потенциал, мы не способны помогать другим так, как это делает Его Святейшество. Но если мы оказываем поддержку и не создаём никаких препятствий, Его Святейшество может прино-

сить благо не только тибетцам и живым существам в этом мире, но и всем живущим.

Если люди в точности исполняют желания Его Святейшества, то есть следуют его советам в вопросе с известным духом, это способствует долголетию Его Святейшества, чтобы он мог дольше трудиться на благо живых существ. Цель нашей жизни – это оказание как можно большей помощи живым существам. Мы не можем помогать живым существам так, как это делает Его Святейшество. Если мы даём учение о Дхарме, на него приходят только шестьдесят или семьдесят человек, но когда учение дарует Его Святейшество, собираются тысячи или даже сотни тысяч. Самый быстрый способ освободить живых существ – это поддерживать Его Святейшество. Тогда Его Святейшество будет здоров и проживёт дольше, а живые существа получат обширное и глубокое благо и быстро достигнут просветления.

К таким рассуждениям я прибегаю, чтобы следовать советам Его Святейшества. Эти основания не ограничены, они безграничны, как бескрайнее небо. Они включают в себя не мысли о себе и о собственном счастье, но мысли обо всех живых существах и о том, как лучше всего им помочь.

5. КАЧЕСТВА УЧЕНИКА



В целом, достижение учеником просветления зависит как от гуру, так и от ученика. Гуру должен быть полностью сведущим и опытным, чтобы вести ученика на всём пути к просветлению, но если у ученика не хватает удачи, чтобы его провели по этому пути, он не станет просветлённым. Если гуру полностью квалифицирован, и у ученика достаточно заслуг, чтобы пройти весь путь под руководством гуру, он очень быстро достигнет просветления.

Седьмой Далай-лама Келсанг Гьяцо сказал:

Если совершенно сведущий гуру встречается ученика, который является подходящим сосудом, просветления достичь не труднее, чем отпечатать ца-ца в глине.

Когда мы делаем ца-ца из идеально замешанной глины, в этой глине проявляется образ Будды, очень легко и безупречно, без недостающих деталей. Точно так же ученик может легко и безупречно достичь просветления, если он обладает всеми необходимыми качествами.

Полностью квалифицированный гуру – тот, у кого есть все нужные качества, чтобы вести ученика по полному пути к просветлению. Ученик, являющийся подходящим сосудом, способен вынести любые трудности, чтобы следовать советам гуру ради практики Дхармы.

В «Украшении махаянских сутр» Майтрея описывает качества ученика следующим образом:

Ученик должен быть непредвзятым и умным, и должен жаждать учений. Ученик, являющийся подходящим сосудом, – также тот, кто может выносить лишения, чтобы осуществить

Дхарму, преподанную гуру. Ленивец, не способный стойко переносить даже мелкие тяготы, не достигнет Дхарму, дарованную гуру. Когда ученик, имеющий великую волю к достижению просветления в этой жизни, подобно великому Миларепе, чьи ум и тело в равной степени сильны и способны выдержать такие тяготы, как голод, жажда, жара и холод, встречает совершенного гуру, такой ученик может достичь просветления за одну короткую жизнь.

В «Освобождении на вашей ладони» Пабонка Дечен Ньингпо упоминает о пяти качествах, которыми должен обладать ученик. Хороший ученик непредвзят, умён, работоспособен, высоко чтит своего гуру и внимательно слушает его наставления.

Непредвзятость позволяет нам исследовать и понимать чужие взгляды. Если мы хотим проверить обе стороны противников в диспуте, это возможность учиться, отличая верное от неверного.

Но если мы привязаны к собственным заблуждениям, мы никогда не будем исследовать воззрения других людей, и поэтому у нас не будет шансов на обучение. Мы не слушаем то, что нам говорят, и не позволяем себе изучать и постигать учения. Например, если мы считаем идею перевоплощения полной чепухой, сколько бы нам её ни объясняли с использованием логики и цитат, мы даже не потрудимся понять смысл сказанного. Мы будем упрямо цепляться за собственные взгляды. Если у нас нет непредвзятости, учения не принесут нам пользу, потому что не проникнут в наше сердце. Погрязнув в собственных философских убеждениях, мы не станем практиковать учения, преподанные благим другом, и наставнику будет тяжело нас обучать.

Под умным учеником имеется в виду тот, кто способен отличить благое от неблагого. Кроме того, в тантрическом тексте «Сеть иллюзий» упомянуто, что ученик должен любить медитацию и добродетель, быть преданным духовному наставнику и с радостью ежедневно совершать подношения.

6. КОГО СЧИТАТЬ ГУРУ



Получение учений

Мы устанавливаем с человеком связь в Дхарме, когда, осознав, что он – наш гуру, а мы – его ученики, затем получаем от него хотя бы одну строфу учения. Создание первой в жизни связи в Дхарме зависит от наших заслуг и прошлой кармы.

В источниках сказано, что просто слушая чьи-то учения, мы не создаём связь в Дхарме, и этот человек не становится нашим гуру. Можно получать от человека учения и наставления, необязательно принимая его как гуру. Мы устанавливаем с ним связь, но не особые отношения гуру-ученик. Однако, как только мы получили от кого-то учение, считая себя учеником, а учителя – своим гуру, даже услышав лишь одну строфу Дхармы или получив устную передачу одной мантры, мы устанавливаем связь в Дхарме, то есть, создаём отношения гуру-ученик, даже если не думаем, что это учение принесло нам пользу.

Если изначально у нас нет желания создавать отношения гуру-ученик, мы можем слушать учение этого человека, словно сидим на лекции профессора в университете. В целом, можно изучать Дхарму, особенно учения сутр и их толкования, чисто в познавательных целях, чтобы повысить свою эрудицию. Это подобно обучению у педагога или изучению истории буддизма в школе. Просто услышать от кого-то Дхарму не означает установить с этим человеком отношения гуру-ученик, ведь мы делаем то же самое, говоря о Дхарме с друзьями. Когда мы обсуждаем те или иные положения буддизма со своим другом, который знает, как их объяснить, мы не считаем этого человека своим гуру. Мы просто друг другу помогаем.

Хотя учения Дхармы можно слушать лишь в образовательных целях, изначально необходимо понять, собираемся мы или нет вверить себя этому учителю как благому другу. Однако через какое-то время, если мы почувствуем сильную преданность или поймём, что эти учения принесли нам большую пользу, и захотим установить связь гуру-ученик, учителя можно принять как гуру. Тогда мы можем на это решиться. «Вверить себя» означает вверить гуру свою жизнь, следуя его наставлениям, соответствующим объяснениям, которые Гуру Будда Шакьямуни дал об учениях сутры и тантры. Точно так же разъясняли и практиковали преданность гуру лама Цонкапа и учителя линии преемственности четырёх традиций. Степень нашей способности вверить себя другому человеку главным образом зависит от нашего собственного мышления.

Как поступить, если в прошлом мы прослушали учения от различных людей, но не помним, что принимали конкретное решение признать их своими гуру? Если мы не помним, что эти учения принесли нам пользу, и не слушали их с решимостью установить связь в Дхарме, к этим учителям можно относиться равностно. Это значит, что нам не нужно считать их своими гуру, но не надо и осуждать. Также, если учитель нам говорит, что нет необходимости считать его благим другом, достаточно равностного отношения к этому человеку. Но если учение принесло нам пользу, лучше считать этого наставника своим гуру.

Такой совет мне дал великий бодхисаттва Кхуну Лама Тензин Гьялцен, когда я спросил у него, как относиться к двум учителям, которые у меня были в детстве. Ребёнком я жил в Солу Кхумбу, иногда с матерью и остальной семьёй в Тхангме, в деревне, где я родился, но в основном в монастыре Тхангме с моим первым учителем азбуки Нгавангом Лекше, который также был моим дядей. Монастырь находился в примерно пятнадцати минутах ходьбы вверх по холму от моего дома.

Мой дядя и многие другие монахи и миряне были учениками ламы Дондруба, нзингмапинского практика тантры, или нгагпы, настоятеля монастыря, от которого они получали множество посвящений и учений. Я, как щенок, брёл за дядей и другими монахами на все мероприятия. Это было немного похоже на посещение кинотеатров или вечеринок. Я ходил туда просто потому, что там что-то происходило и туда шли все остальные люди.

В то время я был совсем ребёнком, лет четырёх-пяти, и ещё не стал монахом. Во время многих учений, посвящений или устных передач я сидел у кого-то на коленях и, разумеется, чаще всего спал. Я слышал слова, но совершенно не понимал их смысл. Я даже не знал названий посвящений. Помню лишь некоторые действия – обходы вокруг святынь и звуки раковин. Я тоже пытался дуть в раковину, но звука никакого не выходило.

Я сидел у кого-то на коленях, уставившись в лица ламы, восседающего на высоком троне, и монаха, читающего текст. Хотя я не запомнил ни единого слова учения, до сих пор отчётливо помню лицо ламы. Когда я просто глядел на ламу, это шло мне на пользу. Мы обычно его называли «Гага Лама» – *ga-ga* означает «дедушка» на языке шерпа. Мне нравилось смотреть на старого ламу, который был похож на долгожителя, с белыми волосами и длинной белой бородой (позже он скончался и уже переродился). Он был ламой-мирянником, женатым тантристом, а не монахом. Это был очень хороший лама, с невероятно добрым сердцем, и я очень его любил. Делая пуджи по утрам, он стучал в барабанчик-дамару, и, услышав звуки барабанчика, я сразу же к нему приходил. Я открывал занавеску на двери и ждал. Тогда лама спускался ко мне с попкорном или с другим подарком. Мы всё время получали от него сладости.

Когда лама давал учение, он сидел очень прямо, даже ни разу не шелохнувшись – в отличие от меня! Он говорил, а затем всегда смотрел на какое-то место на потолке. Сидя на коленях у одного из монахов и уставившись в лицо ламы, я тоже смотрел туда же, куда он. Я рассматривал эту точку на потолке, удивляясь, потому что он всегда глядит на одно и то же место, но там ничего не было – только окрашенный кусок дерева. Бывало, что старший монах, один из ближайших учеников ламы, читал текст устной передачи, а лама в это время сидел на троне и иногда демонстрировал, что спит. Я не знаю, почему устную передачу давали таким необычным способом; похоже, так было принято.

Иногда лама выпивал немного *чанга*, то есть ячменного пива. Он пил его из красивого стеклянного бокала, который, вероятно, поднёс ему какой-то западный путешественник. Бокал был полон чанга, на дне бокала оставались семена ячменя, а лама потягивал чанг через стеклянную трубочку. Когда

ученик читал текст, лама молчал и время от времени пил пиво, иногда притворяясь, что спит. Поскольку я сидел в переднем ряду и смотрел на ламу, когда он пил чанг, он обычно отдавал мне бокал с чангом и я немного от него отпивал.

В Солу Кхумбу, Бутане и других гималайских регионах в некоторых монастырях монахи смешивались с женатыми практикующими мирянами. Там была распространена коррупция, и монахи привыкли пить пиво. Ламы были тантриками, практикующими мирянами, а употребление алкоголя не вредит йогину с высокими духовными свершениями; это только помогает ему быстро осуществить тантрический путь. Алкоголь и другие одурманивающие вещества не могут причинить вред йогинам, постигшим ясный свет и обретшим иллюзорное тело, поскольку у них есть власть над чакрами (энергетическими центрами), пранами (ветрами) и сущностными каплями. Им не грозит опасность от алкоголя или неблагих действий.

Я отчётливо помню, что пил чанг, но не помню не единого слова, сказанного ламой, хотя присутствовал на многих посвящениях, когда лама долго говорил о Дхарме. Это было подобно получению посвящения во сне, когда после пробуждения всё забывается. В моём уме ничего не сохранилось. Конечно, могли остаться отпечатки, но я не запомнил ничего, что принесло бы мне пользу.

Несмотря на то, что в детстве я не принимал решения создать отношения гуру-ученик с ламой Дондупом и не понял ни единого слова из его учений, несколько лет я представлял этого ламу в поле заслуг. Позже, когда Кхуну Лама Ринпоче прибыл в Непал, я отправился к нему, чтобы задать несколько вопросов о практике гуру-йоги. Хотя я годами визуализировал этого ламу в качестве своего гуру, я всё же спросил Ринпоче, стоит ли мне считать его таковым. Ринпоче сказал: «Если ты помнишь, что учение принесло пользу твоему уму, лучше считать его благим другом». Но Ринпоче также сказал, что, поскольку я ничего не запомнил, мне нет нужды признавать его благим другом. Ринпоче добавил, что мне не нужно осуждать этого ламу – следует просто относиться к нему равнодушно. Тогда я перестал представлять этого ламу в поле заслуг.

Совет Кхуну Ламы Ринпоче заключался в том, что, если мы получили от кого-то учения, нужно проверить, пошли ли они нам на пользу. Даже если мы не слушали учение с намерением

создать отношения гуру-ученик, но учение нам помогло, лучше считать этого человека своим благим другом, если мы на это способны. Если же мы не видим никакой пользы для своего ума, можно сохранять равнодушие, не осуждая этого человека.

Это практичный совет, потому что в любом случае следует быть осторожным. Даже если человек не является нашим гуру, он всё равно может оказаться святым существом, буддой или бодхисаттвой. Если он святой, мы создадим тяжкую неблагодарную карму, думая о нём плохо или причиняя ему вред. Просто ради осторожности, ради защиты собственного счастья, лучше относиться к нему равнодушно.

В «Собрании советов отовсюду» Лангри Тхангпа говорит: «Не зная уровень ума других людей, не осуждайте их»²⁹. Если кто-то нам кажется обладающим большими достижениями, это не означает, что это так. Видимость отличается от реальности.

Далее в тексте говорится: «Если у вас породилась бодхичитта, постыдно осуждать других». Так как мы приняли обеты бодхисаттвы, мы не должны никого критиковать. Если же из-за гнева или другой отрицательной эмоции мы осуждаем того, кто получил с нами посвящение от одного ваджрного гуру, мы совершаем коренное падение критики ваджрного брата. Если мы неосторожны, есть риск нарушить третий коренный обет тантры.

Кроме того, в «Большом руководстве к этапам пути пробуждения» и других учениях ламрим сказано, что наши прозрения деградируют, если мы осуждаем полностью посвящённого монаха, даже если у нас нет с ним отношений гуру-ученик.

В целом, в учениях традиции тренировки ума кадам нам советуют считать всех, кто дурно с нами обращается, своими гуру. Это необходимо для обуздания гнева и мыслей о мести, чтобы мы не создали ещё больше неблагодарной кармы. Любое вредоносное действие по отношению к нам со стороны других явится как учение, если мы будем воспринимать этих людей как гуру. В традиции тренировки ума нам даже советуют рассматривать всех живых существ как наших гуру или как Гуру Будду Шакьямуни. Это в основном направлено на обуздание нашего собственного ума; дело не в том, что сами по себе живые существа в действительности являются буддами. При такой тренировке ума мы начнём естественно уважать других живых

существ, а поскольку у нас не будет гнева и других дурных мыслей, это защитит нас от накопления неблагой кармы. Мы приучаем себя считать живых существ драгоценными, думать о них как об источнике всяческого счастья – так же, как и гуру. Это подобно практике чистого восприятия в тантре, когда все живые существа воспринимаются как божество.

Как прекрасно всех считать нашими гуру! Но если это не удаётся, по крайней мере, не нужно кого-то осуждать. Мы не должны никого критиковать, если критика каким-то образом не пойдёт на благо этому человеку.

Из Непала я перебрался в Тибет и прожил там несколько лет. После захвата Тибета Китаем я оставался там около девяти месяцев. Я стал монахом в Тибете в монастыре великого йогина Домо Геше Ринпоче, гуру ламы Анагарики Говинды, автора книг «Путь белых облаков» и «Основы тибетского мистицизма». В монахи-послушники меня посвятил настоятель монастыря, Тхубтен Джинпа, очень хороший и смиренный геше. Я также не помню ни слова из того, что говорил настоятель во время церемонии моего посвящения. Единственное, что я отчётливо запомнил, – то, что я сидел напротив настоятеля и другие люди подносили мне много хадаков.

Моё первое затворничество, которое я провёл в Тибете перед побегом, было посвящено «Гуру-йоге ламы Цонкапы», но тогда я совершенно не представлял, чем занимаюсь. До этого я не получал никаких учений. Лосанг Гьяцо, монах, который заботился обо мне в Тибете и помог мне получить монашеское посвящение в монастыре Домо Геше, хотя я сейчас считаю его своим гуру, не объяснял мне никакой Дхармы. Он только научил меня начитывать «Хвалу Двадцати одной Таре», которую до этого я не знал наизусть. Когда я спросил об этом монахе у Кирти Ценшаба Ринпоче, он сказал, что мне нужно думать о нём как о гуру, потому что он научил меня чтению молитвы, хотя и не даровал мне особых учений Дхармы или обетов. Лосанг Гьяцо передал мне текст «Гуру-йоги ламы Цонкапы», но в то время я не был способен его понять. Я полагал, что начитал сто тысяч мантр *мигцема*. Затем я сделал подношение *цог*, которое прекрасно расставил и украсил Лосанг Гьяцо. Той же ночью мы сбежали из Тибета.

В те времена китайские коммунисты публично пытали руководителей монастырей, народных лидеров и любых так или

иначе именитых людей. Когда мы услышали, что они через день-два приедут в монастырь, где мы жили, то есть в Пема Чолинг, филиал основного монастыря Домо Геше, той же ночью мы бежали в Индию через Бутан. Я был с Лосангом Гьяцо, с нами было несколько монахов из Пема Чолинга и другие монахи, которых мы встретили по пути. От Пема Чолинга, который находился рядом с границей Тибета, нам пришлось только пересечь одну гору, чтобы добраться до Бутана. Там мы встретили множество монахов и благодетелей и затем отправились в Букса Дуар в Западном Бенгале.

Букса Дуар был концентрационным лагерем, где ранее находились в заключении Махатма Ганди и премьер-министр Неру, когда Индия была захвачена англичанами. Именно туда отправляли монахов из Лхасы и других мест, желавших продолжать своё обучение. Те, кто не хотел учиться, работали на строительстве дорог в различных частях Индии, особенно, на первых порах, вдоль границы с Тибетом. В Буксе проживало около полутора тысяч монахов. Из-за жары и антисанитарных условий многие монахи заболели туберкулёзом и немало их от этого скончалось.

У нас не было нужды оставаться в Буксе, поскольку Домо Геше Ринпоче основал филиал своего монастыря в Дарджилинге. Этот монастырь был оснащён всем необходимым, и нам было не о чем беспокоиться. Однако, хотя все остальные монахи из монастыря Домо Геше получили разрешение поехать в монастырь Дарджилинга, глава полиции лагеря, Таши Бабу, который был индийцем, но, вероятно, тибетского происхождения, запретил нам с Лосангом Гьяцо туда ехать. Я не знаю, почему. У него не было оснований нас удерживать – ему за это не платили денег. Я подумал, что, возможно, настоятель или служащий монастыря Сера Дже ходил в полицию, но, кажется, всё было не так. Может быть, это были будды или защитники Дхармы, но что-то помешало этому полицейскому разрешить мне покинуть лагерь и вынудило его задержать меня в Буксе. Я думаю, это могло бы деянием особого божества, потому что благодаря этому я смог встретиться с моими безупречными гуру – геше Рабтеном Ринпоче и ламой Еше. Благодаря доброте этого полицейского у меня появилась такая возможность и я немного изучил философию и прослушал учения по ламриму.

Перед моей встречей с геше Рабтенем Ринпоче Лосанг Гьяцо отвёл меня к другому лама, которого он откуда-то знал. Я ходил к нему на учения, которые длились час, и всего два или три дня изучал с ним одну строфу из *дьюйра* – основ диспута. Через два-три дня, по какой-то причине – возможно, потому, что я относился к монастырю Сера Дже, а он был из Дрепунга – он сказал: «Я не могу быть твоим учителем. Иди к геше Рабтену, он из Сера Дже». Он сказал, что геше Рабтен Ринпоче – очень хороший учитель и принесёт мне пользу.

Я также справился у Кхуну Ламы Ринпоче, стоит ли мне считать этого ламу своим гуру. Ринпоче сказал, что обычно хорошо считать такого человека гуру, но, поскольку лама признался, что не может быть моим учителем, он как бы дал мне разрешение не относиться к нему как к гуру. Поэтому Ринпоче отметил, что мне не нужно верить себя ему как благому другу. И вновь Кхуну Лама повторил, что я не должен думать о нём плохо. Благодаря совету Ринпоче я не включил этого ламу в число своих учителей.

Когда я спросил об этом у Кьябдже Чодена Ринпоче, он сказал, что учитель также должен признать тебя своим учеником.

Этот лама был очень добр, познакомив меня с геше Рабтенем Ринпоче, великим тайным йогином. Геше Рабтен был большим учёным, хорошим учителем, нравственно чистым, весьма добрым и благожелательным, и о нём знали во всех монастырях. Кроме того, геше Рабтен Ринпоче обладал несравненной преданностью своим благим друзьям. У геше Рабтена было двое коренных гуру: Его Святейшество Триджанг Ринпоче и лама, который очень заботился о нём в его родном монастыре. Геше Ринпоче был невероятно искусен в руководстве учениками, а также в обучении и красноречии. Всё, что он делал и говорил, в точности соответствовало потребностям и способностям каждого ученика.

Тем, что теперь у меня появился небольшой интерес к медитации, я обязан доброте геше Рабтена Ринпоче, поскольку он был первым гуру, объяснившим мне Дхарму. Так как Геше Ринпоче много говорил о безмятежности, первое, чем я заинтересовался, была практика развития безмятежности.

Впервые я отправился получать учения от геше Рабтена Ринпоче вместе с Лосангом Гьяцо. В качестве подношения мы принесли ему чай в термосе и кое-какие другие вещи. Геше

Ринпоче и множество учеников собрались во дворе одного из зданий. Это был длинный тюремный барак со множеством отверстий для оружейных стволов в стенах и зарешёченными дверьми и окнами, покрытыми колючей проволокой. Двор был тоже не особенно приятным местом. Все стены представляли собой колючую проволоку, так что на них было невозможно опереться, не поранившись. И сиденья всех монахов были тесно соединены между собой, а Геше Ринпоче восседал на высоком сиденье.

Лама Еше сидел внизу, под геше Рабтенем, и на его столике лежала большая стопка текстов. Поскольку я был очень мал и считался «перерожденцем», Лама поднял меня и посадил рядом с Геше-ла. Во время учения Лама иногда смотрел на лицо Геше-ла с великой преданностью. Я видел, что он был чрезвычайно предан Геше Рабтену.

Так я получал учения несколько раз, но у геше Рабтена было много учеников, он был очень занят. Поскольку он был должен преподавать различные предметы монахам разного уровня, включая многих старших монахов, у него почти не было времени проводить со мной индивидуальные занятия. Геше-ла отправил меня к одному из своих учеников, Ген Еше, который блестяще дискутировал и был из той же местности в Тибете, что и Геше Ринпоче. От Ген Еше я впервые услышал о доброте матери – одном из положений семи пунктов причинно-следственной взаимосвязи Махаяны.³⁰

Текстов тогда не было, поэтому Ген Еше объяснял тему устно, а я конспектировал услышанное в своём собственном стиле, так как никто не научил меня грамотно писать. Он также немного обучил меня визуализациям в практике «Гуру-йога ламы Цонкапы».

Ген Еше был очень сведущим человеком, обладал прекрасным чувством юмора и всегда был радостен. Он также являлся великим учителем, подобным ламе Еше. Однако я провёл с Ген Еше очень мало времени. Он хотел не жить в Буксе, а вести жизнь аскета и совершить паломничество по Индии. Пробыв в Буксе совсем недолго, он отправился бродить по Индии. Через некоторое время он стал мирянином, затем продемонстрировал болезнь и скончался в Индии.

Через некоторое время я отправился за учениями к ламе Еше. Чопел (произносится «Чомби»), староста моего класса и

позже повар в монастыре Копан, впервые отвёл меня к ламе Еше за учениями, так как он учился у него уже давно. На самом деле геше Рабтен Ринпоче хотел, чтобы я получал учения у одного из его близких учеников, геше Тхубтена, образованного и очень хорошего монаха, но почему-то моя карма сложилась по-другому. Мой руководитель, Лосанг Гьяцо, тоже думал отдать меня в ученики геше Тхубтену.

Хотя мой руководитель говорил, что мне нужно учиться у геше Тхубтена, Чомби настоял на том, чтобы я получал учения у ламы Еше. Иногда мы вместе гуляли по холмам или ходили на речку купаться, и в один прекрасный день он просто привёл меня к воротам монастыря. Я сказал: «Дальше я идти не хочу. Не хочу учиться у ламы Еше! Хочу домой!». Чомби сказал: «Нет, пошли, пошли, пошли!». Он так сильно настаивал, что я прошёл с ним ещё несколько шагов. Но потом я повторил: «Нет, не хочу я туда идти!». Сделав ещё несколько шагов, я опять сказал: «Не хочу туда. Хочу вернуться». Продолжая в таком духе, я, наконец, оказался у двери комнаты ламы Еше. И снова заявил другу: «Не хочу туда. Хочу вернуться».

Я ждал снаружи, когда Чомби зашёл к Ламе. У меня не было с собой никаких подношений, потому что мы с Чомби просто гуляли. Чомби сам набрал немного риса в миску, поднёс его с хадаком и несколькими рупиями и спросил Ламу, могу ли я у него учиться. Я полагаю, Лама спросил, согласился ли на это геше Рабтен Ринпоче, и Чомби ответил утвердительно, хотя у геше Рабтена на уме было несколько другое. Поскольку Чомби уже сделал подношение, я нехотя вошёл в комнату.

У ламы Еше была крохотная комнатка посреди зарослей кустарников, сзади было окно, где гнездились муравьи. В комнате практически ничего не было – она была почти пустая. В ней были маленькая печка из индийского олова с дыркой внизу для растопки и только два горшка. Там также находились тексты, закрытые пластмассой, и жёсткая бамбуковая кровать, застланная бутанским тканым материалом. И всё. Он жил как аскет.

В тот первый день, поскольку у меня был титул «перерожденец», Лама посадил меня рядом с собой на кровать. Я думаю, то, что Лама с самого начала посадил меня на свою кровать, может быть причиной кармы, из-за которой я теперь сижу на троне.

Я вообще не понял учение, наверное, потому, что у меня не

было хорошей мотивации. Лама учил о причине и следствии, но при этом устроил диспут на эту тему. Он говорил так быстро, что я подумал: «Почему он не может давать учение медленно?». На следующий день всё стало лучше, но в тот первый день я вообще ничего не смог понять.

Я думаю, у меня с ламой Еше существовала сильная кармическая связь на протяжении многих жизней, чтобы он мог мной руководить. Я пришёл к нему без намерения получать учения и даже отвергал эту идею, но карма была очень сильна. У меня такое впечатление, что, хотя я не хотел идти к нему в тот первый день, между нами существовала сильная связь из прошлых жизней, и именно она меня к нему привела.

Его Святейшество Серконг Ринпоче Дордже Чанг, воплощение Марпы, который жил и скончался в Непале, а сейчас переродился – ещё один из моих благих друзей. Многие ученики центров ФПМТ встречались с Серконгом Дордже Чангом и получали от него благословения, а одну женщину он посвятил в монахини. Я представляю Серконга Дордже Чанга в поле заслуг, хотя никогда не получал от него особых посвящений или формальных учений по определённому тексту.

Живя в Букса Дуаре, я слышал много историй о том, как Серконг Дордже Чанг являл йогические деяния, невысказанные для обычных людей. Серконг Дордже Чанг иногда просто исчезал, и помощники не могли его найти. Ринпоче пропадал и неожиданно появлялся где-то ещё. Я слышал, что однажды, давно, непальская полиция посадила Серконга Дордже Чанга за решётку за проступок, которого он не совершал. Хотя никто не открывал дверь его камеры, на следующий день Ринпоче уже там не было; он вернулся в свой родной монастырь.

После того как мы с Ламой приехали в Непал, у меня было сильное желание встретиться с Серконгом Дордже Чангом. Однажды я пошёл увидеться с Ринпоче на вершину холма Сваямбхунатх с Ламой, Зиной Рачевской, нашей самой первой западной ученицей, и с Клайвом, из Лондона, другом Зины из Дарджилинга, который обучал Ламу английскому языку. Зине очень хотелось встречаться с ламами из различных традиций. Когда она жила у нас с Ламой, поскольку всегда ходила к разным учителям, Лама составил для неё список вопросов по Дхарме, чтобы она их им задавала.

Добравшись до вершины холма Сваямхунатх, мы стали у

всех расспрашивать, где живёт Серконг Дордже Чанг. Мы пришли к двухэтажному дому, куда нас направили, и увидели, что по лестнице спускается монах, очень простой на вид. Я спросил у него, где пребывает Серконг Дордже Чанг, и монах сказал: «А, подождите тут немного». Я полагаю, что монах пошёл справить малую нужду, а затем опять поднялся наверх.

После этого и мы поднялись наверх, чтобы встретиться с руководителем Серконга Дордже Чанга. Когда мы вошли в комнату Серконга Дордже Чанга, монах, сидевший на кровати, оказался тем простым монахом, который ранее спускался по лестнице.

Обычно, если Серконгу Дордже Чангу задают вопросы о Дхарме, он на них не отвечает. Но если момент подходящий и у человека хорошая карма, Ринпоче проявляет мирную форму и может немного поговорить. Иначе Ринпоче часто является в гневной форме.

Наверное, тот день был особо благоприятен, потому что, когда Зина задала вопрос о том, как практиковать преданность гуру, Ринпоче дал краткое, но невероятно глубокое учение. Учение было так глубоко, а мои омрачения столь сильны, что я вообще не смог понять смысл его слов. Его голос был великолепен, но я понял только, что, если гуру сидит на полу, нужно думать, что там сидит Гуру Будда Шакьямуни. Это всё, что мне удалось понять. Я, по идее, выступал в роли переводчика, но учение было настолько богато, что я его не понял.

Чисто в западном стиле Зина затем попросила Ринпоче прочесть что-нибудь из текстов, которые лежали перед ним, но Ринпоче отказался, говоря: «Нет, нет, я полный невежда и ничего не знаю». Но в начале беседы он дал невообразимые наставления.

Ринпоче часто говорил подобное и притворялся, что ничего не знает. Однако, побывав в его присутствии, я совершенно уверился в том, что Ринпоче был Ямантакой. Хотя с виду Ринпоче казался обычным монахом, сидя перед ним можно было убедиться, что он Ямантака. И для этого не требовалось никаких логических доводов или цитат. Каким бы ни являлся Ринпоче с виду, это не изменило мою уверенность в том, что он был Ямантакой.

Как только человек входил в комнату, Ринпоче сразу же знал о нём абсолютно всё: его прошлое, настоящее и будущее. Он

мог даже рассказывать мне о снах, которые мне приснились за несколько дней до того. Иногда люди приходили к Ринпоче за гаданием, и перед тем, как бросить кости, Ринпоче сообщал им что-то об их жизни. Один человек из Мустанга, который кого-то убил, пришёл к Ринпоче попросить о гадании, и, ещё не бросив кости, Ринпоче сказал: «О, ты убил человека». Этот человек был потрясён, потому что не хотел, чтобы о нём знали правду.

Люди, которые видели, как Ринпоче делает обходы вокруг ступы Сваямбхунатх, скорее всего, считали его простым монахом, знающим лишь мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Но в подходящий момент Ринпоче неожиданно говорил кому-нибудь из других людей, делающих обходы, что-то вроде того: «Ты умрёшь через три года. Тебе нужно совершить очищение простираниями перед Тридцатью пятью Буддами».

В ранние времена в Тибете Серконг Дордже Чанг давал посвящения и учения. Ринпоче получил степень геше одновременно с великим йогиним Трехором Кьорпенем Ринпоче, из монастыря Дрепунг. Однажды Серконг Дордже Чанг вознамерился даровать посвящение Калачакры. Об этом уже было объявлено, и многие люди планировали присутствовать на посвящении. Его Святейшество Серконг Ценшаб Ринпоче был очень обеспокоен тем, как Серконг Дордже Чанг сумеет дать людям даже предварительное учение по ламриму.

Его Святейшество Серконг Ценшаб Ринпоче, один из гуру Его Святейшества Далай-ламы, был сыном предыдущей реинкарнации Серконга Дордже Чанга, великого йогина традиции гелугпа, который скончался в Тибете. Йогин тантрической стадии завершения с высокими достижениями, Серконг Дордже Чанг пользовался большим уважением; он был одним из нескольких лам, которому Тринадцатый Далай-лама, известный своим строгим нравом, разрешил иметь супругу мудрости для быстрого завершения тантрического пути.

Серконг Дордже Чанг является воплощением Марпы, гуру Миларепы; Серконг Ценшаб Ринпоче – воплощением сына Марпы, Дармадоди; а Цечок Линг Ринпоче, который в прошлой жизни был гуру Его Святейшества Линга Ринпоче, Его Святейшества Триджанга Ринпоче и многих других высоких лам – воплощением Миларепы. Серконг Дордже Чанг изрёк это прямо своими святыми устами одному из монахов его монастыря. Однажды вечером этот монах сопровождал Ринпоче

обратно в монастырь после завершения пуджи в доме благодетеля. По пути Серконг Дордже Чанг ему сказал: «В действительности я – Гуру Марпа, Серконг Ценшаб Ринпоче – сын Марпы, а Цечок Линг Ринпоче – Миларепа. Вот каковы мы на самом деле». Когда Ринпоче являл себя довольным, он обычно рассказывал близким ему монахам истории о своих прошлых жизнях и другие поразительные вещи.

Его Святейшество Серконг Ценшаб Ринпоче бежал из Тибета с перевоплощением своего отца, Серконгом Дордже Чангом. Когда они добрались до места на юге Тибета, где Миларепа в своё время построил девятиэтажную башню, их окружили китайцы, и, казалось, спасения не было. Серконг Дордже Чанг, Серконг Ценшаб Ринпоче и Чангдзо-ла, их помощник, которого поднёс Серконгу Ценшабу Ринпоче его отец, тайком проникли в башню и поднялись наверх, где находились статуи Марпы и тайной супруги Марпы – Дагмемы. У Серконга Ценшаба Ринпоче был дамару, принадлежавший Марпе, и чётки, принадлежавшие супруге мудрости. Ринпоче никогда не расставался с этими предметами. Но в тот момент Ринпоче поднёс дамару статуе Марпы, а чётки – статуе Дагмемы, с молитвой: «Отец и Мать, прошу, войдите в наше положение. Вам решать, что случится в моей жизни». Ситуация была очень сложная, ведь китайская армия окружила беглецов со всех сторон, и выхода не было.

В то время Чангдзо-ла, который услышал, что Ринпоче называет Марпу и Дагмему «Отцом и Матерью», догадался, почему Его Святейшество Серконга Ценшаба Ринпоче называют «тхуг-це», то есть «святой сын сердца». Он сын Марпы. Его Святейшество Далай-лама также обычно обращался к Серконгу Ценшабу Ринпоче как к «тхуг-це».

Также много лет тому назад в Тибете, когда Его Святейшество Далай-ламу пригласили в Китай, Серконг Ценшаб Ринпоче и некоторые другие учёные геше сопровождали Его Святейшество в этой поездке. Когда Его Святейшество и его делегация достигли провинции Кхам, многие люди пришли, чтобы выяснить, кто из них сын Марпы, и получить у него благословение. Чангдзо-ла, не зная, что они имеют в виду Серконга Ценшаба Ринпоче, сказал: «Мы никогда не слышали о сыне Марпы – в нашей делегации нет такого человека». Чангдзо-ла признался мне, что лишь

позже выяснил, что многие люди называли Ринпоче таким именем.

Вернёмся к нашей истории. Серконг Ценшаб Ринпоче сказал мне, что накануне посвящения Калачакры, даруемого Серконгом Дордже Чангом, вечером он дал ему наставления о том, как объяснить ламрим в качестве мотивации для посвящения.

На следующий день Серконг Дордже Чанг говорил о том, что мотивацией для получения посвящения должны быть восемь свобод и десять дарований, но вместо «бог-долгожитель» он произнёс «человек-долгожитель». Один учёный геше, присутствовавший на посвящении, был разочарован. И лишь потому, что этот геше подумал, будто Ринпоче неверно объяснил понятие «бог-долгожитель», он ушёл и не стал получать посвящение. Его Святейшество Серконг Ценшаб Ринпоче сказал мне, что во время самого посвящения Калачакры Ринпоче давал невероятные, обширные комментарии.

Итак, хотя великие йогины могут являть ошибки, в то же время они демонстрируют нам то, на что обычные люди не способны. Его Святейшество Серконг Ценшаб Ринпоче часто говорил, что, по его мнению, Серконг Дордже Чанг олицетворял собой смысл слова «йогин». Позже в своей жизни Серконг Дордже Чанг демонстрировал заболевание эпилепсией, но что бы ни казалось внешне, Ринпоче был великим йогиним. Тибетское правительство просило Ринпоче проводить важные гневные пуджи. Поскольку Ринпоче был истинным Ямантакой, он имел право выполнять эти гневные пуджи, которые небезопасно совершать обычным людям. В дни пудж монахи просили: «Пожалуйста, Ринпоче, пусть сегодня у вас не будет приступа». Они боялись, что во время основной части ритуала у Ринпоче может случиться припадок, и тогда всё пойдёт прахом, потому что Ринпоче был главным действующим лицом в сосредоточении, направленном на умиротворение злопыхателя и перенос его сознания. В те дни Ринпоче обычно говорил: «Эй, если я не способен сделать даже такое, как меня могут именовать “Дордже Чангом”?». И в те дни у Ринпоче не случалось припадков.

Каждое утро, перед тем как выпить первую чашку чая, Ринпоче любил делать подношение чая защитникам. Он также подносил чай в большой миске всем ламам линии преемствен-

ности ламрима, читая молитву-обращение «Открытие врат свершений» из практики «Джорчо». И каждый раз, когда Ринпоче куда-то ездил, он всегда брал с собой маленькую фото-рамку с портретами всех его гуру, которую хранил под своей *донгка*.

Однажды много лет назад Его Святейшество Далай-лама послал монахов из Гьюме (Нижнего тантрического монастыря) освятить ступу Будданатх, потому что её верхушка загорелась. Я думаю, где-то в текстах упоминается о том, что, если в Непале происходит что-то плохое, со ступы будет нисходить огонь, чтобы рассеять злые силы. Также, поскольку именно благодаря ступе Будданатх буддизм распространился в Тибете и был сохранён в нём столько лет,³¹ освящение этой ступы имеет большое значение. Во время этой пуджи ведущим был Его Святейшество Серконг Ценшаб Ринпоче, присутствовали там и мы с Серконгом Дордже Чангом. Серконг Дордже Чанг вынул фотографии всех своих гуру в рамке, обрамлённой шёлком, из своей *донгка*, и поставил рамку на стол, чтобы она была также освящена.

Когда Лама и я впервые приехали в Непал из Индии с Зиной, мы все остановились в гелугпинском монастыре в Будданатхе и прожили там около года. Изначальное строение соорудил монгольский лама, но проживавшие там монахи были родом из монастыря в Тибете, основанного Каченом Еше Гьялценом, великим учёным и йогиним, который был наставником Восьмого Далай-ламы. Он учредил монастырь с чистой практикой *винаи* и дисциплины, хотя, мне кажется, в нём не проводилось много философских диспутов.

Примерно через три месяца после нашего прибытия монахи из того монастыря попросили нас принять участие в предстоящей практике *ньюн-нэ*. Спонсор *ньюн-нэ* пригласил одного из своих гуру, *ньингмапинского* ламу из Сваямбхунатха, чтобы тот передал Восемь обетов Махаяны, но монахи на захотели принимать махаянские обеты от этого ламы, потому что любого человека, от которого их принимаешь, потом надо считать своим гуру. Вместо этого монахи пригласили в монастырь Серконга Дордже Чанга, чтобы он передал эти обеты.

Мы спустились вниз рано утром, чтобы начать практику *ньюн-нэ*. Войдя в зал, Серконг Дордже Чанг сел на подушку одного из монахов, а не на трон. Кто-то принёс ему текст

Восьми махаянских обетов, и он его открыл. В качестве мотивации Ринпоче сказал: «Если вы хотите практиковать Дхарму и ваш гуру прикажет вам полизать какашки, вы должны немедленно опуститься на пол и их полизать, пока они ещё тёплые». Для вящей иллюстрации своих слов Ринпоче издал соответствующие звуки лизания. Затем Ринпоче сказал: «Вот что такое истинная практика Дхармы!».

После этих слов Ринпоче закрыл текст и ушёл. То была единственная мотивация, которую он дал для Восьми обетов Махаяны. Не было никаких повторений молитв – ничего! Он сказал только это и ушёл.

Поскольку Ринпоче не выполнил саму церемонию, мы приняли обеты Махаяны ньюнг-нэ перед алтарём, хотя там были и другие ламы.

Это учение стало атомной бомбой, взорвавшей мой ум. Всего несколько слов, но в них было столько смысла! Ринпоче передал самое сердце практики. Поскольку его учение было столь благотворным, я чувствую преданность Его Святейшеству Серконгу Ринпоче. Несмотря на то, что это было единственное учение, которое я от него получил, я считаю Ринпоче своим гуру и представляю его в поле заслуг.

Нужно ли формально просить кого-то стать нашим гуру?

Обычно не нужно просить кого-то стать нашим гуру. Создание отношений гуру-ученик больше зависит от собственного решения, чем от личной просьбы разрешить нам посетить посвящение или учение. В Тибете, если кто-то собирался впервые получить от ламы посвящение или учение, этот человек обычно обращался к ламе с просьбой о соответствующем разрешении. То есть, он просто быстро спрашивал: «Могу ли я получить эти учения?». После этого лама его проверял и принимал либо отклонял такую просьбу.

Перед тем, как прослушать от кого-то учения в первый раз, если у вас есть время, вы можете обратиться с просьбой о получении учения; однако, поскольку на них часто присутствуют сотни или тысячи людей, обычно не хватает времени на то, чтобы каждый участник лично об этом просил. Например, тысячи людей получают учения Его Святейшества Далай-ламы. Не каждый из них может встретиться с Его Святейшеством и попросить: «Пожалуйста, станьте моим гуру».

Однако когда Его Святейшество Линг Ринпоче давал некоторые особые посвящения и учения, видимо, люди просили разрешение на то, чтобы их посетить. Они не встречались с самим Ринпоче, но спрашивали у его помощника, имеют ли они право получить посвящение.

После того как учение завершено и связь уже установлена, нет необходимости просить учителя стать вашим гуру. Это всё равно, что после вашего рождения просить вашу мать стать вам матерью, а отца – отцом.

Получение посвящений

Простое сидение в толпе людей во время посвящения не означает, что вы получаете посвящение, а человек, который его даёт, становится вашим гуру. Получение посвящения связано с умом, а не с телом. Это действие ума.

Просто находясь на месте проведения посвящения, вы совершенно необязательно получаете посвящение и создаёте связь в Дхарме. Если вы не принимаете посвящение, то одно присутствие на нём не является созданием связи в Дхарме. Во время дарования посвящения в том же месте физически могут находиться и многие другие существа – жужжащие мухи, муравьи, вши и прочие насекомые, и даже иногда собаки, и они слышат все разъяснения визуализаций. Если вы просто там сидите и не делаете визуализации, значит, вы не получили посвящение. Даже если вы выпьете ведро воды из сосуда и съедите гору торма, это ещё не означает, что вы получили посвящение.

В некоторых случаях можно присутствовать на посвящении, чтобы сохранить гармонию в Дхарма-центре, куда приглашают разных лам, поскольку у учеников разные желания и различная карма, или потому, что вы несёте на себе ответственность за организацию. Если у вас нет намерения принять того, кто даёт посвящение, в качестве своего гуру, и вы не делаете визуализации, простое сидение в толпе народа не означает, что вы получаете посвящение. Если вы знаете, что делать и как мыслить, путаницы не возникнет. Именно ваш ум, но не тело, получает посвящение.

Медитационные центры на Западе обычно приглашают множество различных лам для дарования посвящений. Одна из причин этого в том, что у людей разная карма. Каждый раз,

когда приезжает лама, появляются разные люди, которые имеют с этим ламой кармическую связь, и хотя в этот медитационный центр могут приезжать многие другие ламы, пока не появится конкретный лама, те люди не встретятся с Дхармой. Каждому ученику должно быть с самого начала ясно, хочет ли он создать связь в Дхарме с определённым ламой.

Возможен вариант, когда ученик сидит на посвящении и не делает вообще никаких визуализаций, но лама может медитировать на этого человека, например, представляя его божеством. Тогда посвящение становится дарованием благословения этому человеку. Он может получить благословение, но не обязательно примет ламу как гуру, поскольку не выполнил объяснённые ламой визуализации. Он получает благословение, но лишь как пуджу, которую выполнили для его защиты. Если со своей стороны он не сделал визуализаций или не счёл ламу своим гуру, посвящение не получено.

Однако, если вы решили принять посвящение, делайте как можно больше медитаций и визуализаций, которые вам разъясняют, а они всегда основаны на восприятии нераздельности ламы и божества. В конце породите веру в то, что посвящение состоялось. Если вы всё это сделаете, то получите посвящение и создадите связь в Дхарме с человеком, который его даровал. Вы должны считать этого человека своим гуру, поскольку он заложил в ваше сознание семя Дхармы, семя Четырёх Тел (*кая*) Высшей Йога-тантры, благодаря чему ваш ум созреет для практики пути. Даже если у вас нет особых мыслей о принятии этого человека в качестве гуру, если вы сделаете медитации и визуализации, то получите посвящение и этот человек станет вашим гуру.

Если вы считаете посвящение лошадиными скачками, где каждый стремится достичь цели первым, позже могут возникнуть проблемы, особенно если вы не слушали полные учения ламрим о преданности гуру или если эти учения каким-то образом не коснулись вашего сердца. Через какое-то время вы пожалеете о том, что приняли посвящение, начнёте осуждать ламу, почти как своего врага, и тогда испелелите множество кальп заслуг и усложните свою жизнь, ничего от этого не выиграв.

После того как связь установлена, у вас ничего не получится, если вы повредите корень своей практики, не размышляя глубоко о смысле ламрима.

Принятие обетов

Я думаю, вы должны считать своим гуру любого, кто даровал вам обеты, сохранённые в линии преемственности: обеты Прибежища, пратимокши, бодхисаттвы или тантры, или даже Восемь обетов Махаяны. Является ли этот человек мирянином или монахом, тибетцем или жителем Запада, мужчиной или женщиной, вы должны принять его в качестве своего гуру. Если во время церемонии дарования обетов вы делаете визуализации, значит, вы создали с этим человеком связь в Дхарме, даже если в это время у вас не было и мысли о создании отношений гуру-ученик.

Что касается обетов и посвящений, которые вы уже приняли и, из-за отсутствия понимания ламрима, не сочли этого человека своим гуру, вам следует почитать этих учителей как своих гуру, потому что вы создали с ними связь в Дхарме. Возможно, вы не знали важные положения этой практики преданности гуру, но если приняли от кого-то Восемь обетов Махаяны или любые другие обеты, которые все основаны на Прибежище, я полагаю, вам необходимо считать этого человека своим гуру.

Как я уже объяснял, вначале можно слушать учения, не принимая учителя как гуру, но не думаю, что то же самое относится к принятию обетов или посвящений. Вряд ли кто-то из подлинных лам скажет, что можно принять полное посвящение от кого-то, не считая его своим гуру; и вряд ли они признают это в отношении любого из обетов.

Приняв монашеское посвящение гелонга или гецула, вы должны считать своим гуру не только настоятеля, но также и *лопёна*, который собственно передаёт обеты. Если вы приняли посвящение гелонга, вам надо считать своими гуру как *лекьи лопёна*, который передаёт гелонгам двадцать одну часть наставлений (хотя иногда это делает сам настоятель), так и *сангдён лопёна*, который за пределами помещения задаёт вам вопросы о том, нет ли у вас определённых болезней, и даёт советы.

Когда я принимал посвящение гелонга, настоятелем был Его Святейшество Линг Ринпоче; лопёном был Его Святейшество Серконг Ценшаб Ринпоче, а ведущий молитв в тибетском храме в Бодхгайе, очень хороший пожилой монах, был сангдён лопёном.

Некоторые геше говорят, что нужно считать своим гуру

даже монаха, читающего сутру во время соджонга, поскольку его просят провести эту молитву как представителя Гуру Будды Шакьямуни, но такой человек обычно не должен считаться вашим учителем.

Если вы получаете устную передачу даже одной строфы молитвы или одной мантры, человек, который вам это передаёт, также становится вашим благим другом: не потому, что вы просто услышали эту передачу, но потому, что вы её приняли, чтобы получить благословение.

В противном случае это означало бы, что мы можем достичь просветления без гуру, а это невозможно. Это означало бы, что мы можем достичь свершений ламрима и прозрений пути тантры, не нуждаясь в гуру, который даёт нам посвящения и обеты. Но никто ещё не достигал просветления таким образом.

Строго говоря, нужно считать своим благим другом даже того, кто обучает нас мудрам, о которых говорится в тантрических практиках, или способу рисования мандал. В монастырях Тибета строгие практики ламрима обучаются таким вещам только у того, с кем они хотят создать связь в Дхарме. Однако можно обсуждать это просто по-дружески, без формального признания отношений гуру-ученик.

Стоит ли считать учителя азбуки своим гуру?

Тибетцы по традиции считают человека, который обучил их азбуке, своим гуру. Например, я включаю в число своих гуру обоих учителей азбуки, которые уже давно скончались. Оба они были моими дядьями, и оба в то время были полностью посвящёнными монахами. У меня было два учителя азбуки, поскольку я был непослушным.

Дядя, который первым научил меня азбуке, Нгаванг Лекше, жил в монастыре Тхангме, совсем рядом с моим домом. Я много капризничал и плохо учился. Думаю, я понял азбуку, кроме одного слога, который мне не давался. Я был подобен архату Чудапантхаке или «Малому пути», который никак не мог запомнить два слога – «си» и «дам». Когда он выучивал «си», то забывал «дам», а когда выучивал «дам», забывал «си»³². Мой учитель обычно преподавал мне азбуку во дворе, и когда он заходил в нашу комнату, чтобы приготовить еду, я вырывал из текста букву, которую мне было сложно запомнить.

Когда моя мать отдала меня в монастырь, я часто сбегал

оттуда домой. Через день или два мать опять отправляла меня с кем-нибудь в монастырь, и этот человек обычно тащил меня на холм на своих плечах. Через пару дней я снова убегал. Когда мой учитель после урока азбуки заходил в нашу комнату, чтобы приготовить еду, я мчался домой. Наверное, всё дело в том, что дома я всё время играл, и больше ничего не делал.

Дома у меня были друзья по играм. Один из моих лучших друзей, с которым я играл каждый день, был немым, и там было ещё несколько детей. Мы играли на поле, где был ещё и водоём, и шли домой, когда моя мать кричала из окна, что обед готов. Мы возвращались, чтобы пообедать.

Много раз во время игры я взгромождался на высокое сиденье и притворялся ламой, а друзья изображали моих учеников или благодетелей. Около нашего дома находилась большая скала с вырезанными на ней мантрами, и я садился немного повыше, у подножия скалы, и притворялся, что даю друзьям посвящения, прикладывая к их головам различные предметы. Тогда мы не знали никаких молитв и просто издавали звуки. Тот, кто изображал благодетеля, делал подношение пищи, смешав землю с водой и поместив это «угощение» на небольшой кусочек плоского камня. Так мы воображали, что совершаем пуджи и тому подобное.

Однажды, когда вся земля была покрыта снегом, я играл во дворе, дуя в полое растение и притворяясь, что играю на трубе во время пуджи. Тогда у меня возникла мысль сбежать от своего учителя. Я побежал под гору. В то время на мне были штаны, которые мне дала моя мать. До этого у меня не было штанов, а те были сшиты из цельного куска очень дешёвого хлопка, вроде того, из чего делают молитвенные флажки, выкрашенного в красный цвет: в былые времена в Солу Кхумбу было очень трудно найти хорошую ткань. Внутри, в том месте, где соприкасались верхняя и нижняя часть, было много вшей и их яиц.

Я не знал, как снять эти штаны, чтобы сходить в туалет. Поэтому в тот день, когда я сбежал из монастыря и добежал до дома матери, я пришёл с какашками в штанах. Когда я явился, мать была на улице с какими-то людьми. Она сняла с меня всю одежду и всё постирала.

Поскольку монастырь находился рядом с моим домом и я постоянно оттуда сбегал через несколько дней, моя мать отправила меня в другую часть Солу Кумбу, Ролвалинг, уединённое

место, до которого можно добраться только перейдя через опасные снежные горы. Вспоминая об этом сейчас, я понимаю, что она была ко мне очень добра.

Я прожил в Ролвалинге, где находится множество святых мест Падмасамбхавы, семь лет, со своим вторым учителем азбуки, Аку (что означает «дядя») Нгавангом Гендуном, и он научил меня чтению. Мы вставали на рассвете, читали молитвы, а затем тексты. Однажды нам пришлось много раз прочитать «Сутру алмазного резака». Иногда мы целиком читали «Стотысячную сутру праджняпарамиты» ради благодетелей, которые нас об этом просили.

За исключением принятия пищи или когда я выходил, чтобы справиться малую нужду, я почти весь день читал тексты. Мы читали их всё время после полудня и заканчивали только незадолго до заката. Однажды, когда я подумал, что мой учитель ушёл куда-то далеко, я перестал читать и просто переворачивал страницы. Десять или пятнадцать минут спустя он вернулся, понял, что я ничего не читал, а просто сидел и играл, и побил меня. Обычно учеников били сухими бамбуковыми палками, но когда мой учитель ударил меня по голове бамбуковой палкой, она разлетелась на кусочки. Затем он отшлёпал меня по ягодицам и всему телу.

Я не помню, что натворил, но однажды, когда шёл дождь, он заставил меня раздеться и приложиться ртом к воде, накопившейся на плоских камнях во дворе. В другой раз (опять не помню, что я натворил), учитель вывел меня на улицу и натёр мою спину крапивой. Не припомню, чтобы я от этого чувствовал боль или страдал.

Как бы то ни было, вспоминая те годы, я считаю, что получил невероятное очищение благодаря своему учителю, который заставлял меня читать все эти тексты и избивал меня. Даже хотя я не понимал смысла писаний, я убеждён, что повторение этих текстов месяцами оставило благие отпечатки в потоке моего ума. Полагаю, что милостью этих учителей, которые, когда я был ребёнком, вынуждали меня читать тексты и тем самым закладывали благие отпечатки, и благодаря их побоям, я очистил много тяжкой неблагой кармы.

Западные ученики спрашивали, существует ли разница между изучением английского и тибетского алфавитов. В Тибете ученики считали своих учителей азбуки благими друзья-

ми, поскольку учитель обычно обучал алфавиту так, чтобы ученики могли освоить Дхарму – и такой же была мотивация ученика, который хотел выучить алфавит. Как правило, с обеих сторон существовала мотивация освоения Дхармы. Это отличается от изучения алфавита в западной школе, но если вы выучите тибетский алфавит с намерением освоить Дхарму, полагаю, вам нужно считать своего тибетского учителя своим гуру.

Должны ли вы воспринимать учителя, который научил вас азбуке, своим гуру и визуализировать его в поле заслуг? Согласно определению ламы Еше, человек, который обучает вас алфавиту, становится вашим гуру, если вы изучаете его с целью практики Дхармы. Я думаю, не нужно визуализировать в поле заслуг учителя, который научил вас английскому алфавиту, потому что он делал это не для того, чтобы вы смогли практиковать Дхарму. Конечно, нет ничего плохого в том, чтобы воспринимать вашу мать, отца, педагога или другого человека, обучившего вас алфавиту, как своего гуру. Это полезно.

Когда мы жили в Буксе, этот вопрос обсуждался в отношении двух тамошних школ, где некоторые монахи начали изучать английский язык и хинди. Там собрались трое учителей: тибетец, похожий на китайца, который обучал английскому юных лам-перерожденцев и монахов, индийский владелец магазина и ладакский монах. В то время была затронута тема о том, считать ли этих учителей, которые обучали английскому алфавиту и алфавиту хинди, своими гуру. Согласно объяснению ламы Еше, нам не нужно было признавать их как гуру, потому что мы изучали английский и хинди не ради Дхармы.

Важность визуализации каждого гуру

Поскольку правильное вверение себя благому другу является корнем всего пути к просветлению, мы должны как следует поддерживать отношения со всеми гуру, с которыми создали прямую связь в Дхарме. Когда мы выполняем неверную практику по отношению даже к одному из наших гуру, даже хотя все остальные гуру нами довольны, если мы не изменим мышление и не раскаемся в своих ошибках, мы ничего не достигнем на духовном пути, сколько бы ни медитировали.

Очень важно иметь хорошие отношения с каждым из наших гуру и выполнять правильную практику. Если мы как следует практикуем преданность только по отношению к тем гуру,

которые нам нравятся, и игнорируем тех, кто нам несимпатичен, либо наша практика по отношению к ним неверна, мы никак не сможем усмирить свой ум и достичь свершений на пути, сколько бы ни практиковали и ни уходили в затворничество. Если мы не включаем гуру в нашу визуализацию, потому что он нам не нравится или мы не можем с ним общаться, у нас нет возможности развить преданность по отношению к этому человеку, и, сколько бы мы ни испытывали преданности другим гуру, в нашем уме ничего не изменится. Мы должны помнить, сколько у нас гуру, и визуализировать всех гуру, с которыми создали связь в Дхарме, когда медитируем на гуру-йогу в ламриме либо на «Шестиразовую Гуру-йогу», «Гуру-йогу ламы Цонкапы» или на «Гуру-пуджу».

Как упоминается в учениях ламрим, если кто-то нас спрашивает, сколько денег у нас в кошельке, мы сразу же даём точный ответ, но если нас спросят, сколько у нас гуру, мы не сможем ответить с той же уверенностью. Дело в том, что мы всегда считаем свои деньги и заботимся о них больше, чем о гуру. Если мы забываем о том, сколько у нас гуру, значит, не уделили особого внимания практике, которая является корнем пути к просветлению.

Если мы не включаем в свою визуализацию даже одного гуру, с которым у нас есть связь в Дхарме, сколько бы мы ни практиковали, ни обучались и ни предавались затворничеству, мы не сможем по-настоящему усмирить свой ум или достичь свершений на пути. Очень важно никого не исключать, иначе мы не сможем развивать свой ум. Нам нельзя забывать даже о гуру, которые дали нам устную передачу строфы учения или мантры, не говоря уже о тех, кто даровал нам обеты и посвящения.

Важность визуализации каждого гуру иллюстрирует история Друбкханга Гелека Гьяцо, высокого ламы линии преемственности ламрима, который написал множество обширных писаний по сутре и тантре. Жизнеописание Дже Друбкхангпы, в котором объясняется, как он практиковал ламрим, особенно бодхичитту, является очень интересным и вдохновляющим. Пещера, в которой он много лет провёл в медитации, находится высоко на горе над монастырём Сера в Тибете.

Когда Дже Друбкхангпа начал медитировать на ламрим, он провёл в медитации много лет, но ничего не произошло. У него не было ни изменений в уме, ни прозрений. Он подумал, что,

видимо, в его практике чего-то не хватает, и пошёл попросить совета у своего коренного гуру.

Его гуру сказал: «Когда ты визуализируешь поле заслуг, не забываешь ли ты о ком-то, с кем создал связь в Дхарме? Ступай и проверь, не исключаешь ли ты из визуализации какого-либо из своих гуру».

Задумавшись, Дже Друбкхангпа понял, что забыл об учителе, который обучил его азбуке, когда он был ещё маленьким ребёнком и жил дома. Дже Друбкхангпа считал этого учителя азбуки, монаха, который позже нарушил свои обеты, злым и жестоким человеком. Поскольку Дже Друбкхангпе не нравился этот учитель, ему было трудно развить преданность ему, и он не визуализировал его среди других своих учителей, которых представлял в поле заслуг.

Когда Дже Друбкхангпа вернулся к своему гуру и объяснил ему всё это, его гуру сказал: «Вот в чём проблема. Именно поэтому за все эти годы ты ничего не достиг! Теперь ты должен совершенно изменить своё отношение к этому человеку и медитировать на него как на своего коренного гуру, представляя его в центре поля заслуг. Визуализируй его как Ламу Лосанга Тхубванга Дордже Чанга³³, основную фигуру поля заслуг. Пока у тебя не появится преданность, считай его сущностью всего поля заслуг».

Как только Дже Друбкхангпа начал заниматься такой медитацией, всё изменилось. У него стала рождаться преданность этому учителю, а затем, одно за другим, на него дождём полились свершения и прозрения.

История Дже Друбкхангпы является для нас великим учением, показывая нам, как важно не исключать ни одного гуру из нашей визуализации поля заслуг, чтобы мы породили в себе преданность всем нашим гуру. Если мы применяли методы интенсивного очищения и накопления обширных заслуг, а также провели много затворничеств, но в нашем уме ничего не изменилось, это означает, что что-то идёт не так: в нашей практике чего-то не хватает. Тогда нам необходимо проверить нашу практику преданности гуру. Возможно, мы не проанализировали, как следует, сколько у нас гуру, и забыли об одном из них либо не придали значения тяжкой неблагоприятной карме, которую создали по отношению к тем или иным гуру. Если мы поняли, что забыли об одном из гуру, нам нужно изменить ситуацию,

усердствуя в развитии преданности этому гуру. Иначе ничего не произойдёт: наше слушание, размышление и медитация не принесут успеха в преображении нашего ума в путь ламрим.

Мы должны помнить всех людей, с кем создали отношения гуру-ученик, и визуализировать их всех в поле заслуг, даже тех, в отношении кого мы в прошлом совершили ошибки и создали дурную карму, нарушив самайи, отказавшись от общения и т.п. Теперь нам следует изменить свой подход к этим людям и, рассматривая каждого из них как воплощение нашего собственного божества или Будды Шакьямуни, правильно вверить им себя в мыслях и на деле.

Мы должны чувствовать, что все наши гуру по сути равны и отличаются лишь внешне. Это один из приёмов медитации для развития преданности гуру. В некоторых своих гуру мы не замечаем обилия недостатков и сильно им преданы; однако нам может быть трудно породить в себе преданность одному или двум гуру, поскольку мы видим их полными несовершенств.

Как объяснял Качен Еше Гьялцен, способ развития преданности такому гуру – думать, что он является воплощением гуру, к которому вы испытываете наибольшую преданность и в котором не видите недостатков. После того как вы начнёте воспринимать этого гуру как будду, вы осознаёте, что другие ваши гуру – проявления этого гуру.

Если мы хотим достичь просветления быстро, то должны знать важные положения практики гуру-йога, такие как необходимость визуализировать наших гуру. Непонимание того как практиковать или совершение ошибок в практике воспрепятствует нашим духовным свершениям.

Сколько у нас должно быть гуру?

Нет необходимости иметь только одного гуру, словно одного друга или одну подружку. Жители Запада иногда думают, что у них может быть только один гуру, а не много. Или же они получают посвящения и учения, но по-прежнему считают, что не встретили своего гуру. Это ошибка.

У вас может быть много гуру или же можно довольствоваться одним гуру. Это зависит от того, насколько хорошо вы способны практиковать преданность гуру. Лама Атиша, у которого было 152 гуру, говаривал, что ни разу не сделал ничего, что было бы вопреки желаниям этих гуру. Тот, у кого достаточно

заслуг и кто знает, как практиковать гуру-йогу, может иметь сотни, миллионы или миллиарды благих друзей. Нет никакой опасности в том, чтобы такой человек считал кого-то своим благим другом. Кадампинский геше Сунгпува во время паломничества из Кхама в Лхасу получал наставления у всех, кто попадался ему по пути и давал учения. Если на обочине дороги собиралась толпа народа, чтобы получить у кого-то учения, геше Сунгпува тоже там был, слушал учение и после этого считал данного человека своим гуру. С другой стороны, у Ра Лоцавы и Дромтонпы было очень мало гуру.

Ведутся дебаты о том, мудрее ли иметь меньше гуру или больше. Вывод состоит в том, что, если вы способны как следует практиковать преданность гуру, то можете вверить себя любому человеку, который даёт вам учение, и у вас могут быть сотни гуру без каких-либо проблем. Но если для вас это невозможно, лучше иметь меньше гуру, чтобы создавать меньше неблагодой кармы, ведь чем больше у вас гуру, тем больше может оказаться и препятствий. Вы создадите связь в Дхарме с одним человеком, а затем подумаете о нём плохо; затем вверите себя другому благому другу, и опять у вас возникнут о нём дурные мысли. У некоторых людей бывает так, что чем больше у них гуру, тем больше и препятствий для достижения просветления.

Если вам трудно практиковать преданность гуру, вы должны создавать связь в Дхарме только с теми учителями, по отношению к которым способны хранить преданность. Имея меньше гуру, вы создадите меньше препятствий счастью в будущих жизнях, вплоть до просветления. В целом всё зависит от ваших собственных способностей, от вашего собственного ума. Если вы очень предвзяты и склонны обращать внимание на недостатки, а не на достоинства, то должны быть осторожны.

Есть поговорка, что, если не можешь практиковать преданность гуру, накопишь столько загрязнений, сколько у тебя гуру. Но есть и преимущества в том, чтобы иметь много гуру: если у одного гуру нет передачи определённого учения или посвящения, в которых вы нуждаетесь, чтобы принести благо себе или другим, вы можете получить это от другого гуру. Так вы обретёте все учения.

Неплохо намереваться иметь только одного гуру в жизни, но, возможно, вам не удастся всегда находиться рядом с этим

гуру и у него может не быть времени на то, чтобы вас учить. Если вы не найдёте других гуру для обучения, ваше понимание будет развиваться гораздо медленнее.

В целом, вне зависимости от того, один ли у вас гуру или сотня, то, насколько быстро вы породите истинное постижение Дхармы и прозрения на пути, зависит от вашей личной искренности и практики.

Кто такой коренной гуру?

Что касается коренного гуру, то любого, от кого вы напрямую получили учения, можно назвать коренным или непосредственным гуру, в то время как ламы линии преемственности являются косвенными гуру.

Однако понятие «коренной гуру» обычно определяется следующим образом: это тот гуру, который принёс больше всего блага вашему уму, тот, кто наилучшим образом обратил ваш ум к Дхарме.

Не обязательно иметь только одного коренного гуру; у вас их может быть больше. Лама Атиша, например, из своих 152 гуру пять считал своими коренными гуру, включая ламу Суварнадвипи и Дхармаракшиту. Лама Суварнадвипи был гуру, от которого лама Атиша получил полное учение о бодхичите за двенадцать лет и в чьём присутствии лама Атиша породил бодхичитту. Каждый раз, когда при нём произносили святое имя ламы Суварнадвипи, лама Атиша, в силу своей преданности, немедленно поднимался со своего сиденья и, со слезами на глазах, складывал ладони на макушке в знак простирания.

Если вы выполняете практику тантрического божества, лама, которого вы визуализируете в *садхане* в качестве коренного гуру, – это тот, от кого вы получили посвящение этого божества. Если вы получили одно и то же посвящение от многих лам, выбирайте того из них, кто принёс больше всего блага вашему уму. Опять же, у вас может быть не только один коренной гуру, а больше.

Мы должны медитировать и постигать, что коренной гуру неотделим от других наших гуру. Коренной гуру един со всеми нашими остальными гуру, и все наши другие гуру являются воплощениями нашего коренного гуру, того, кто принёс нам больше всего пользы. Подобная медитация помогает нам породить точно такую же сильную преданность всем нашим

гуру, особенно тем из нас, кому трудно испытать преданность к какому-то гуру. Медитируя таким образом, мы пресекаем мысли о недостатках, замеченных у этих благих друзей; ведь подобные мысли являются тяжелейшим препятствием развитию нашего ума на пути к просветлению. Если мы способны воспринимать всех наших других гуру так же, как коренного гуру, и породить в себе такую же сильную преданность ко всем из них, у нас не будет препятствий в духовных свершениях. Постижения на пути к просветлению оросят нас, словно благодатный дождь.

Перед тем, как мы решим вверить себя кому-то, нам нужно быть очень осторожными. С самого начала мы должны исследовать или проверять этого человека, прежде чем примем решение вверить ему себя как благому другу. Однако когда связь в Дхарме установлена, исследованиям приходит конец: после этого продолжать исследовать – уже ошибка. Как только мы создаём связь в Дхарме, нам нужно относиться к этому человеку совершенно по-новому, с убеждённой уверенностью в том, что он Гуру Будда Шакьямуни или божество, практику которого мы выполняем. После того как мы установили отношения гуру-ученик, мы должны правильно вверить себя благому другу, как это объяснил Будда в учениях сутры и тантры. В случае практики тантры мы выполняем особую гуру-йогу, разъяснённую в тантре.

В целом, когда создаётся связь в Дхарме, за это ответственны обе стороны. Учитель отвечает за руководство учеником, и, после создания связи в Дхарме, ученик обязан правильно вверить себя духовному другу. Как только мы создали связь в Дхарме, получая учение с осознанием того, что этот человек – ваш гуру, а вы его ученик, нам нужно жить дальше с совершенно новым отношением к этому человеку, а не с прежними мыслями. Мы должны его воспринимать совершенно по-другому: его следует считать буддой. Даже если раньше мы замечали в этом человеке недостатки, с момента создания связи в Дхарме необходимо изменить к нему своё отношение. Мы с самого начала должны решить, что, во что бы то ни стало, будем преданы этому человеку как гуру. Нам нужно изменить своё мышление и начать воспринимать его как будду. Таким образом, поток нашего ума будет защищён от неблагодатной кармы и загрязнений, вызванных нарушениями самайи. Иначе мы

себя погубим. Мы будем ежедневно превращать свою жизнь в сплошной ад.

Как только мы прослушали учения с осознанием того, что тот, кто нам их передал, – наш благой друг, не важно, мирянин он или монах, мужчина или женщина, – мы ни в коем случае не имеем право передумать. То есть, не должно быть так, что, пока этот человек с нами любезен и нам нравится, мы считаем его своим благим другом, а если он перестанет нас ублажать, мы откажемся от него как от гуру.

Будьте осторожны в начале, поскольку, когда отношения уже созданы, ничего изменить будет нельзя, если только гуру не даст вам разрешение больше не считать его вашим учителем. Когда отношения уже созданы, нет кармы тяжелее, чем отказ от гуру как от объекта преданности. Такая карма гораздо хуже, чем совершение пяти тяжелейших злодеяний. Это самая тяжкая из всех неблагих карм.

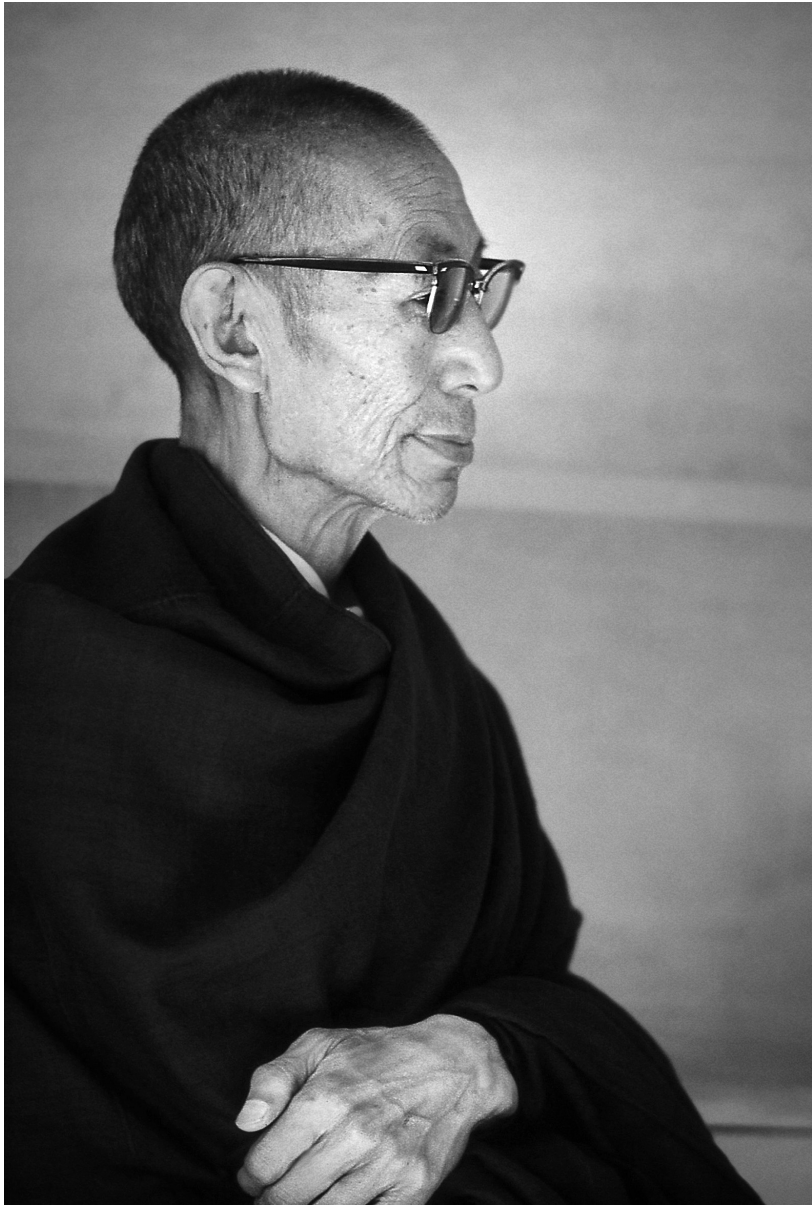
Подобное применимо в том случае, когда созданы отношения гуру-ученик, вне зависимости от того, приняли ли мы тантрическое посвящение от этого человека – хотя я уверен, что неблагая карма будет более тяжкой, если этот человек является нашим ваджрным гуру. Также, если мы даже не принимали тантрическое посвящение от ламы, от которого отказались, и если принимали посвящение от других лам, нам нужно соблюдать тантрические обеты, и мы должны быть очень бдительны, чтобы не накопить тяжкую неблаговую карму совершения первого коренного падения тантры³⁴, которое считается наихудшим. Иначе, сколько бы кальп мы ни практиковали махамудру или другие тайные, глубокие пути, практика не приведёт ни к каким результатам. Нам будет крайне сложно развивать свой ум, если мы совершим ошибку в этом важном положении практики преданности гуру.

Мы должны чётко себе представлять, что намереемся делать, с самого начала, чтобы позже у нас не возникло сумятицы или проблем. Как обычно говорил лама Еше, нам всё должно быть «кристально ясно». Мы должны отчётливо понимать, как собираемся изучать Дхарму – либо с гуру, либо как студенты в университете. Иначе, если у нас нет этой кристально чистой ясности в начале, перед тем, как мы создадим связь в Дхарме, позже мы рискуем создать много неблаговой кармы. Когда через какое-то время у нас начнутся проблемы, мы будем

подобны слону, увязшему в болоте. Мы уже накопим столько дурной кармы, что нам будет трудно очистить её до конца.

Если у нас нет ясного понимания самого корня пути к просветлению, самого корня всех духовных свершений, сколько бы мы ни изучали или постигали Дхарму, будет тяжело завершить практику и испытать путь на собственном опыте. Если это положение для нас по-прежнему неясно, наша жизнь превратится в хаос.

Я решил упомянуть об этих вещах, о том, кого считать своим гуру, поскольку это может помочь людям, неуверенным в практике преданности гуру, лучше понять их прошлые и будущие отношения с учителями.



(На фото – Его Святейшество Триджанг Ринпоче, Джхарамсала, Индия, 1971 г. Фотография Фреда Вон Аллмена.)

7. ПРЕИМУЩЕСТВА ПРАВИЛЬНОГО ВВЕРЕНИЯ СЕБЯ ГУРУ



Как только мы нашли гуру, способного открыть нам безошибочный путь, крайне важно безупречно следовать его советам. Все положения о том, как вверить себя гуру, которые объясняются в сутрах, можно суммировать в четырёх пунктах:

- 1) преимущества правильного вверения себя гуру;
- 2) ущерб от невверения себя гуру или неверного вверения (глава 8);
- 3) как вверить себя гуру в мыслях (главы 9–14);
- 4) как вверить себя гуру на деле (глава 15).

Эти ключевые медитации на преданность гуру изложены в «Освобождении на вашей ладони» и в «Большом руководстве к этапам пути пробуждения».

Существуют восемь преимуществ правильного вверения себя гуру и восемь недостатков отсутствия гуру или неверного ему вверения. Если у нас нет гуру, нет и кармической причины достичь просветления и нам не удастся испытать восемь преимуществ правильного вверения. Отсутствие гуру – это само по себе недостаток, но существуют и восемь ущербов от неверного вверения гуру.

В «Сущности нектара» говорится:

Преданность в мыслях и на деле

Святым благим друзьям, открывающим нам

Безупречный, безошибочный, высший путь к просветлению,

Приносит невообразимые блага.

1. Преимущества правильного вверения себя гуру

В первой теме медитации объясняются великие блага или преимущества правильного вверения себя благому другу, которые суммируются в восьми положениях:

- 1) мы приближаемся к просветлению;
- 2) мы радуем всех будд;
- 3) нам не причинят вред мары и дурные друзья;
- 4) все наши омрачения и неблагое действия сами собой прекратятся;
- 5) все наши свершения на путях и уровнях совершенствования [бхуми] возрастают;
- 6) у нас никогда не будет недостатка в благих друзьях во всех наших будущих жизнях;
- 7) мы не падём в низшие миры;
- 8) мы без усилий достигнем исполнения всех наших временных и абсолютных желаний.

1. Мы приближаемся к просветлению

Когда мы медитируем на преимущества преданности гуру, первое из них состоит в том, что мы приближаемся к просветлению. Это первое преимущество делится на две части:

- а) мы приближаемся к просветлению, практикуя советы нашего гуру;
- б) мы приближаемся к просветлению, делая подношения гуру и ему прислуживая

Каждый раз, когда мы следуем любому совету нашего гуру, включая соблюдение обетов, выполнение практики Дхармы или служение другим, мы приближаемся к просветлению. Каждый раз, когда мы исполняем наказания, мы приближаемся к просветлению. И то же самое происходит с каждым подношением, которое мы делаем гуру, с каждым нашим служением ему. Мы становимся ближе к просветлению каждый раз, когда слушаемся советов гуру, делаем подношения или ему служим, потому что тем самым мы совершаем самое мощное очищение и накапливаем самые большие заслуги. Тогда уровень развития нашего ума постоянно возрастает и мы становимся всё ближе и ближе к просветлению или к гуру – это, на самом деле, одно и то же, поскольку мы приближаемся к абсолютному гуру, Дхармакае. Мы должны осознавать в своей повседневной жизни эти два способа приближения к просветлению.

- а). Мы приближаемся к просветлению, следуя советам нашего гуру

Без гуру мы не сможем покончить с сансарой. Если мы никогда не встретимся с гуру, не достигнем и просветления. Но если мы вверим себя гуру, указывающему нам безупречный путь, наша собственная сансара, хотя она безначальна, может закончиться. Встретившись с гуру и следуя его советам, мы быстро достигнем просветления.

Если мы идём по пути Парамитаяны, который открывает нам гуру, мы можем достичь просветления быстрее, чем слушающие (*шраваки*) и самостоятельно постигающие (*пратьекабудды*)³⁵, последователи пути Хинаяны. Практикуя учения тантр Действия, Поведения и Йоги, которые даёт нам гуру, мы можем достичь просветления быстрее, чем на пути Парамитаяны. А практикуя путь Высшей Йога-тантры, раскрытый для нас гуру, мы способны достичь просветления невероятно быстро, за одну короткую жизнь этой эпохи упадка – гораздо быстрее, чем в случае практики низших тантр.

Гуру-йога является самым сердцем пути Высшей Йога-тантры. Как сказал Манджушри ламе Цонкапе, тантрическая практика особенно основана на таком почитании гуру, что он ценнее собственной жизни. Охраняя практику гуру-йоги и ценя её больше своей жизни, мы сумеем достичь просветления за несколько лет, как великий йогин Миларепа, царь Индрабхути, Гьялва Энсапа и многие другие.

Причина, по которой у нас есть обязательство читать «Шестиразовую Гуру-йогу» после получения посвящения в Высшую Йога-тантру, состоит в том, что без гуру-йоги ничего не работает. Основным фактором, превращающим тантрический путь в быстрый путь к просветлению, является гуру-йога, то есть забота о наших гуру важнее, чем о собственной жизни.

В «Сущности нектара» говорится:

Преданность в мыслях и на деле

Святым благим друзьям, открывающим нам

Безупречный, безошибочный, высший путь к просветлению,

Приносит невообразимые блага.

В строфе о простираниях из «Шестиразовой Гуру-йоги» также сказано:

Поклоняюсь твоим лotosовым стопам, мой гуру, подобный

драгоценности, чья доброта мгновенно дарует мне великое блаженство!

Это подобно описанию доброты гуру в сокращённой молитве «Призывание Гуру издалека»:

Великолепный и славный гуру, драгоценность исполнения желаний (см. Приложение 2).

Драгоценность, упомянутая в строфе из «Шестиразовой Гуру-йоги», также является драгоценностью исполнения всех желаний. Гуру уподобляется драгоценности, исполняющей все желания, поскольку в мире нет ничего дороже. Это не совсем равноценный пример, но именно этот феномен в материальном мире даёт нам представление о том, как гуру исполняет наши желания о счастье, вплоть до просветления.

Благодаря доброте гуру, обучившего нас Дхарме, мы обретаем великое блаженство Дхармакаи или просветления, и даже оно нам даётся мгновенно. Почему здесь употребляется слово «мгновенно»? Если мы достигнем просветления за одну короткую жизнь в эту эпоху упадка, это всё равно, что достичь его мгновенно, по сравнению с невероятно долгой жизнью в мире богов или в аду. Продолжительность дня отличается в мирах людей, богов и в адах. Например, одно утро в мире богов Тушита равняется пятидесяти годам в мире людей. И чем выше мир богов, тем дольше там день. Жизненный срок богов мира желаний – мирских богов, обитающих на разных уровнях горы Меру – таких как Четыре охранителя, длится пятьсот лет, а это равнозначно девяти миллионам человеческих лет. Даже если бы на достижение просветления у нас ушло девять миллионов человеческих лет, с точки зрения богов мира желаний это было сродни тому, что достичь его только за одну жизнь. Мы считаем, что это очень долгое время для достижения просветления, но по сравнению с длительностью их жизни это крайне мало.

Несмотря на то, что жизненный срок существа в раю Тридцати трёх, высшем мире богов мира желаний, очень долог, он кажется весьма коротким по сравнению с жизнью существа в первом горячем аду – Постоянного возрождения. Что касается восьми горячих адв, то чем ниже ад, тем дольше в нём живут существа. Наибольшая продолжительность жизни в восьмом горячем аду, аду Неистощимого страдания, составляет

одну промежуточную кальпу. Сколько длится одна промежуточная кальпа? Одна великая кальпа состоит из двадцати промежуточных кальп, а в истории мировой системы существуют четыре великие кальпы: одну кальпу занимает эволюция; вторую кальпу – существование мировой системы; третью кальпу – её разрушение; и четвертую кальпу – период пустоты, когда всё уже исчезло.

Согласно длительности времени в самом низшем горячем аду, аду Неистощимого страдания, если на достижение просветления уйдут многие миллионы или даже миллиарды лет, это будет очень кратким периодом. Один день жизни существ даже в первом горячем аду, аду Постоянного возрождения, равняется девяти миллионам человеческих лет. Итак, даже если бы на достижение просветления, согласно временным рамкам в аду Постоянного возрождения, у нас ушло девять миллионов лет, мы бы достигли просветления за один день. А для существ в аду Неистощимого страдания это было бы как одно мгновение. Даже если бы на достижение просветления нам потребовались миллиарды или триллионы лет, согласно временным рамкам этих существ мы бы достигли его за миг.

Однако нам не стоит рассуждать о жизненном сроке в различных мирах ада или богов – достаточно задуматься о безначальности нашей собственной сансары. Это также подобно мгновению в сравнении с нашей безначальной сансарой ранее или в дальнейшем, пока эта сансара не кончится. Нам скучно тратить три бесчисленные великие кальпы на достижение просветления, но если подумать о прошлом, мы вращались и страдали в сансаре с безначальных времён. У нашего страдания в сансаре нет начала. Даже если на достижение просветления у нас уйдут сотни или сотни миллиардов бесконечных великих кальп, это ничто по сравнению с нашими безначальными перерождениями в сансаре. Даже если нам потребуются три безграничные великие кальпы на достижение просветления, это будет, учитывая наше безначальное страдание в сансаре, подобно мгновенному просветлению.

Даже если мы не достигнем просветления в этой жизни и это займёт двадцать или тридцать жизней, это ничто по сравнению с продолжительностью жизни в мирах ада или богов, с периодом времени, который архаты проводят в нирване перед вступ-

лением на путь Махаяны и достижением просветления или с длительностью нашего пребывания в безначальной сансаре.

Также, как упоминается в первой из строф поклонения в «Гуру-пудже»,

*О Гуру, единый с Ваджрадхарой,
Чьё сострадание мгновенно дарует
Высшее достоинство Трёх Тел великого блаженства,
Лотосам стоп твоего драгоценного тела поклоняюсь!*¹³⁶

Гуру объяснил нам, как достичь просветления, и если мы тщательно следуем его советам, то, как упомянуто в этой строфе, сострадание гуру, несомненно, может немедленно даровать нам даже «высшее достоинство Трёх Тел великого блаженства». Гуру способен даровать нам то, на что обычно требуется накопление заслуг в течение трёх неисчислимых великих кальп, за одно мгновение, то есть в этой краткой жизни времён упадка.

У нас было много гуру, которые дали нам обеты, посвящения и комментарии и всеми силами старались раскрыть нам как можно больше разнообразных методов сутры и тантры, необходимых для того, чтобы привести нас к просветлению. Если бы мы с самого начала практиковали только то, чему нас обучал каждый гуру, мы уже сейчас достигли бы просветления или, по крайней мере, стадии завершения Высшей Йога-тантры. Но, не говоря уже об обретении Трёх Тел в этой жизни, в нашем уме даже не породилось ни одно прозрение на пути сутры или тантры. Со своей стороны, не воплощая на практике советы наших гуру или неправильно их применяя, мы пытались только ввергнуть себя в низшие миры. Мы сами мешаем себе достичь просветления, высшего состояния Трёх Тел, за один миг.

Спросите себя: «Почему у меня пока нет постижения непостоянства и смерти? Не потому, что мои благие друзья не дали мне учение о непостоянстве и смерти, но лишь потому, что я не практиковал их наставления. Можно забыть о просветлении – я даже пока не постиг непостоянство и смерть и не достиг прозрения в любые другие темы ламрима или тантры. Мои гуру преподали мне самую суть пути, ничего не упустив. Если бы я изначально практиковал именно то, чему они меня учили, я бы

уже достиг просветления или, по крайней мере, высоких свершений в тантре».

В общем, чтобы достичь просветления, следуя пути Парамитаяны, необходимо накапливать заслуги в течение трёх неисчислимых великих кальп. Чтобы перейти от махаянского пути заслуг³⁷ к махаянскому пути видения или к первому бхуми, нужна одна неисчислимая великая кальпа. Переход от пути видения к восьмому бхуми требует ещё одну неисчислимую великую кальпу, а переход от восьмого бхуми к просветлению занимает третью неисчислимую великую кальпу. Если мы в совершенстве следуем гуру, даже осваивая лишь путь сутры и не практикуя тантру, мы всё равно способны осуществить путь очень быстро, как это произошло с бодхисатвой Садапрудитой³⁸. Даже без практики тантры Садапрудита за семь лет накопил заслуги, на что, как правило, требуются две неисчислимые великие кальпы в случае следования пути Парамитаяны. Без практики тантры обычно невозможно создать столько обширных заслуг за такое короткое время. Однако Садапрудита следовал своему гуру, великому бодхисатве Дхармодгате, крайне особенным образом, почитая его больше собственного тела или собственной жизни. Благодаря исключительной преданности гуру он за семь лет достиг путей, которые обычно требуют двух неисчислимых великих кальп.

Ещё до встречи с Дхармодгатой Садапрудита обрёл сосредоточение *непрерывной Дхармы* на великом пути заслуг и поэтому мог видеть бесчисленных будд в форме Нирманакайя. Но даже хотя он видел столько будд, Садапрудите этого было недостаточно; он хотел встретить гуру, с которым у него была кармическая связь в прошлых жизнях. Его постоянно это терзало, и он был так печален, что всё время рыдал. Именно из-за этого его нарекли Садапрудитой, что означает «всё время плачущий».

Садапрудита долго искал своего гуру из прошлых жизней, пока, наконец, его не нашёл. Это был Дхармодгата, и он посвятил себя этому гуру, почитая его больше, чем всех будд. Он следовал Дхармодгате, полностью отказавшись от забот о собственной жизни. Чтобы делать подношения гуру, он без малейших колебаний продал часть своей плоти одному брахману, который на самом деле был воплощением мирского бога Индры.

Вначале, поскольку Дхармодгата находился в строгом затворничестве, Садапрудита не мог его увидеть и попросить у него учений. Садапрудите пришлось ждать семь лет, прежде чем он увидел своего гуру, и в ожидании этого события он убирался в храм, где его гуру проводил затворничество. Убираясь, Садапрудита не заботился о пище или сне, он лишь думал: «Когда я смогу получить учения о совершенстве мудрости из святых уст моего гуру?».

Цня Дхармодгату больше своей жизни, Садапрудита служил ему в течение семи лет.

Когда Дхармодгата завершил своё затворничество, Садапрудита, наконец, увиделся со своим гуру и попросил у него учение. Перед тем как установить для него трон, Садапрудита вымыл место учения. Он хотел разбрызгать на полу воду, чтобы прибить пыль, но воды не оказалось. Мары, которые старались помешать этому учению Дхармы, сделали так, чтобы вся вода в той местности высохла. Тогда Садапрудита порезал свою плоть и оросил место учения собственной кровью, чтобы в нём не было пыли. Затем Садапрудита пригласил Дхармодгату даровать учение.

После того как Дхармодгата даровал Садапрудите Дхарму, тот достиг восьмого бхуми и терпения нерождённой Дхармы³⁹. Садапрудита быстро достиг восьмого бхуми, потому что его практика преданности гуру была несравненной. Он даже был готов пожертвовать собственным телом и жизнью, чтобы правильно верить себя своему благому другу.

Точно так же, даже если мы не практикуем глубокий путь тантры, но безусловно, подобно Садапрудите, следуем благим друзьям, мы тоже сможем быстро завершить накопление заслуг. Поскольку мы встретились не только с тантрой, но и с глубоким путём Высшей Йога-тантры, если мы практикуем гуру-йогу как сердце пути, как это делал Садапрудита, оберегая эту практику как зеницу ока, мы, несомненно, вскоре завершим накопление заслуг, которое обычно занимает три великие кальпы, и достигнем просветления. Это может произойти даже в этой жизни.

Когда мы медитируем на первое преимущество, на приближение к просветлению благодаря практическому применению учений гуру, это нужно связывать с любым действием – ежедневной практикой, затворничеством или служением другим.

Если в повседневной жизни мы всё время – не только в сидячей медитации – исполняем советы гуру, то накапливаем самые большие заслуги, совершаем мощнейшее очищение и так приближаемся к просветлению. Каждый совет, которому мы следуем, ведёт к невероятному очищению, потому что благой друг – самое могущественное существо в нашей жизни. Таким образом соотнося себя с тем, что мы делаем, мы начнём осознавать, что обретаем эти блага, и будем получать удовольствие от своих действий.

Помните все практики и советы, данные вам гуру, и связывайте с ними свою медитацию. Это относится не только к учению об обширном и глубоком путях, но также к каждому полученному вами наставлению о том, как вести себя в повседневной жизни. Помните обо всех обетах, обязательных практиках, мантрах и медитациях. Если гуру даровал вам монашеское посвящение, ежедневное соблюдение этих обетов приближает вас к просветлению. Если ваш гуру передал вам мантры, молитвы или садханы для чтения или практику медитации, каждый раз, когда вы следуете его наставлениям и заняты практикой, вы приближаетесь к просветлению. После получения устной передачи мантры Ченрези вы приближаетесь к просветлению, когда её читаете. Завершая каждую садхану, вы приближаетесь к просветлению. Храня каждую из своих самай, вы приближаетесь к просветлению. Заканчивая каждую предварительную практику, вы приближаетесь к просветлению. Когда вы занимаетесь предварительной практикой уборки в своей комнате, каждое ваше движение, когда вы пылесосите ковёр или подметаете пол, соответствует наставлениям вашего гуру, и потому вы приближаетесь к просветлению.

Если гуру попросил вас работать в Дхарма-центре, например, директором, координатором духовных программ или кем-то ещё, каждый день работы в центре приближает вас к просветлению. Вы становитесь ближе к просветлению с каждой задачей, которую выполняете, поскольку вы это делаете по совету своего гуру. Всё, что вы делаете, является методом достижения просветления. С каждым исполняемым поручением вы уменьшаете свою неблагую карму – причину низших миров – и ваши завесы становятся тоньше, поэтому вы приближаетесь к просветлению. Столько лет, сколько вы делаете

работу, следуя совету гуру, вы становитесь всё ближе к просветлению.

Например, если вы строите дом для Дхарма-центра, с каждым кирпичом, который вы закладываете, и с каждой доской, которую прибываете, вы приближаетесь к просветлению. Сколько бы у вас ни ушло лет на строительство дома, вся ваша работа становится причиной счастья. Это лучшее лекарство для устранения корня болезни и других страданий, поскольку очищает причину страдания – неблагодарную карму. Эта работа приносит самое мощное очищение, и поэтому также является предварительной практикой.

Вспомните великого йогина Миларепу. В жизнеописании Миларепы не написано, что он сделал сотни тысяч подношений мандалы, простираний или каких-либо других предварительных практик. Мы читаем лишь о том, как его били, прогоняли с учений и заставляли заниматься только тяжёлой работой. Много лет не давая Миларепе никаких учений, Марпа заставлял его строить башню и затем трижды её разрушать. Ему приходилось помещать каждый камень туда, где он лежал раньше, и вновь возводить башню. Из-за постоянного ношения камней кожа на спине Миларепы огрубела и покрылась ранами. Его тяжкий труд стал его предварительной практикой⁴⁰.

В повседневной жизни вы приближаетесь к просветлению каждый раз, когда можете исполнить наказ благого друга, каждый раз, когда способны практиковать учения. Если вы осознаёте это преимущество, то видите, что каждый раз, следуя совету гуру, вы создаете невообразимые заслуги. Тогда ваша жизнь становится очень радостной. Со временем, постоянно следуя советам гуру, вы подходите всё ближе к просветлению.

В сутре «Устройство древа», где подробно разъясняется тема преданности гуру, сказано:

Бодхисаттвы, в своей жизни не пренебрегающие словами благого друга, близки к просветлению.

В коренном тантрическом учении также упомянуто:

Если отдаёшь себя в услужение, чтобы порадовать благого друга, он дарует тебе просветление в короткой жизни времён раздоров, хотя иначе тебе было бы трудно достичь просветления даже за десять миллионов кальп. Кому благой друг дарует просветление в этой самой жизни? Вышнему ученику, пылаю-

щему усердием и являющемуся подходящим объектом для усмирения. Лишённые же усердия и не старающиеся практиковать учения, не становятся просветлёнными, и это изъян только ученика.

Просветления достичь трудно, на это может уйти бессчётное количество калып в благие времена, когда продолжительность жизни гораздо больше, а внешних препятствий меньше, чем в эти времена раздоров. Однако просветление может даровать благой друг даже в эту эпоху раздоров, когда жизненный срок меньше ста лет, и процветают пять упадков⁴¹, что создаёт множество препятствий для практики Дхармы.

Великий индийский йогин Падампа Сангье сказал:

Если тебя ведёт гуру, ты можешь попасть, куда пожелаешь.

Поэтому, жители Тингри, относитесь к гуру с преданностью и почтением⁴².

В этой строфе говорится не о достижении какого-то места, а об обретении освобождения и просветления. Если вами руководит гуру, вы сможете достичь, чего захотите, даже всеведения. Но сможете ли вы добраться до желанного для вас пункта предназначения, полностью зависит от того, насколько безусловно вы следуете гуру. Если вы не следуете гуру, он никак не сможет вас вести.

Во времена великого йогина Миларепы Падампа Сангье поселился в Тингри, области Тибета, которая является одним из мест, где люди обычно останавливаются по пути из Непала в Лхасу. Падампа Сангье и Миларепа оба обладали сверхспособностями и, встречаясь во время своих путешествий, иногда друг друга испытывали. Однажды, когда Миларепа знал, что встретится с Падампой Сангье, он явил себя в виде цветка на обочине дороги, чтобы проверить, сможет ли Падампа Сангье его узнать. Падампа Сангье это сделал.

Жители Тингри попросили у Падампы Сангье наставлений, и непосредственно перед своей кончиной он дал им много советов о том, как им следует жить. Выше был приведён один совет из этого текста, который был подобен завещанию Падампы Сангье.

В «Пяти стадиях», тантрическом сочинении о стадии завершения, Нагарджуна также сказал:

Если человек падает с вершины горы, он упадёт даже того не желая. Подобным образом, если благодаря доброте гуру получаешь благо от одной устной передачи, то, даже не желая достичь освобождения, его достигнешь.

б). Мы приближаемся к просветлению, делая подношения гуру и ему прислуживая

Мы становимся ближе к просветлению, не только следуя советам, полученным от нашего гуру, но даже делая ему подношения, проявляя к нему почтение и ему прислуживая, как об этом повествуется в историях о Садапрарудите, Миларепе и кадампинском геше Толунгпе. Это происходит потому, что для достижения просветления нам нужно накопить обширные заслуги, а высшее поле заслуг – благой друг. В первой строфе молитвы ламрима в «Гуру-пудже» гуру именуется высшим полем заслуг. Делая своему гуру подношения, мы за мгновение накапливаем обширные заслуги, которые иначе можно обрести только за невысказанное количество кальп. Поэтому у нас есть возможность достичь просветления в этой самой жизни. Это происходит в силу доброты гуру.

Что касается полей заслуг, то, как я уже объяснял, совершением подношений своим родителям мы накапливаем больше заслуг, чем делая подношения другим обычным людям, а подношениями обычной Сангхе, монахам и монахиням, – больше, чем делая подношения родителям. Соответственно, создаются всё бульщие заслуги при совершении подношений архатам, бодхисаттвам и буддам. И подношение одной поре на коже гуру приносит больше заслуг, чем подношение всем буддам трёх времён. Итак, нет никаких сомнений в том, что благодаря подношению нашему собственному гуру мы накапливаем гораздо больше заслуг, ведь гуру – высшее поле заслуг.

В «Сампуга-тантре» упомянуто, что совершение подношений одной поре на коже ваджрного наставника создаёт больше заслуг, чем подношения всем буддам и бодхисаттвам десяти сторон света.

В коренном тантрическом тексте также говорится:

Совершение подношений одной поре на коже гуру превосходит подношения всем буддам трёх времён.

Подобное сказано и в одной из строф обращения в «Гуру-пудже»:

*Каждый волосок на порах твоей кожи
Мы почитаем как поле заслуг, превосходящее
Всех Победоносных в трёх временах
И десяти сторонах света.
О сострадательный спаситель, к тебе обращаюсь!*⁴³

Сострадательный спаситель – это гуру, но что такое *поры* на коже гуру? Хотя это тибетское слово переводится как «поры на коже», на самом деле здесь оно означает любое существо, которое связано с вашим гуру или ему принадлежит. Дрогён Цангпа Гьяре сказал: «Поры на коже гуру – это его ученики, жена, дети, слуги, родственники, соседи и даже животные, такие как лошади и собаки».

Ученики в данном случае – это не ученики любого человека, которого называют «гуру» или «ламой», но ученики гуру, с которым вы установили связь в Дхарме. Если ваш гуру не монах, его жена или спутница жизни также считается порой на коже гуру. Я думаю, даже близких друзей вашего гуру можно считать его порами.

Дже Друкхангпа советовал:

Совершение подношений порам на коже вашего гуру создаёт безграничные заслуги, гораздо большие, чем подношения всем буддам. Когда вы делаете подношение, помните в своём сердце о гуру. Так нужно практиковать при подношениях порам на коже гуру.

Вспоминая гуру, с которым у вас есть связь в Дхарме, затем вы делаете подношения порам на его коже. Например, если вы подаёте чашку чая другому ученику, даёте печенье собаке вашего гуру или пучок травы его лошади, вначале вспоминайте гуру, а лишь потом делайте подношение. Раньше, когда у ламы Еше было много собак в затворническом центре «Тушита» в Дхарамсале, я пытался практиковать с такой верой, даже если давал им лишь одно печенье.

Совершая таким образом подношения одной поре на теле гуру, даже поднося лишь кусочек фрукта или стакан воды, мы создаём гораздо больше заслуг, чем делая подношения всем буддам трёх времён или всем статуям, ступам, тханкам, священным писаниям и другим святым объектам десяти сторон

света. Мы способны накопить все эти обширные заслуги благодаря силе гуру.

Поскольку подношения даже порам на коже гуру обладают этим невообразимым преимуществом, в прошлом, когда геше Толунгпа пил масляный чай, он собирал остатки масла в своей миске и вместе с другими объедками посылал его собакам, которые жили в Ло. Почему он это делал? Потому что в Ло жил его гуру геше Ченгава и те собаки принадлежали этому гуру.

Геше Толунгпа говорил: «Я накапливаю гораздо больше заслуг, кормя собак в Ло, чем приглашая всех монахов Толунга и поднося им пищу». Поскольку его гуру жил в Ло, собаки в той деревне считались порами на коже его гуру, и было гораздо больше пользы от подношения пищи им, чем всем монахам Толунга, которые не являлись учениками геше Ченгавы. Толунг – это место рядом с Лхасой, где родился лама Еше. Я посетил его, чтобы встретиться с родственниками Ламы, во время второй поездки в Тибет. Я ездил в Тибет дважды: однажды – ради паломничества, а в другой раз для того, чтобы дать там посвящение.

То, насколько быстро мы достигнем просветления, зависит от нашей способности быстро завершить накопления заслуг и мудрости. Заботимся мы о нашем собственном счастье или о счастье всех живых существ, мы должны использовать любую возможность для накопления заслуг, даже малых. И легко накопить безграничные заслуги просто в отношении существ, окружающих нас в повседневной жизни. Для этого нам не нужно отправляться в какое-то особенное место: вокруг нас полно невероятных возможностей. В этом нет сомнения, если вы находитесь в медитационном центре, где часто находится благой друг, а также есть поры на коже этого благого друга. Но даже если вы живёте в собственном доме, благодаря совершению подношений порам на коже гуру у вас по-прежнему много возможностей накопить невообразимые заслуги, гораздо обширнее, чем от совершения подношений всем буддам, бодхисаттвам и всем святым объектам десяти сторон света, как объяснил Ваджрадхара в некоторых коренных тантрических текстах. Породив веру в эти положения и применяя их на практике, мы станем мудры в практике Дхармы и накоплении заслуг.

В крупных тибетских монастырях большинство монахов являются учениками наших собственных гуру. На самом деле мало кто из тибетских монахов и монахинь не получал учения Его Святейшества Далай-ламы, и мы должны об этом помнить, когда делаем любое подношение монастырю. Заслуги от совершения подношений одному такому монаху просто невероятны, их гораздо больше, чем заслуг от подношений бесчисленным святым объектам, а в большом монастыре может быть тысяча или больше монахов, являющихся учениками наших гуру. Даже если мы подносим лишь один маленький пакетик чая, вспоминая своего гуру и думая о том, что все монахи – ученики этого гуру, хотя этот один пакетик не может напоить чаем всех монахов, добавив его к другому чаю, мы способны совершить подношение всем тысячам монахов в монастыре. Тогда мы накапливаем невообразимые заслуги.

Это подобно медитационному центру на Западе, где, даже если нет Сангхи, всё равно много пор на коже благого друга. В наши дни становится всё больше учеников, получивших учения от Его Святейшества Далай-ламы. Следовательно, если вы время от времени подносите в своём центре деньги, пищу или питьё другим ученикам, являющимся учениками того же гуру, вы создаёте беспредельные небеса заслуг. Подношения можно делать во время пудж или других практик, либо просто так. Это решать вам.

Я не говорю, что не нужно делать подношения тибетским монастырям. Конечно, делая подношения Сангхе, тем, у кого выше монашеское посвящение, вы накапливаете больше заслуг; но в ваших собственных Дхарма-центрах столько учеников ваших гуру! У вас столько невероятных возможностей накапливать заслуги, поэтому необязательно делать подношения только где-то далеко на Востоке. Как я упомянул, совершая подношения порам на теле гуру, вы создаёте больше заслуг, чем делая подношения бесчисленным Буддам. Вы можете себе это представить?

Вашим подношением может быть не только пища. Это и поддержка самого медитационного центра, через строительный проект или что-то подобное. Тем самым вы помогаете всем ученикам в центре и всем, кто туда приходит, чтобы изучать Дхарму. Это само собой становится подношением.

Когда я попал в Солу Кхумбу, поскольку у меня был важ-

ный титул «ламы-перерожденца», шерпы часто подносили мне деньги или другие вещи от имени умерших. Они собирали подношение, тяжело денно и ночью трудясь, обливаясь потом, обеспокоенные и усталые. Я, в свою очередь, делал денежные пожертвования монастырям, где было много пор на коже гуру, чтобы подношения тех людей не пропадали впустую. Тем самым накапливаются невообразимые заслуги и, опять же, все эти заслуги можно посвящать благодетелям и всем живым существам. Тогда заслуги от их подношений возрастают, словно вложения денег в банки и под проценты. Кроме того, я не загрязняю свой ум, наслаждаясь этими подношениями⁴⁴.

Я часто говорю поварам и управляющим в монастырях и Дхарма-центрах, что сорадуюсь их работе, поскольку у них есть великая возможность накапливать заслуги. Если они умеют практиковать, то могут создавать невообразимые заслуги каждый день, когда подносят пищу или питье ученикам их гуру.

Много лет назад в Копане повар Чомби – впервые приведший, как я рассказывал, меня к ламе Еше за учениями – часто унывал. Он приходил ко мне в комнату и говорил: «Я вечно так занят стряннёй, что у меня никогда нет времени на практику Дхармы. Я постоянно создаю неблагую карму, а ты вот всегда сидишь на кровати, читая молитвы и медитируя». Я не знаю, шутил он или нет, но после этого он говорил: «Ты попадёшь в чистую землю». У него были свои представления обо всём.

Я отвечал ему: «Я просто тут сижу без дела – именно ты по настоящему практикуешь Дхарму. Смотри, сколько заслуг ты создаёшь каждый день». Поскольку он получил много посвящений и учений, я говорил ему: «Помни, о чём говорится в “Гуру-пудже”. Подношение даже одной поре на коже гуру приносит гораздо больше заслуг, чем подношения буддам трёх времён. Каждый раз, когда утром ты подносишь чай, ты накапливаешь невообразимые заслуги, ведь в этом монастыре столько учеников ламы Еше! Во время завтрака ты создаёшь столько заслуг, затем – во время обеда, затем – во время чаепития и вечером во время ужина. Даже за день ты накапливаешь немыслимые заслуги. Ты должен это понять и радоваться. Ты слушал больше учений, чем я, поэтому тебе надо

думать именно так. На самом деле ты практикуешь Дхарму гораздо больше меня – я просто сижу на кровати и бездельничаю».

Даже если у поваров в монастырях и Дхарма-центрах нет времени делать простирания, считать подношения мандалы или садиться читать молитвы, я думаю, что они своим служением создают гораздо больше заслуг. Если вы даёте даже конфету, чашку чая или стакан воды одному ученику своего гуру, вспоминая гуру и затем делая подношение, в этот момент вы накапливаете гораздо больше заслуг, чем от подношений всем буддам трёх времён. И если столько заслуг приносят подношения одной поре на коже гуру, их, несомненно, гораздо больше от подношения завтрака, обеда, ужина и чая сотням других учеников. Даже если саму пищу раздают всего один человек или два, поскольку все сообща работают на кухне, её готовят, они могут думать так же. Им нужно зарождасть мотивацию, вспоминая гуру, подносить пищу порам на коже гуру и затем посвящать заслуги другим.

Хотя сам повар не может себе позволить пригласить всех этих учеников к себе домой и поднести им всю пищу и чай, в монастыре или Дхарма-центре другие люди дают ему эту невероятную возможность совершать очищение и накапливать обширные заслуги за такое короткое время. Однако вы можете делать эту практику даже не будучи поваром, управляющим или помощником на кухне. Каждый раз, когда вы что-то даёте другому ученику, вспоминайте гуру в своём сердце и то, что этот человек – пора на коже гуру, а затем делайте подношение. Это действие становится мастерским методом достижения просветления.

Если совершение подношений порам на коже гуру создаёт больше заслуг, чем подношения всем буддам трёх времён, не может быть сомнений в том, что подношения самому гуру приносят гораздо большие заслуги. Делая подношения гуру, мы накапливаем самые обширные заслуги. Поднося гуру стакан воды или даже конфету, мы создаём больше заслуг, чем от совершения подношений бесчисленным буддам, Дхарме, Сангхе, статуям, ступам, тханкам и священным писаниям.

Базили Лорка, бывший помощник ламы Озела, когда лама Озел только поступил в монастырь Сера Дже, рассказал мне,

что каждое утро лама Озел шёл получать учения от геше Тхубтена и всегда с собой что-то брал, обычно одну из своих игрушек, в качестве подношения. Я сказал Базили, что это очень хорошая практика и её нужно продолжать. Геше-ла также очень радовался, что лама Озел так поступает. Хотя я не делаю это постоянно, как, вероятно, делал лама Озел, я пытаюсь как можно чаще совершать подношения, навещая одного из своих гуру. Поскольку это редкая возможность, хорошо её использовать. Когда нам предоставляется шанс накопить самые обширные заслуги от поля заслуг гуру, как говорится здесь, в теме о восьми преимуществах, мы должны им пользоваться. Но это, между прочим, не означает, что я призываю вас приносить мне подношения.

Когда вы делаете подношение благому другу, полезно, если вы с этим знакомы, вспоминать второе поле заслуг «Гуру-пуджи», где на каждую часть святого тела гуру медитируют как на различные аспекты будд и бодхисатв. Например, пять его совокупностей – это пять Дхьяни-будд. Либо вы можете думать о том, что святое тело гуру подобно собранию всех будд. Делая подношение, думайте, что в каждой поре на святом теле гуру пребывают бесчисленные будды. Эта практика гуру-йоги очень действенна для вашего ума и также приносит большую радость.

Вы становитесь ближе к просветлению каждый раз, когда делаете подношение, думая о своём гуру – например, когда делаете подношение мандалы или совершаете подношение во время садханы или «Гуру-пуджи». Находитесь вы в своей комнате для медитации или нет, каждый раз, когда вы делаете подношения гуру, непосредственно или во время медитации, вы приближаетесь к просветлению.

Сакья Пандита, воплощение Манджушри и один из пяти главных лам традиции сакья⁴⁵, сказал:

Все заслуги, которые вы создаёте практикой парамиты даяния в течение тысячи кальп, отдавая другим живым существам не только свою голову и конечности, но даже добродетели от такого жертвования своим телом, накапливаются за мгновение посредством пути гуру. Поэтому подносите своё служение и радуйтесь.

Под путём гуру имеется в виду практика гуру-йоги, связан-

ная с совершением подношений нашему гуру, как в действительности, так и в воображении. Сакья Пандита говорит, что заслуги, которые мы накопили бы практикой шести парамит, такой как практика даяния, за тысячи кальп, создаются за мгновение благодаря подношениям гуру. Это означает, что даже в силу подношения гуру одного ведра воды для омовения мы способны накопить все заслуги, создаваемые в течение тысяч кальп даянием не только нашего собственного тела, ценнее которого для нас ничего нет, другим живым существам, но даже заслуг от этого действия. Заслуги, которые мы накапливаем в одно мгновение, делая подношения нашему гуру, невообразимы.

Если мы жертвуем своим телом и даже жизнью во благо других живых существ в течение тысячи кальп, то есть очень, очень долго, это невероятно. Но если говорить о завершении накопления собрания заслуг, простое подношение благому другу стакана воды приносит столько же заслуг. Пабонка Дечен Ньингпо использовал пример подношения гуру ведра воды для омовения, но, поднося гуру даже стакан воды или чашку чая, мы тут же создаём невообразимые заслуги.

В заключение Сакья Пандита говорит: «Поэтому подносите своё служение и радуйтесь». Мы должны подносить гуру служение и, памятуя о преимуществах этого, чувствовать великую радость. Например, просто убираясь в комнате нашего гуру, мы становимся ближе к просветлению. Мы создаём безграничные заслуги и получаем их благодаря доброте нашего гуру, благодаря нашим отношениям гуру и ученика.

Сакья Пандита даёт этот совет из сострадания, словно тому, кого он считает очень близким и хочет спасти от страдания. Этот совет исходит от самого сердца, что совершенно очевидно на тибетском языке.

Если мы делаем одно крошечное подношение – благовонную палочку, цветок или даже зёрнышко риса – статуе Будды, то, даже не имея бодхичитты или другой добродетельной мотивации, в то же мгновение мы накапливаем безграничные заслуги. Нам трудно постичь своим обыденным умом немислимые плоды, включая просветление, одного лишь крошечного подношения даже статуе Будды, не говоря уже о самом Будде. Почему это приносит такие немислимые плоды? Из-за силы этого святого существа, из-за того, что сила Будды и его качества невообразимы. Поэтому любое действие, такое как

обход вокруг статуи Будды, простирание перед ним или совершение ему подношений приносит немислимые благие плоды. И нет необходимости упоминать о невообразимых заслугах, которые мы создаём подношением бесчисленным буддам. Пабонка Дечен Ньингпо говорит, что подобные заслуги несравнимы с заслугами от служения нашему гуру, на деле или в мыслях, когда мы подносим ему ведро воды для омовения.

Падампа Сангье также сказал:

О жители Тингри, заботясь о гуру, который гораздо драгоценнее будд, вы достигнете в этой жизни любых свершений, каких пожелаете.

Если мы считаем статую Будды драгоценнее святого тела нашего гуру, которое воспринимаем как страдающее сансарическое тело обычного существа, нам будет очень трудно породить прозрения ламрима и крайне тяжело достичь свершений в тантре. Но если мы заботимся о своём гуру, считая его гораздо драгоценнее будд, как сказал Падампа Сангье, мы породим свершения в сутре и тантре с такой же лёгкостью, с какой нисходит падающий дождь.

В «Тантре Калачакры» сказано:

Невозможно достичь просветления в этой жизни, даже если мы делаем подношения Трёх Драгоценностям и спасаем жизни миллионов существ в течение всех кальп трёх времён; но если мы с преданностью радуем гуру, обладающего океаном достоинств, то, несомненно, достигнем в этой жизни обычных и высших свершений.

В «Пяти стадиях» Нагарджуна говорит:

Откажись от всех остальных подношений – старайся делать подношения только гуру. Радую гуру, ты обретёшь высшую запредельную мудрость всеведения.

Также в тантрическом учении «Океан запредельной мудрости» сказано:

Для мудрого счастливица служение гуру имеет больший смысл, чем простирания перед всеми буддами трёх времен в течение шестидесяти миллионов кальп. У того, кто трудится, следуя советам гуру, быстро исполнятся все желания, и он накопит

невообразимые заслуги. А тот, кто радуется гуру, поднося ему своё имущество, освободится от трёх миров сансары, родится в чистом мире Нирманакаи и выйдет за пределы печали.

Хотя в сансарических удовольствиях нет никакой сущности, мы извлекаем суть из богатства и имущества, которые у нас есть, поднося их гуру. В «Океане запредельной мудрости» говорится просто об имуществе, но подношение, которое радует гуру больше всего, – это подношение ему практики Дхармы, о чём здесь косвенно сказано. Истинный смысл подношения – это радование святого ума гуру, что происходит, если мы практикуем Дхарму или обретаем прозрения. Именно практика Дхармы больше всего радует его святой ум, а не материальные дары.

Мудрый счастливец – это тот, чьи труды соответствуют желаниям гуру. Как сказано в этом тантрическом учении, в искусных трудах ради гуру больше смысла, чем в простираниях перед буддами трёх времён в течение миллионов калп.

Я упоминаю эти цитаты, потому что, задумываясь над их значением, считаю их очень полезными. Они являются истинными учениями Гуру Будды Шакьямуни и великих йогоинов, и если мы в них верим и их практикуем, то, несомненно, получим плоды. Также это цитаты из Будды и великих йогоинов, которые сами практиковали и завершили путь. Поскольку эти цитаты основаны на их личном опыте, они обладают огромной силой, и мы получаем большое благословение, помня о них и размышляя об их смысле. Мы должны особенно вспоминать эти слова, когда нам трудно выполнять советы гуру, и мы унываем. Когда мы трудимся ради гуру, крайне важно вновь и вновь вспоминать безграничные преимущества этих трудов.

Если мы помним о преимуществах, разъяснённых в учениях сутры и тантры, работа, которую мы выполняем, становится очень действенной для нашего ума, подобно чтению писаний или медитации, и принесёт нам огромную радость, поскольку мы будем уверены в её плодах. Какой бы трудной ни была работа, наша мотивация в её выполнении легко станет Дхармой. Иначе, если мы не будем соотносить практику гуру-йоги с нашей работой, вместо того, чтобы трудиться ради гуру, мы будем усердствовать ради себя. Наша мотивация будет эгоцен-

тричной и через некоторое время наш ум станет пустым, чёрствым и безнадёжным. Мы будем физически и психически истощены, а работа, которую мы выполняем, не будет иметь для нас большого смысла. Тогда появляется опасность утратить веру и породить неверие и другие дурные мысли, которые свергнут нас в ад.

Работая в медитационном центре, мы иногда тяготимся. Однако мы всё равно можем быть счастливы, если знаем, как применить практику гуру-йоги в этих трудных условиях. Мы можем подумать: «Это благословение гуру» или «Эту ситуацию специально явил гуру, чтобы помочь мне очистить неблагодарную карму и омрачения». Например, когда нам трудно найти общий язык с каким-то человеком, мы можем подумать: «Этого человека специально послал ко мне гуру, чтобы укротить мой необузданный ум». Соотнеся эту ситуацию с гуру-йогой, мы можем признать её и порадоваться.

Как объясняется в «Океане запредельной мудрости», те, кто способен поднести служение своему гуру, – счастливы. Почему они счастливы? Потому что с утра до вечера они только и делают, что следуют советам гуру и тем самым накапливают невероятные заслуги. Если мы выполняем работу, которую поручил нам гуру – моем уборные, строим дома или даже занимаемся бизнесом – нам легко думать, что целью нашей жизни является служение гуру. Мы существуем, чтобы подносить служение гуру. И мы счастливы, потому что с утра до вечера заботимся о себе с этой целью. Мы даже едим с целью подношения служения гуру. Мы счастливы, если выполняем советы гуру, потому что каждое наше движение, даже забота о себе, становится способом очищения нашей неблагодарной кармы и накопления обширных заслуг.

Если мы много трудимся, чтобы услужить гуру, мы должны испытывать великое счастье. Нам не нужно волноваться о том, что у нас нет времени на медитацию, выполнение простираний или других предварительных практик. Вспомните истории жизни Миларепы и Наропы и подумайте: «Это моя предварительная практика очищения кармических загрязнений». В сотнях тысяч простираний нет ничего особенного. Как сказано в «Океане запредельной мудрости», исполнение наказов гуру очищает значительно больше неблагодарной кармы и создаёт гораздо больше заслуг, чем совершение многих мил-

лионов простираций всем буддам трёх времён в течение миллионов кальп.

Если вы занимаетесь какой-то работой по совету вашего гуру, вам также не нужно беспокоиться о том, что нет времени на проведение затворничества. Все ваши желания сами собой исполнятся, хотите ли вы долгой жизни, затворничества, рождения в чистой земле или всеведения. Любое ваше желание беспрепятственно сбудется: это естественный процесс, это зависимое происхождение. Следование советам гуру само по себе – лучшая пуджа, предотвращающая препятствия исполнению ваших желаний. В целом, осуществление чаяний других живых существ становится причиной исполнения ваших собственных желаний; поэтому нет сомнения в том, что исполнение желаний гуру станет причиной исполнения и ваших. Несомненно, любое дело или предприятие в вашей жизни и в будущих жизнях станет успешным. Это лучшая причина вашего успеха. Вы можете это понять по историям из жизни Дромтонпы, переводчика и ближайшего ученика ламы Атиши, многих геше традиции кадам и великих йогинов. Вы также можете убедиться в истинности этого даже на примере нынешних практиков, многие из которых прошли через трудности, исполняя советы гуру, а позже в своей жизни добились успеха.

Все ваши желания исполнятся, потому что вы накопите невообразимые заслуги и очистите много дурной кармы. Очищение кармических загрязнений само по себе предотвращает препятствия в вашей практике, и таким образом ваши желания в Дхарме успешно сбываются. Благодаря трудностям, которые вы раньше испытали, следуя советам гуру, если вы уйдёте в строгое затворничество в уединённом месте, оно будет очень плодотворным и беспрепятственным.

Помня о том, как нам повезло, и осознавая пользу от того, что мы делаем, мы можем испытывать невероятное счастье с утра до вечера. Хотя у нас может не быть постижения пустоты или свершений на стадиях порождения и завершения, мы всё равно можем быть довольны тем, что у нас есть.

Если мы усвоили практику преданности гуру и все её восемь преимуществ и осознаём их ежедневно, мы не можем ощутить ничего, кроме счастья, когда делаем сотни, тысячи, миллионы вещей, которые входят в наши обязанности, особенно когда работаем в Дхарма-центре. На этой земле нет жизни счастли-

вее. Мы осознаём это, если знаем, как правильно вверить себя благому другу. Если мы осознаём даже самое первое преимущество, что мы становимся ближе к просветлению каждый раз, когда следуем советам гуру, делаем ему подношения и ему служим, мы знаем, о чём нам думать. Чем больше у нас работы и чем она труднее, тем больше мы будем понимать, что нет жизни лучше и счастливее этой.

2. Мы радуем всех будд

Второе преимущество правильного вверения себя благому другу состоит в том, что мы радуем всех будд.

В «Сущности нектара» сказано:

Когда ученик правильно следует святому благому другу,

Мысль о том, что этот практик быстро освободится от сансары,

Глубоко радуется святые умы всех Победоносных,

Подобно матери, которая видит, что сын её благоденствует.

На это также есть ссылка в сутре «Устройство древа», где сказано,

Что святые умы будд радуются бодхисаттвам,

Вступившим в учение, раскрытое им гуру.

Так же, как мать счастлива при виде того, кто помогает её любимому сыну, все будды радуются, когда мы правильно вверяем себя нашему благому другу в мыслях и на деле, следуем его советам и ему служим. Даже несмотря на то, что этот человек не помогает матери, она всё равно довольна, что он помогает её сыну. Подобным образом, если мы правильно следуем советам нашего гуру, что является основным служением, делаем ему подношения и тому подобное, все будды крайне нами довольны и радуются от всего сердца. Если мы радуем нашего благого друга, радуются все будды, и даже божество, практику которого мы выполняем, становится нам ближе. Нам предоставляют руководство и дают благословения. Радовать гуру означает радовать всех будд, и мы получаем благословения их всех.

Пабонка Дечен Ньингпо объясняет, что благой друг – это форма, в которой проявляются все будды, чтобы усмирить наш ум. Если мы неправильно вверяем себя благому другу, но ежедневно делаем тысячи подношений всем буддам десяти сторон

света, будды не смогут быть нами довольны. Подобным образом, если мы тревожим святой ум благого друга, не следуя его советам, но в то же время делаем тысячи подношений буддам, мы, опять же, не порадуем всех будд, не обретём свершения и у нас даже не будет никаких хороших переживаний.

Если, однако, мы правильно следуем гуру и делаем ему подношения, то все будды довольны. Почему? Потому что гуру – воплощение всех будд. Чтобы усмирить наш ум, все будды проявились в этом определённом аспекте, в соответствии с нашей кармой или, иными словами, с нашими заслугами. Если мы правильно следуем благому другу, нам даже не нужно призывать всех будд, обитающих во всех сторонах света, из их обителей – они с радостью пребудут в святом теле нашего гуру и примут наши подношения.

Йогин Буддхаджняна, обладавший высокими духовными прозрениями, объяснил:

*Я буду пребывать в телах
Тех, кто живёт этим смыслом,
И принимать подношения от практикующих.
Радование благого друга очищает
Кармические загрязнения в их умах.*

Это означает, что сам Будда пребывает в теле сведущего благого друга и принимает подношения практикующих, правильно следующих этому гуру. Это радует будд и таким образом очищает кармические скверны в умах практикующих.

О том же говорится в «Сущности нектара»:
*Сказано, что, когда ученик правильно следует гуру,
Будды, даже без призывания, с радостью войдут
В святое тело гуру, примут все подношения
И благословят поток ума ученика.*

Будды примут подношение от ученика и благословят его, а это означает, что его ум будет преображён так, чтобы стать способным к обретению прозрений.

Поскольку гуру, как я уже объяснял, является воплощением, преображённым всеми буддами, чтобы привести нас к освобождению и просветлению, когда мы готовим всего одну чашку чая и подносим её своему гуру, в тот же миг мы обретаем безмерные блага от подношения чая всем буддам трёх вре-

мён. Как сказано во многих молитвах, гуру – высшее поле заслуг.

Подношение гуру даже чашки чая подобно совершению подношения всем буддам, но благо от этого гораздо больше. Как указывает Пабонка Дечен Ньингпо, делая подношение буддам трёх времён, мы обретаем благо от самого подношения, но не можем быть уверены в том, что будды действительно с радостью в святых умах примут наше подношение. Однако, делая подношение гуру, мы обретаем благо как от совершения подношения всем буддам, так и от принятия нашего подношения. Таким образом, мы сможем быстро завершить накопление заслуг.

3. Нам не причинят вред мары и дурные друзья

Если мы правильно вверим себя благому другу в мыслях и на деле, позволив ему себя вести, нам не причинят вред мары или плохие друзья. Благодаря сильной преданности мы очистим бесчисленные загрязнения и прошлую неблагую карму и накопим обширные заслуги, а нечеловеческие существа, такие как боги и духи, мешающие практике добродетели, и даже люди не смогут нам навредить. Нам не причинят вреда даже четыре элемента – земля, вода, огонь и воздух.

В целом, тот, у кого много заслуг, обладает большой мощью, и другие не могут ему навредить, хотя им может не нравиться этот человек и они могут захотеть сделать ему что-то плохое. Подобный практикующий очень успешен в своей практике, в обретении духовных прозрений. Но когда у человека уменьшаются заслуги, потому что он создаёт тяжкую неблагую карму или перестаёт создавать большие добродетели, он испытывает в своей жизни множество проблем. Тогда люди и нелюди способны причинить ему вред.

Есть два вида мар – внутренние и внешние. Внутренние мары – это карма и омрачения. Внешние мары – это мирские существа, такие как наги, боги и разнообразные виды духов, из-за которых возрастают омрачения. Они также могут быть и людьми, «дурными друзьями». Тому, кто практикует правильное вверение себя благому другу, не могут причинить вред дурные друзья, просто потому, что он следует своему благому другу, а не им. Поэтому даже дурные друзья не могут плохо на него повлиять и увести на неверный путь.

Внешним марам, таким как Сын Дэвы (санскр. *дэванутра-мара*) и другим богам «чёрной стороны» не нравится, когда люди практикуют Дхарму, и они могут помешать их практике, вызывая болезни, сильное влечение и другие проблемы. Например, у того, кто пытается практиковать даяние, мары могут вызвать проявление скупости. Мары могут заставить монахов или монахинь больше не считать монашество добродетелью и пожелать снять монашеские одежды. Мары могут вынудить того, кто находится в затворничестве, неожиданно передумать и прекратить затвор. Мудра правой руки Гуру Будды Шакьямуни, ладонь которой покоится на правом колене, а средний палец касается земли, указывает на то, что он обладает властью над Сыном Дэвы.

Существуют множество разнообразных видов внешних мар. *Цен* – это духи, живущие над землёй и способные вызывать эпилепсию, инсульты и другие болезни. (Они, конечно, являются сопутствующей причиной, а основная причина – карма). «Хозяева местности» или местные духи обитают на земле и могут вызывать у людей безумие и приводить к катастрофам. Духи, наги и демоны или *дён* живут под землёй и могут вызывать инфекции. Местные духи, *цен* и *гьял-гонг*, могут вселяться в людей и сводить их с ума.

В писаниях людям, проводящим затворничество, не рекомендуется читать мантры в полдень или на рассвете и закате солнца, потому что в это время приходят мары, чтобы отвлечь их ум. Если вы читаете мантры в это время, их нельзя засчитывать как часть затворничества, потому что ваш ум будет отвлечён и начитывание не будет безупречным. Но я в любом случае подсчитываю мантры, так как для меня нет разницы – у меня нет сосредоточения в любое время.

В сутре «Обширное проявление» Гуру Будда Шакьямуни объясняет:

Тот, кто правильно следует гуру, накапливает большие заслуги. Поэтому такой человек пожинает плоды счастья. Созревание заслуг приносит счастье и избавляет от всех страданий. Этот счастливец исполняет все свои желания, побеждает мар и быстро достигает просветления. Он также обретает прохладу состояния выхода за пределы печали.

Здесь прохлада нирваны противоположна жару сансары.

Сансара, которая по своей природе – только страдание, горяча, как огонь, нирвана же – состояние за пределами печали, подобное прохладному ветерку. Те, кто правильно веряет себя благому другу, создают обширные заслуги и тем самым избегают вреда от мар, преуспевая не только в устранении собственных страданий и обретении счастья, но также и в избавлении от страданий других и даровании им счастья.

Ещё в одной сутре сказано:

Счастливым не способны навредить боги или мары.

В «Сущности нектара» также объясняется:

И тогда, поскольку благословения всех будд

Проникают в открытый преданностью ум,

Тебе не повредит множество мар и омрачений.

Здесь под *марами*, возможно, имеются в виду внешние мары, а под *омрачениями* – внутренние мары. Поскольку над нами не властны внутренние мары, омрачения, не властны и внешние мары. Внешние мары причиняют нам вред только из-за наших омрачающих эмоций и кармы. Искренняя, горячая преданность позволяет нам получить благословения гуру, и тогда нам не могут причинить вред внутренние и внешние мары. Мы способны победить всех наших врагов, мар, особенно внутренних мар омрачающих эмоций и тонкого мару двойственного восприятия. Тогда мы можем достичь состояния будды, обретя все качества прекращения и свершений.

4. Все наши омрачения и недобродетели сами собой прекратятся

Если мы правильно веряем себя благому другу, все наши омрачения и пороки прекратятся сами собой. Мы осознаём преимущества преданности благому другу и начинаем считать своими врагами необузданный ум и неверное поведение. Поскольку мы понимаем, что следует принять, а что – отбросить, мы способны отказаться от неблагого поведения. Либо, так как мы следуем примеру своего учителя или со своей стороны практикуем правильную преданность, все наши омрачающие мысли и дурные поступки сами собой прекращаются. Следуя гуру, мы позволяем себе находиться в его власти, а не во власти омрачений.

Тех, кто правильно себя вверяет гуру, невозможно завлечь на дурной путь, потому что, как сказано в сутре «Устройство древа»,

Тому, кого ведёт благой друг, трудно попасть во власть кармы и необузданного ума.

В «Сущности нектара» также говорится:

У того, кто неизменно предан благому другу,

Все омрачения и дурное поведение прекращаются сами собой.

Если гуру живёт жизнью аскета и его не интересуют мирские дела, ученики, получающие учения от этого гуру и живущие рядом с ним, автоматически последуют его примеру и будут так же аскетичны. Ученики будут тоже довольствоваться малым, иметь мало желаний и повернутся спиной к восьми мирским дхармам. Благодаря учителю ученики естественным образом станут чистыми практиками Дхармы, отбросив все заботы о счастье, удобствах, пище, одежде и славе. Оставив мирские помыслы, они избавятся от склонности к порождению омрачений и созданию неблагодарной кармы.

Если вместо того, чтобы всё время есть, спать и наслаждаться жизнью, учитель строго придерживается практики добродетели, он будет всегда, денно и ночью, стараться не тратить своё время впустую. Практикуя добродетель, он не будет спать допоздна. Его ученики тоже будут постоянно пытаться практиковать добродетель и не тратить много времени на удовольствия этой жизни. Если благой друг – великий мудрец, который долго слушал учение и над ним размышлял, его ученики будут так же хорошо понимать, что следует принять, а что – отбросить. Если учитель строг в практике нравственности, оберегая свои трое врат от пороков, и его ученики будут непроизвольно хранить нравственность. Хорошие ученики будут автоматически подражать своему учителю, отказываясь даже от мелких пороков. Тогда их омрачения и проступки сами собой прекратятся.

Подобным образом, если гуру усиленно практикует бодхичитту, отказываясь от себялюбия и заботясь о других, ученики непроизвольно последуют его примеру, развивая добросердечие. На это указывают примеры ламы Суварнадвипи и его учеников, таких как лама Атиша; ламы Атиши и его учеников, таких как Дромтонпа; и геше Потовы и его учени-

ков, таких как геше Шаравы.

Если мы понимаем восемь преимуществ правильного следования гуру и восемь ущербов от неправильного ему вверения, которые на самом деле являются составными частями кармы, мы понимаем пороки тела, речи и ума, от которых должны воздерживаться. Рассматривая пороки и необузданный ум как своих врагов, затем мы сможем от них отказаться и практиковать соответствующие противоядия.

5. Все наши свершения на путях и уровнях совершенствования [бхуми] возрастают

Пятое преимущество правильного вверения себя гуру состоит в том, что все наши постижения и прозрения на путях и бхуми будут без усилий ежесекундно возрастать. Если мы правильно следуем благому другу, то, даже если особо не медитируем, прозрения будут возникать произвольно и без усилий.

Кратчайший путь к постижениям – делать то, что больше всего радует святой ум благого друга, что означает следовать его советам. Обычно мы задаём вопросы: «Как мне быстро обрести духовные свершения?» или «Как мне быстро развить свой ум на пути к просветлению?», но почему-то не задумываемся над разделом ламрима, где содержатся ответы на эти вопросы. Нам свойственно давать на них не эти сущностные ответы, а говорить, что нужно пройти больше затворничеств или сделать другие практики. Мы не знаем или забываем, что именно благодаря преданности гуру практикующие в прошлом и в настоящем быстро обретали и обретают духовные прозрения. Мы считаем, что некая другая практика позволит нам быстро достичь свершений, но это не срабатывает.

Благодаря правильному следованию гуру и служению ему духовные свершения возрастают час за часом, минута за минутой, секунда за секундой, и так же очищаются наши загрязнения. Мы до сих пор не просветлены потому, что у нас есть загрязнения и завесы. Не будь их, мы бы уже стали буддами. Дело лишь в наших умственных сквернах.

В «Сущности нектара» сказано:

Свершения на путях и бхуми породятся и возрастут...

Произвольно развиваются белые дхармы,

Поэтому обретается великое счастье в этой и будущих жизнях.

Также в «Совершенстве мудрости» сказано:

Обнаружение глубокого смысла совершенства мудрости, пустоты, зависит только от благого друга. Опираясь на благого друга, приближаемся к путям и бхуми.

И лама Цонкапа говорит в «Большом руководстве к этапам пути пробуждения»:

Множество постижений возрастает в том, кто никогда не отступает от поведения бодхисаттвы, всегда видит в гуру будду и помнит о преимуществах подношения служения и недостатках неверия, думая: «Если у меня возникнет неверие, я попаду в ад» или «Если я поведу себя так, это помешает мне достичь просветления».

Существует много историй о кадампинских геше, других великих йогилах прошлого и даже современных практиках медитации, которые правильно следовали благому другу и взрастили в себе переживания и постижения пути к просветлению.

К примеру, возьмём учеников ламы Атиши. Гонпава постоянно находился в медитации. Чтобы давать ему учения, Лама Атиша даже сам ходил в затворнический скит Гонпавы, а не Гонпава отправлялся к ламе Атише. Дромтонпа всегда был занят переводами для ламы Атиши и выполнял для него другую работу. А монах Аме Джангчуб Ринпоче готовил ламе Атише и ему служил. (Раньше я считал, что в тексте была опечатка и что поваром на самом деле была монахиня Ани Джангчуб Ринчен, но Рибур Ринпоче объяснил, что поваром работал монах, Аме Джангчуб Ринчен).

Аме Джангчуб Ринчен переживал, что у него нет времени медитировать или проводить затворничества, потому что ему постоянно приходилось готовить. Когда он признался в этом Дромтонпе, тот ответил: «В моём уме и помыслов других нет, кроме как о служении ламе Атише». Этот ответ полностью устроил Аме Джангчуба Ринчена, и его проблема исчезла.

Однажды, сидя в одиночестве в своём затворническом ските, Гонпава подумал: «Я всё время медитирую и, должно быть, достиг большего, чем Дромтонпа, который вечно корпит

над переводами для ламы Атиши и у него нет времени медитировать или проводить затворничества. И у меня, несомненно, должно быть больше свершений, чем у Аме Джангчуба Ринчена, ведь он только и делает, что готовит пищу для ламы Атиши».

Ясновидящий лама Атиша мгновенно узнал, о чём думает Гонпава в своём ските. Он позвал Гонпаву, Дромтонпу и Аме Джангчуба и попросил их сесть перед ним. Затем он проверил, у кого из них наиболее развитый ум. Лама Атиша увидел, что наибольшими прозрениями обладает Дромтонпа и у него их гораздо больше, чем у Гонпавы, и даже у Аме Джангчуба Ринчена больше постижений, чем у Гонпавы.

Хотя Гонпава не был занят работой и всё время медитировал, его духовный уровень был самым низким из троих. Несмотря на то, что Дромтонпа и повар были очень заняты и у них не было времени на медитацию, они очистили свой ум, снося лишения ради служения ламе Атише. Поэтому их уровень свершений был выше. Благодаря тому, что мы обладаем природой будды, если мы очистим свой ум, изнутри проявятся духовные прозрения.

Перед тем как прибыть в Центральный Тибет и стать переводчиком ламы Атиши, Дромтонпа жил в Кхаме и был учеником и прислужником своего первого гуру, ламы Сецуна, которому долгое время служил. Однажды Дромтонпа спросил у ламы Атиши, какой была лучшая практика Дхармы, которую он, Дромтонпа, выполнил за всю свою жизнь. Он рассказал ламе Атише о своих разнообразных практиках и также объяснил, как тяжело он трудился ради ламы Сецуна. По ночам, вооружённый, он охранял весь скот ламы. Днём он выполнял много другой работы. Он разжигал все костры. Супруга ламы использовала Дромтонпу в качестве сиденья, когда доила коров в полях. В течение многих лет каждое утро Дромтонпа убирался на кухне и выносил остатки пепла из очага. Когда Дромтонпа своими руками пряд, ногами он втирал масло в высушенные шкуры животных, чтобы их размягчить. В то же время он что-то нёс на спине. Долгие годы он трудился именно так, одновременно делая много другой работы. Дромтонпа объяснил всё это ламе Атише, который сказал: «Из всего, чем ты раньше занимался, только твой тяжёлый труд ради ламы Сецуна был истинной Дхармой».

Дромтонпа правильно вверял себя ламе Атише семнадцать лет. С момента первой встречи с ламой Атишей Дромтонпа никогда не оставлял ламу Атишу одного в темноте: каждый вечер он вносил масляный светильник в комнату лампы Атиши.

Когда лама Атиша явил себя в аспекте старости и болезни, у него началось недержание и он мочился и испражнялся в своей постели. С неиссякаемым чувством преданности гуру и без единой мысли о грязи Дромтонпа убирал испражнения своими руками и выносил их на улицу.

Однажды после подобного служения ламе Атише Дромтонпа непроизвольно вошёл в состояние сосредоточения. Выйдя из него, он внезапно обрёл ясновидение и мог отчётливо читать все мысли живых существ – даже муравьёв – на расстоянии полёта орла в течение восемнадцати дней. Ум Дромтонпы стал таким ясным благодаря очищению, которого он достиг служением ламе Атише, в том числе и уборкой его испражнений.

Это произошло не потому, что Дромтонпа просто понимал слова Дхармы. Дромтонпа пожертвовал собой ради служения ламе Атише и тем самым очистил некоторые из своих загрязнений. Именно поэтому у него неожиданно возникло такое ясновидение.

Поскольку Дромтонпа правильно вверил себя своему благодругу, он стал главой традиции кадампа, преемником лампы Атиши, и его святое имя прославилось на всех десяти сторонах света. Святые деяния лампы Атиши, безграничные, как небо, совершённые во благо учений Будды и живых существ в стране арьев Индии и в Тибете, также стали возможны только благодаря его правильному вверению благим друзьям.

Есть похожая история о том, как кадампинский геше Чаюлва служил своему гуру, геше Ченгаве. Чаюлва изначально был учеником геше Толунгпы, который передал его собственному гуру, геше Ченгаве, потому что Чаюлва был очень хорошим учеником и отлично ему служил. Геше Ченгаву это очень обрадовало.

Каждый день Чаюлва служил своему гуру, геше Ченгаве, убираясь в его комнате. И когда его звал геше Ченгава, даже если Чаюлва был чем-то занят, услышав голос гуру, он немедленно прекращал все дела и шёл ему служить. Если Чаюлва подносил

мандалу, когда геше Ченгава его звал, он прерывал практику, не успев поднести мандалу, и мчался на помощь своему гуру. Если он писал тибетскую букву *нга*, то, даже не дописав её, сразу же бежал служить геше Ченгаве.

Однажды утром, закончив уборку в комнате геше Ченвагы, Чаюлва собрал всю грязь в подол своих одежд и понёс её вниз по лестнице, чтобы выбросить на улице. Дойдя до третьей ступеньки, он внезапно увидел прямо там бесчисленных будд, что было признаком достижения им уровня великого пути заслуг, сосредоточения непрерывной Дхармы. Тот, кто обрёл сосредоточение непрерывной Дхармы, может видеть бесчисленных будд в форме Нирманакая и всё время получать от них учения. До этого Чаюлве не удавалось увидеть ни одного будды. Затем, подобно собранию драгоценных семян, в его уме скопились прозрения. Это было следствием очищения им неблагодатной кармы и загрязнений благодаря преданному служению гуру.

Видение или невидение будд зависит не от будд, а только от нашего ума. Не то чтобы будд обычно не было рядом, а в тот день они появились на лестнице. Будды всегда пребывали там, внутри и снаружи комнаты, но геше Чаюлва увидел их только тогда, когда очистил свои загрязнения усердной практикой гуру-йоги. Если мы очистим свой ум, то увидим будд, где бы мы ни находились. Нам необязательно быть в святом месте, потому что нет места, в котором не было бы будды. Сейчас мы не видим будд лишь потому, что не очистили кармические загрязнения.

Когда гуру Сакья Пандиты, Джецун Драгпа Гьялцен, явил тяжёлую болезнь, Сакья Пандита ухаживал за ним днём и ночью. Он претерпел много трудностей, днём и ночью ухаживая за Драгпа Гьялценом и обходясь без пищи и сна. Сакья Пандита полностью посвятил себя заботе о своём гуру и берёг его больше жизни.

Драгпа Гьялцен был крайне доволен тем, как Сакья Пандита посвятил себя служению ему, и позже преподал Сакья Пандите практику гуру-йоги Манджушри, включая медитацию на нераздельность гуру и Манджушри, воплощения мудрости всех будд. Выполняя эту практику, Сакья Пандита наяву увидел Драгпа Гьялцена в облике Манджушри. Всё то служение, которое Сакья Пандита поднёс своему гуру во время его болезни, принесло

ему невероятное очищение. Порадовав своего гуру, он смог постичь, что его гуру – Манджушри.

Впоследствии Сакья Пандита обрёл множество духовных свершений и стал великим учёным. Он прославился, и его глубоко почитали за учёность в Тибете и Китае и любили, не только все люди, но даже боги и духи. Его пригласил в Китай император, который попросился к нему в ученики. Он стал великим пандитой, глубоко сведущим не только во внутреннем знании Дхармы Будды, но и в пяти науках, в том числе, в поэзии, логике, прикладных искусствах и языках. Знаток всей Дхармы Будды, уверенно её объясняющий, Сакья Пандита принёс великое благо учениям Будды и множеству живых существ.

Ещё один пример развития духовных прозрений посредством практики преданности гуру – это Тричен Тенпа Рабгье, один из Ганден Трипа (держателей трона Ганден). Когда его учитель Нгаванг Чоджор был очень болен, Тричен Тенпа Рабгье сам чуть не умер от беспокойства. Безупречно служа своему учителю во время его болезни, Тричен Тенпа Рабгье очистил великое множество кармических загрязнений и затем постиг пустоту, усвоив правильное воззрение прасангики. А до этого, хотя Тричен Тенпа Рабгье много изучал пустоту и медитировал о ней, у него не было никаких прозрений.

Также существует история о Пхурчоге Нгаванге Джампе, чьим гуру был Дже Друбкхангпа. Когда Дже Друбкхангпа находился в пещере, выполняя однонаправленную медитацию на путь, Пхурчога Нгаванг Джампа подносил своему гуру служение, хотя он и сам был очень высоким практиком. Поскольку в том месте, где проводил затворничество Дже Друбкхангпа, не было деревьев, для растопки костров приходилось использовать навоз. Пхурчога Нгаванг Джампа, хотя он был уже стар, носил тяжёлые груды навоза вверх на гору и подносил их своему гуру. Ему приходилось тяжело. Однажды Дже Друбкхангпа дал ему немного освящённого им внутреннего подношения, налив его из своей капалы. Благодаря практике гуру-йоги, когда Пхурчога Нгаванг Джампа выпил это внутреннее подношение, это так благословило его ум, что у него возникло сильное чувство отречения от сансары.

Несколько лет тому назад, находясь в затворническом центре «Тушита» в Дхарамсале, я поднёс несколько красивых бегоний Его Святейшеству Далай-ламе. Поднести эти цветы было

не совсем простым делом, так как, хотя они были невероятно прекрасны, цвели они всего несколько дней, после чего где-то за день полностью осыпались. Я поднёс цветы в разукрашенных банках из-под масла вместе с денежным подношением в размере тридцати рупий в конверте, на котором написал краткую просьбу о развитии моего ума. В то время Его Святейшество находился в затворничестве, поэтому я оставил подношение в его личном офисе.

Я думаю, Его Святейшество был доволен подношением цветов, потому что в ту ночь мне приснилось, что он, сидя на троне в храме, даёт мне немного внутреннего подношения из капалы на его столике и я его пью.

На следующий день, когда я проснулся, в моём уме что-то изменилось. Обычно я крайне ленив, но в то время, должно быть, благодаря влиянию многих лам в Дхарамсале, которые подпитали меня энергией, у меня стало немного больше сил на небольшую медитацию по утрам. Я пытался выполнять краткую медитацию на ламрим в качестве мотивации на весь предстоящий день, и в результате в то утро моя медитация была гораздо действеннее, чем обычно. У меня возникло сильное желание переродиться в аду ради блага других. В ту самую минуту мне захотелось попасть в горячий ад. Это чувство было нестерпимым, я не смог его подавить. Это желание было так сильно, что я полчаса громко рыдал, как маленький ребёнок.

Я думаю, накануне вечером Его Святейшество за меня молился; он наверняка благословил мой ум. Мой ум изменился. Сновидение и переживание в медитации были несомненными знаками благословения Его Святейшества. Возможно, также произошло очищение вследствие подношения цветов. Из трёх видов доброты гуру подобное переживание является примером доброты гуру в благословлении ума ученика. Конечно, через несколько часов это ощущение совершенно исчезло.

После этого мне очень захотелось покупать цветочные семена и их сажать. Когда они вырастали, я подносил эти цветы ламам в Дхарамсале. Я обнаружил, что лучшее подношение — это подношение цветов.

Также, когда мы проводим затворничество по Ваджрасаттве или любое другое затворничество, которое посоветовал нам

гуру, иногда у нас возникает острое переживание непостоянства, ощущение, что мы можем умереть в любой момент, и нет других мыслей, кроме как о практике Дхармы. Либо порождаются сильные чувства любви и сострадания. Всё это знаки доброты гуру, благословившего наш ум. Даже эти мелкие, мимолётные переживания показывают, что, если мы продолжим практику гуру-йоги, мы, несомненно, обретём свершения. Это доказательство того, что прозрения определённо могут прийти и их можно взрастить.

У великого Пабонки Ринпоче был монах-помощник, Джамьян, служивший ему много лет: в его первом воплощении, а затем и во втором. Перерожденец учился в Тибете, сбежал в Индию, стал геше в Букса Дуаре, а потом явил болезнь рака и скончался. Как только перерожденец Пабонки Ринпоче стал геше, он получил все линии передач посвящений от моего коренного гуру Его Святейшества Триджанга Ринпоче. Эти линии передач, включая множество особых, были переданы Его Святейшеству Триджангу Ринпоче от Пабонки Дечена Ньингпо, первого воплощения. Джамьяну также удалось встретиться с третьим перерожденцем, который обучался в монастыре Сера.

Хотя Джамьян даже не умел читать тибетский алфавит, перед своим уходом Пабонка Дечен Ньингпо сказал ему, что позже он сможет сам читать «Гуру-пуджу» и никому не придётся его обучать.

Сбежав из Тибета, Джамьян отправился в Букса Дуар, где прислуживал перерожденцу Пабонки Дечена Ньингпо. Лама Еше тоже жил в том здании, когда я впервые пришёл к нему за учениями. Жил там и лама Лхундруп⁴⁶, рассказавший мне эту историю.

Лама Лхундруп сообщил мне, что, когда Джамьян только приехал в Буксу, он даже не умел читать тибетский алфавит, но через некоторое время самостоятельно его освоил. Никто не учил его читать, но каким-то образом он стал узнавать буквы и затем смог сам читать всю «Гуру-пуджу», как и предсказывал Пабонка Дечен Ньингпо.

Это было следствием очищения, возникшего от служения Джамьяна и его правильного вверения себя Пабонке Дечену Ньингпо в Тибете. Такие вещи не может объяснить западная наука, потому что в ней нет понятий неблагод кармы и загряз-

нений ума. Конечно, в западной науке есть понятие неведения как незнания чего-либо, но у учёных нет представлений о неблагодатной карме, сквернах и кармических завесах. Не понимая всё это, невозможно объяснить, каким образом Джамьян вдруг научился читать, хотя никто его этому не обучал. Это был признак того, что его ум очистился. Когда ум очищен, понимание приходит изнутри, без необходимости в учителе.

Историю Джамьяна также можно соотнести с первым преимуществом правильного вверения себя гуру: мы становимся ближе к просветлению, следуя советам гуру, делая ему подношения и ему прислуживая. Джамьян вверял себя Пабонке Дечену Ньингпо в течение многих лет на деле: исполняя его наказания, поднося ему служение и совершая материальные подношения. Это само по себе принесло ему великое очищение тяжкой неблагодатной кармы и сделало завесы его ума тоньше. А когда завесы становятся тоньше, понимание Дхармы возрастает. Чем плотнее завесы, тем меньше понимание Дхармы. Завесы его ума, благодаря многолетней практике гуру-йоги, стали довольно тонкими, поэтому, хотя никто не обучал его алфавиту, он смог понять буквы и самостоятельно читать. Это был знак, что он стал ближе к просветлению и его постижение Дхармы возросло.

Джамьян скончался в начале 1985 года в Калимпонге, Индия. К тому времени он снял монашеские обеты. Он не казался великим практиком, просто счастливым, спокойным человеком, который жил в своё удовольствие. Перед кончиной Джамьян сказал: «Я сделал всё, что был должен, кроме одного». Кажется, оставалось только одно дело, которое он не завершил. Не было никаких историй о том, что Джамьян был великим практиком медитации или проводил много затворничеств, но после кончины он пребывал в состоянии медитации несколько дней, и когда его святое тело кремировали, от него исходили пятицветные лучи света. Это ясно свидетельствовало о том, что он переродится в чистой земле.

Кадампинский геше Ченгава упомянул:

Ученик, который правильно практикует преданность благому другу, будучи даже глупым, как собака или свинья, без труда станет подобен Манджушри.

Иными словами, даже недалёкие ученики, которые слабо

понимают Дхарму, могут без труда стать подобны Манджушри, воплощению мудрости всех будд, если практикуют мощную гуру-йогу и радуют святой ум благого друга. Ученик может быть недалёким, но, если его преданность сильна и прочна, он легко последует советам своего гуру. Он будет испытывать только великую радость, поскольку тем самым накопит безграничные небеса заслуг.

Даже если человек очень глуп, но у него нерушимая преданность, он обладает самым главным в жизни. Рано или поздно это принесёт ему успех во всех делах. Таков разум «счастливица». Некоторые люди умны и образованы, но, поскольку у них нет заслуг, им трудно понять карму и в неё поверить. У них разум «неудачников», потому что они не способны практиковать Дхарму.

Много лет назад я беседовал с одним из моих дядёв о монахах Копана в Лавудо, где был основан монастырь Копан. Мой дядя сказал: «Из них ничего не выйдет. Рано или поздно они отправятся в поход с рюкзаками за спиной. У них разум неудачников». Он имел в виду, что они выучат английский язык и многое другое, но у них не хватит заслуг на то, чтобы оставаться монахами и практиковать Дхарму.

На первый взгляд, немного странно говорить о том, что порождение духовных свершений зависит от преданности гуру больше, чем от понимания учений. Это кажется нелогичным, но мы можем ясно постичь это на собственном опыте.

Когда вода преданности гуру высыхает, наш ум становится подобен камню. Если у нас в сердце нет особой преданности гуру, наша практика превращается в простые слова, как и любая медитация, которую мы выполняем. Медитация не трогает наше сердце и не приносит большой пользы нашему уму.

В другие времена, когда у нас больше преданности и мы по-настоящему, всем сердцем ощущаем доброту гуру, любая медитация, которую мы пробуем, становится очень действенной и мощной. При медитации на непостоянство и смерть мы видим, что жизнь крайне коротка, и меньше о ней заботимся. Когда мы недолго медитируем на бодхичитту, возникает такое нестерпимое сострадание, что мы не способны его подавить. Мы всем своим существом чувствуем доброту других живых существ, ощущаем невообразимое сострадание к страданиям

других и также любовь. Кроме того, укрепляется наша самоотверженность: прямо в тот миг у нас возникает горячее желание немедленно родиться в аду ради блага других живых существ. Это желание настолько сильно и неуправляемо, что мы плачем, как дети.

Когда благой друг доволен нами и тем, что мы делаем, переживания на пути возникают очень легко. Если мы пытаемся экспериментировать с пустотой, каким-то образом в нашей медитации не возникает препятствий. Наша медитация очень ясна и одного-двух слов достаточно, чтобы мы распознали отрицаемый объект. Внезапно мы постигаем единство пустоты и взаимозависимости, о котором лама Цонкапа столько говорит в своих учениях, особенно в главе о высшем проникновении в «Большом руководстве к этапам пути пробуждения». В такие моменты это переживание возникает без усилий. Когда у нас есть предельно ясное понимание этого единства, возникает более сильная преданность, особенно ламе Цонкапе и нашему благому другу, создавшему условия для того, чтобы мы увидели смысл пустоты, который был от нас скрыт в течение безначальных рождений в сансаре.

Во многих учениях сутры и тантры говорится, что следует практиковать путь, радующий благого друга. С этим тесно связаны переживание пути, преобразование ума. Когда гуру нами очень доволен, наш ум с лёгкостью меняется и в нём быстро рождаются переживания. В другие моменты ум изменить гораздо труднее. Благодаря нашей личной практике это зависимое происхождение – то, что наше развитие в жизни зависит от святого ума гуру – может стать нашим достоверным опытом.

Радование святого ума благого друга связано не просто с совершением подношений. Когда вы проводите затворничество или делаете что-либо ещё по желанию вашего гуру, это радует его святой ум. В это время, помимо того, что вы очень счастливы, в ваших сновидениях появляется много благоприятных знаков. Например, ночью вам может присниться, что божество вами довольно и дарит вам подарки. Затворничество отличается от других ситуаций. Даже с самого начала затворничества, прочитав очень мало мантр, вы чувствуете большое блаженство. Ваша медитация почему-то срабатывает: она крайне полезна для вашего ума и вы находите её приятной. Это не

внешнее удовольствие, как, например, возбуждение при катании на лыжах или скайсерфинге, когда люди, кажется, пытаются потратить своё драгоценное человеческое рождение на то, чтобы как можно быстрее стать птицами. Это наслаждение другого рода. Это невероятное чувство удовлетворения в сердце. Вы так радуетесь даже во время выполнения садханы! Вам является множество благих знаков, знаков очищения. Всё, что вы делаете, становится Дхармой, и, на что бы вы ни медитировали, вы способны почувствовать это в своём сердце очень легко и действенно.

Всё это означает, что в поток вашего ума входит благословение божества. А эти благословения – признак того, что божество вами довольно. Почему? Потому что вы сделали то, что порадовало вашего благого друга. Поскольку благой друг вами доволен, вы естественным образом приближаетесь к божеству и являются знаки благословений.

Есть ещё одно: когда вы делаете что-то хорошее, радующее святой ум гуру, даже если не сообщаете об этом гуру и физически находитесь от него очень далеко, вам снятся сны о том, что гуру очень счастлив и делает вам подарки, дарует благословения и т.д. Либо во сне гуру выглядит величественно и вам улыбается.

Кроме того, если вы попадаете в беду и, возможно, даже находитесь на краю гибели, у вас возникают видения гуру или он вам снится, и вы получаете советы или помощь.

Я очень ленюсь проводить затворничества и делаю это редко, но много лет назад, по совету ламы Еше, я сделал краткое затворничество в маленькой хижине, расположенной прямо на вершине холма в Копане. Это затворничество оказалось для меня необычайно благотворным и действенным. У меня не было никаких постижений, но я получил огромное удовольствие. Рано по утрам, ещё перед тем, как приступить к садхане, я находил невероятно полезной любую тему ламрима, о которой размышлял. Это совершенно отличалось от того, что происходило в других ситуациях. Всё дело было в доброте ламы Еше, который очень хотел, чтобы я провёл именно это затворничество. И я неожиданно вскочил в затвор, словно пузырь, возникший на воде.

Когда я начал это затворничество, лама Еше был крайне доволен, а завершив его, я обнаружил, что Лама особым обра-

зом подготовил мою комнату к моему возвращению. В Бодхгайе он купил несколько тибетских ковров и очень дорогую чашку, которую наполнил лучшим тибетским чаем, привезённым его братом из Тибета.

Я чувствовал себя совершенным счастливецом и очень радовался, но, думаю, только потому, что Лама был мной весьма доволен. Я не мог найти никакую другую причину подобной радости.

6. У нас никогда не будет недостатка в благих друзьях во всех наших будущих жизнях

Благодаря правильному вверению себя благому другу у нас не будет недостатка в гуру в будущих жизнях. Иными словами, правильно вверив себя благому другу в мыслях и на деле в этой жизни, мы сможем встречаться с благими друзьями во всех будущих рожденьях. То, что мы можем встречать многих сведущих благих друзей в этой жизни, – следствие нашей практики преданности гуру либо в этом, либо в прошлых воплощениях. Так проявилась наша прошлая благая карма.

Кадампинский геше Потова сказал:

После создания связи в Дхарме мы должны почитать гуру. Естественным образом, в таком случае у нас не будет недостатка в гуру в будущих жизнях, ведь карма никогда не теряется.

Нам не удаётся развивать ум и обретать прозрения не потому, что мы не создали связь в Дхарме или не установили отношения гуру-ученик, но потому, что после создания таких отношений мы как следует не практиковали. Наши неудачи в практике вызваны тем, что мы не держались за установленные нами связи в Дхарме и неверно вверяли себя своим гуру.

Некоторые могут сказать, будто у них нет прозрений из-за того, что они не получили какие-то тайные или глубокие учения от их гуру или не встретили многих гуру или многих известных гуру. Однако дело только в том, что они сами не практиковали в точности так, как их учили. Отсутствие у нас прозрений связано не с тем, что у нас мало гуру, а с тем, что мы неверно вверяли себя нашим гуру в мыслях и на деле, как это объясняется в учениях. Если бы наша практика была безупречной, сейчас мы уже достигли бы просветления, стадии завершения, стадии порождения или, по крайней мере, зародили

бодхичитту или познали пустоту. Мы же не практиковали то, чему нас учили, однако гуру указали нам безошибочный путь и сделали для нас всё, что могли.

Я считаю, что нам невероятно повезло: мы встретили стольких сведущих гуру, которые открыли безошибочные пути сутры и тантры, ведущие к счастью в будущих рождениях, освобождению и просветлению. Мы можем это понять, сравнивая себя с теми, кто не нашёл подлинного учителя и не понимает Дхарму. Сколько людей не могут встретить гуру, способного их научить тому, как создать безошибочную причину даже счастья в будущих жизнях, не говоря уже о просветлении! Мы должны понять, как нам повезло и как драгоценна эта возможность! Иначе она превращается в обыденность, подобную ежедневным завтракам или обедам.

Как удивительно и подобно сновидению, что у нас есть карма даже встретиться с такими опытными учителями, не говоря уже о том, чтобы услышать от них полные учения! Нам нужно радоваться нашей удаче! И, благодаря нашему везению, мы должны продолжать практиковать как можно больше.

Создав с кем-либо связь в Дхарме, мы должны посмотреть на этого человека по-новому, вверяя ему себя как благому другу. Геше Потова приводит причину, по которой, установив такую связь, нам следует за неё держаться и почитать гуру: *карма никогда не теряется.*

В «Сущности нектара» сказано:

Если мы как следует радуем гуру в этой жизни,

То переживанием следствия, подобного причине,

Будет встреча с высшими благими друзьями во всех будущих жизнях

И возможность слушать безупречную, безошибочную святую Дхарму.

Как гласит «Сущность нектара» и говорит Пабонка Дечен Ньингпо в «Освобождении на вашей ладони», если в этой жизни мы правильно вверяем себя благому другу, видя в нём будду вне зависимости от того, является ли он буддой на самом деле или нет, мы создаём карму реальной встречи с гуру, подобными Будде Майтрее или Манджушри, в своих будущих жизнях. Это и есть переживание следствия, подобно-

го причине. Даже если учитель нетерпелив или жесток, но мы видим в нём Будду Майтрею или Манджушри и правильно ему себя вверяем как благому другу, у нас в этой жизни беспрепятственно появятся свершения, а во всех будущих жизнях мы будем встречать благих друзей с теми же качествами, что у Будды Майтреи и Манджушри, и учиться под их руководством. Мы сможем найти гуру со всеми этими достоинствами и увидеть их в них. Это важный совет, который следует запомнить.

Если мы хотим в будущих жизнях встречать безупречных гуру, подобных Будде Майтрее и Манджушри, в этой жизни нам нужно взять за это ответственность. В этой жизни мы отвечаем за то, как сложатся наши будущие жизни, будет ли нам легко практиковать Дхарму и обретать свершения, либо у нас возникнет множество препятствий и нам станет очень тяжело вверить себя духовному другу.

Преданность гуру в наших будущих жизнях может быть лёгкой – мы быстро встретим безупречного гуру и преуспеем в практике преданности гуру, либо трудной – мы даже не найдём гуру или, если найдём, совершим много ошибок. То, насколько безупречно мы сможем практиковать преданность гуру в будущих жизнях, зависит от искренности нашего вверения себя гуру в этом воплощении. А то, что происходит в этой жизни, связано с нашими прошлыми рожденьями, с нашей прошлой кармой. Ошибки, совершённые в прошлых жизнях, отразятся на этой жизни, но это не означает, что у нас нет свободы, поскольку мы можем очистить нашу отрицательную карму – Будда настолько сострадателен, что объяснил методы, которые для этого можно применить.

Если мы увидим в тех, с кем создали в этой жизни связь в Дхарме, Будду Майтрею или Манджушри, а затем будем их почитать и им следовать, то вследствие этой кармы в будущих рожденьях мы, разумеется, встретим благого друга, подобного Будде Майтрее или Манджушри. Мы будем всегда встречать подобных безупречных благих друзей, потому что карма не потеряется. Следовательно, важно не рассматривать наших нынешних благих друзей с точки зрения их недостатков – только с точки зрения достоинств. Мы должны хорошо практиковать преданность гуру, чтобы не упустить это преимущество.

Пабонка Дечен Ньингпо объяснял: «Если в будущем вы хотите встречать чистых благих друзей, в этой жизни вы должны испытывать к ним безупречную преданность».

Если мы практикуем таким образом в этой жизни, то в будущих воплощениях наше кармическое видение станет лучше – мы будем видеть в гуру обладателя всех качеств Будды Майтреи или Манджушри.

Встретимся ли мы с благими друзьями в будущих жизнях или нет и то, сколько качеств мы в них увидим, зависит от нашей практики гуру-йоги в этой жизни. Встретимся ли мы вновь с Дхармой Будды или нет, встретимся или нет с учениями Махаяны и с учениями Ваджраяны, также зависит от того, насколько хорошо мы способны практиковать гуру-йогу в этой жизни.

7. Мы не падём в низшие миры

Если мы правильно верим себя благому другу, то любую тяжкую неблагодарную карму, накопленную нами в течение безначальных перерождений, можно немедленно очистить. Всю тяжкую неблагодарную карму перерождения в низших мирах, такую как пять тяжелейших злодеяний, можно полностью очистить в кратчайшее время – даже за мгновение.

В сутре «Сущность земли» упомянуто:

У того, кого ведёт гуру, даже неблагоприятные кармы, заставляющие скитаться по низшим мирам в течение бесчисленных десятков миллионов кальп, очищаются проявлением в этой жизни в качестве вреда телу и уму, такого как заразные болезни, голод и прочее. Эту карму также можно очистить, терпеливо снося ругань или просто дурным сном.

В этой сутре сказано, что, правильно веря себя благому другу, мы очищаем тяжкую карму, созданную в этой жизни и на протяжении безначальных перерождений. Вместо того чтобы вынужденно родиться в низших мирах и там испытывать ужасные страдания немыслимое количество времени, мы полностью очищаем нашу неблагодарную карму, переживая болезни, голод или другие трудности в этой жизни. Всю эту тяжкую дурную карму можно очистить даже, если нам приснится кошмарный сон или нас отругает наш гуру, как в жизнеописании Миларепы. Тогда нам не придётся испытывать плоды этой страшной кармы.

Марпа приказал Миларепе построить девятиэтажную башню, выгонял его с посвящений, сильно его ругал и избивал до полусмерти. Несмотря на все эти трудности, у Миларепы не возникало каких-либо плохих мыслей о гуру. Правильно практикуя вверение себя гуру, Миларепа очистил все свои тяжкие кармические загрязнения и достиг просветления в той самой жизни.

Сколько бы тяжёлой кармы мы ни создали в этой и предыдущих жизнях, выход – это правильное вверение себя благому другу. Каков самый мощный способ очищения? Опять же, выход – правильное вверение себя благому другу, поскольку, как я упомянул в начале, благой друг – самое могущественное из всех могущественных существ.

Великий йогин Дрогён Цангпа Гьяре, реинкарнация Наропы, сказал:

Если гуру меня избивает, это – посвящение.

Если есть благословение, тогда я его получаю.

Его беспощадная ругань – гневные мантры;

Если я хочу устранить препятствия, тем самым этого добьюсь.

Есть много историй о том, как гуру намеренно совершали такие действия, чтобы воспитывать ученика, как это делал Марпа с Миларепой.

Цангпа Гьяре был великим ламой-аскетом традиции кагью. Я видел его одежды много лет тому назад в штате Индиана, Америка. Ученик по имени Майкл⁴⁷ открыл там что-то вроде индуистского ашрама, хотя внутри этот ашрам больше напоминал тибетский монастырь с огромными изображениями божеств и защитников Дхармы, которыми были увешаны все стены. У Майкла была очень старая парчовая донгка и роба в бутанском стиле с застёжками. Эти одежды принадлежали Цангпа Гьяре. От них всё ещё исходил аромат, хотя задолго до того их извлекли из старой статуи. Статую привезли из тибетской провинции Кхам в Бутан, где из неё вынули все реликты, включая волосы Падмасамбхавы. После этого одежды перевезли в Америку.

Майкл обычно хранил эти одежды в шкафу, но иногда надевал их, держа в одной руке пхурбу, а в другой – капалу и скаля зубы, как защитник. Ему нравилось, когда его ученики фото-

графировали его в этой позе. Он говорил, что чувствует себя могущественным, облачившись в эти одежды. Поскольку одеяния принадлежали такому великому йогиному, я думаю, что его вдохновляло, когда он их надевал.

Пабонка Дечен Ньингпо объясняет, что мы не должны считать обязанностью или тяжким бременем многочисленные трудности, которые должны пережить, чтобы выполнить работу для гуру. Скорее, их нужно считать украшениями. Вместо того чтобы превращать эти трудности в проблему, мы должны носить их как прекрасные украшения. Некоторые люди, принадлежащие к африканским племенам, втыкают большие деревянные бруски в свои губы или в другие части тела. Хотя им должно быть от этого больно, они считают это украшением. Существует много подобных примеров людей, которые с радостью терпят трудности, потому что уверены, что их результат – украшение. Мы должны рассматривать трудности, которые терпим при служении гуру, как нечто достойное и необходимое. Нам нужно осознать, что чем больше проблем мы испытываем, трудясь ради гуру, тем больше неблагодать кармы и загрязнений мы очищаем и тем больше создаём заслуг.

Иными словами, думая о преимуществах, мы должны считать любую трудность, с которой сталкиваемся, выполняя работу для гуру, хорошим и необходимым для нас делом. Сколько бы у нас ни было проблем, если для нас они украшения, мы накапливаем гораздо больше заслуг и очищаем гораздо больше загрязнений, чем совершением многих сотен тысяч простираний или других предварительных практик.

Именно поэтому Марпа так относился к Миларепе. Долгие годы Марпа не давал Миларепе никаких учений. Даже если Миларепа приходил на учение, Марпа гнал его прочь. Он ругал и бил Миларепу и заставлял его только работать. Если бы Марпа был обычным человеком, он был бы крайне жестоким и бессердечным, но поскольку Марпа так обращался с Миларепой много лет, Миларепа очистил невообразимое количество загрязнений. Именно поэтому он обрёл все свершения на тантрическом пути и достиг просветления за одну короткую жизнь эпохи упадка.

Вспомните, как Тричен Тенпа Рабгье служил своему гуру столь безупречно, что очистил много накопленной в прошлом

неблагой кармы и постиг пустоту. Есть и множество других похожих историй. Безупречно практикуя гуру-йогу, можно очистить тяжкую неблагую карму, которая привела бы к рождению в аду и страданиям в нём в течение долгих кальп, просто терпя головную или зубную боль или другие мелкие проблемы в этой жизни. Один лишь кошмарный сон может очистить страшную неблагую карму, так что её не придётся испытывать в качестве ужасных страданий в будущих жизнях.

8. Мы без усилий достигнем исполнения всех наших временных и абсолютных желаний

Благодаря исполнению советов гуру и служению ему, все наши мечты о временном и абсолютном счастье быстро сбываются. Правильное вверение себя гуру создаёт корень всего будущего счастья, включая просветление. У нас будет успех во всём, будь то труды ради себя или ради других живых существ, и мы быстро достигнем просветления.

В первой строфе своего труда «Основа всех достоинств»⁴⁸ лама Цонкапа говорит:

*Основа всех достоинств – добрый и безупречно чистый гуру;
Правильное вверение ему – это корень пути.
Благослови меня, ясно это увидев, с великим усердием
Опереться на него с великим почтением.*

Под *достоинствами* имеются в виду не только все прозрения, от драгоценной человеческой жизни и вплоть до просветления, но также и всё наше счастье, в прошлом, настоящем и будущем. Сюда относится все наше счастье, испытываемое в течение безначальных перерождений, наше нынешнее счастье и будущее счастье вплоть до просветления. Гуру – основа не только свершений на пути к просветлению, но также и всего нашего временного и абсолютного счастья, включая состояние будды.

Вкратце, все разнообразные блага, которыми мы наслаждаемся в этой и будущих жизнях, зависят от правильного вверения себя гуру. Лама Цонкапа также сказал⁴⁹:

Тот самый корень, что как следует готовит благоприятствование всего многообразия блага в этой и будущих жизнях – это усердие в практике правильного вверения в мыслях и на деле святому блатому другу, раскрывающему путь. Увидев это, не

отказывайся от гуру даже ради собственной жизни и радуй его подношением своих трудов согласно его совету.

Если мы неправильно веряем себя нашим гуру, включая учителя, который обучил нас алфавиту, и того, с кем мы обычно вместе едим и живём, корень всего многообразия блага будет утрачен. Поэтому нам нужно быть крайне осторожными.

В тантрическом учении «Океан запредельной мудрости» сказано:

Если мы практикуем согласно советам гуру, все наши желания исполнятся и мы обретём безграничную удачу.

В одном молитвенном обращении великий бодхисатва Тхогме Зангпо также говорит:

*Если я верю себя тебе с великой преданностью,
Ты быстро и без усилий даруешь исполнение
Всех временных и абсолютных желаний.
К тебе, драгоценный Владыка Дхармы, обращаюсь!*

В этой строфе содержатся все восемь преимуществ правильного вверения себя благому другу. Все прозрения, от драгоценной человеческой жизни до полного просветления, корень которых – преданность гуру, также содержатся во фразе «всех временных и абсолютных желаний».

Если мы правильно вверим себя благому другу, как это сделали Гуру Будда Шакьямуни, Миларепа и лама Цонкапа, все наши желания быстро и легко исполнятся. Это включает в себя все наши временные и абсолютные желания: создание всех условий, необходимых для практики Дхармы, устремления, связанные с этой жизнью и с будущими жизнями – обретение драгоценного человеческого тела или рождение в чистой земле, а также все абсолютные желания, такие как достижение просветления ради блага других.

Если мы правильно веряем себя благому другу, все наши желания сами собой исполнятся. Уходя в затворничество, мы способны его завершить, и оно пройдёт удачно. Получая образование, мы сможем продолжать обучение без препятствий и добьёмся в нём успеха. То, насколько мы преуспеем в изучении Дхармы, сколько у нас будет возможностей для её изучения и успешного завершения обучения, зависит от нашей практики

преданности гуру. То же самое можно сказать о монашеской жизни.

В монастырях иногда случается, что, когда монах завершает своё образование и приходит сдавать экзамен на звание геше, даже хотя о нём говорят, что он учён, во время публичного диспута перед тысячами монахов он забывает ответы или отвечает неверно. И хотя этот монах был в старшем классе, классе лхарамб, и от него ожидали, что он получит высшую оценку, он терпит неудачу. Он «проваливает» экзамен. И наоборот, простой монах, который мало учился и не имеет особой репутации, может в этот день достичь большого успеха, потому что способен вспомнить правильные ответы и доказать свои доводы. У него всё почему-то получается очень хорошо. Если вы покопаетесь в прошлом этого человека, то поймёте, что всё это связано с качеством его практики преданности гуру.

Если мы правильно вверим себя гуру, даже в момент смерти нас будет ждать успех. У нас не будет никаких препятствий, а во время умирания мы сможем войти в состояние медитации и спокойно перенести сознание в чистую землю. Мы часто слышим истории о людях, которым удалось «успешно скончаться». Несмотря на то, что при жизни о них рассказывали хорошие истории, всё это было связано с их правильным вверением себя благим друзьям. Наша способность достичь успеха в собственной практике и в помощи другим живым существам зависит от преданности гуру.

В «Сущности нектара» сказано:

Вкратце, вверением себя благому другу

Временно обретается тело бога или человека со всеми свободами;

Абсолютно же прекращаются все страдания сансары

И достигается святое состояние определённого блага.

Святое состояние определённого блага – это нирвана и просветление. Эти состояния являются определёнными в том смысле, что нирвана не может превратиться в сансару, а просветление – в нирвану или сансару.

Весь наш успех в понимании учений и достижении прозрений на пути обусловлен самым корнем пути – правильным вверением себя благому другу. То, сколько у нас может быть пони-

мания и прозрений в этой жизни и легко ли мы их добьёмся, зависит от этого корня.

В «Пятидесяти [строфах] об Учителе» также упоминается, что развитие нашего ума, то есть духовные свершения, зависит от гуру:

Держатель Ваджры сказал, что достижения зависят от ваджрного наставника. Постигнув это, во всём радуй своего гуру.

Ещё в одной цитате из «Пятидесяти [строф] об Учителе» объясняется цель радования гуру:

Делай всё, что радует гуру. Откажись от всего, что гуру неудобно. Если ты на это способен, то, несомненно, обретёшь все обычные и высшие свершения в этой самой жизни.

Также очень полезно просто читать заголовки в этом разделе о восьми преимуществах преданности гуру, а затем следующую строфу «Шестиразовой Гуру-йоги», медитируя на её смысл:

*Обычные и высшие достижения, все без остатка,
Приходят от правильного вверения тебе, защитник.
Постигнув это, я готов тело и жизнь даже полностью
отдать.*

Благослови вершить только то, что радует тебя!

То, сколько блага мы можем принести живым существам и учениям Будды в этой и в будущих жизнях, также зависит от правильного вверения себя нашим благим друзьям. Лама Атиша, Дромтонпа, Миларепа, лама Цонкапа и великое множество пандитов и йогов прошлого смогли принести невообразимое благо живым существам и учениям благодаря безупречной практике преданности гуру.

Лама Цонкапа много потрудился ради блага живых существ и учений в силу правильного вверения себя духовным друзьям. Даже в наши дни, изучая труды ламы Цонкапы, многие тысячи монахов и мирян способны понять и безошибочно породить весь путь к просветлению. Лама Цонкапа разъяснил тонкие положения, например, о пустоте и иллюзорном теле, которые труднопостижимы во многих других учениях. Учения ламы Цонкапы отличаются такой ясностью, что без колебаний, с полной уверенностью и радостью, мы думаем: «Практикуя это, я, несомненно, достигну просветления!».

Именно благодаря ламе Цонкапе монахи в монастырях Сера, Ганден Дрепунг могут углублённо изучать верный смысл всех сутр и тантр. Несмотря на то, что лама Цонкапа скончался несколько веков назад, его труды продолжают приносить благо. И всё это – следствие правильного вверения ламы Цонкапы его благим друзьям.

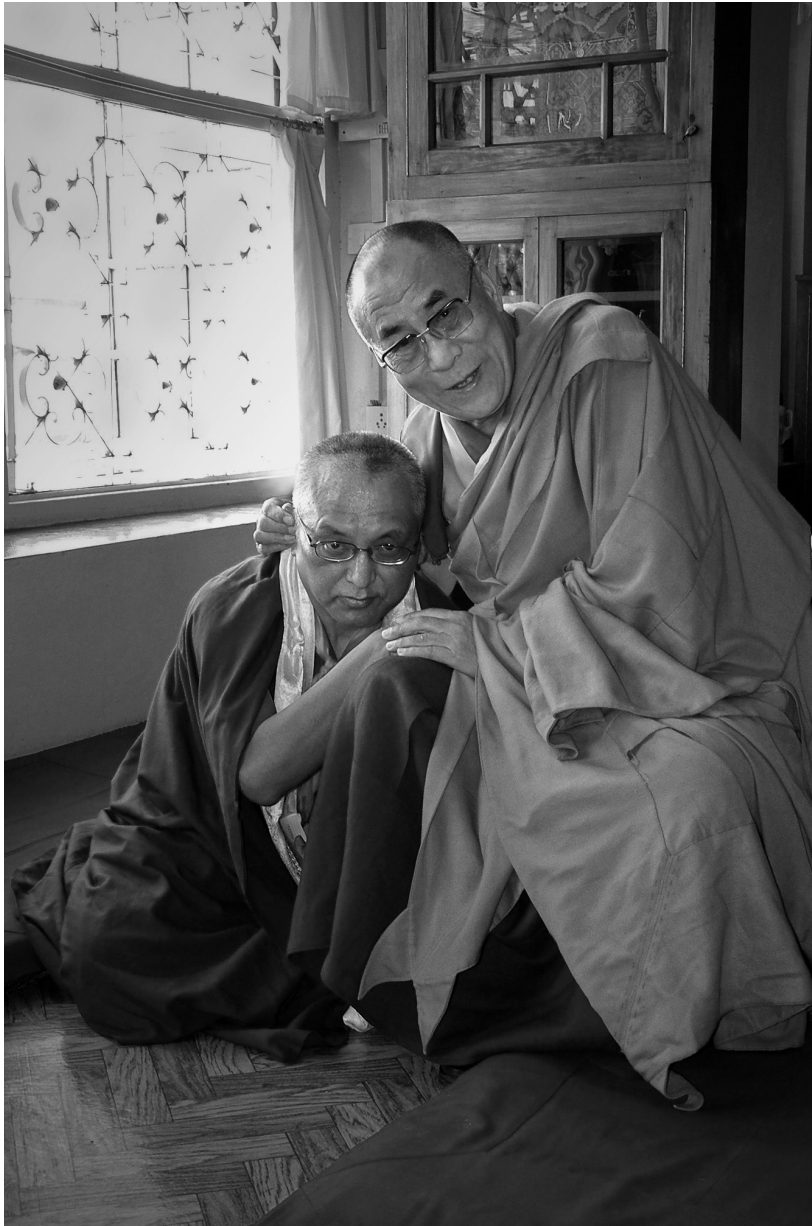
У великого ламы Атиши было 152 гуру, но он не совершил ни единой ошибки по отношению к кому-либо из них; у него была несравненная преданность его гуру. Сам лама Атиша говорил: «У меня много гуру, но я не сделал ничего, что было бы им неуютно». Иными словами, ни один из тех 152 гуру ни разу не выразил недовольства ламой Атишей.

Поэтому лама Атиша смог принести благо, обширное, как небо, учениям и живым существам как в Индии, так и в Тибете. И в наше время святые деяния ламы Атиши до сих пор вершатся ради нас, в том числе посредством нашего слушания учений ламрим, которые преобразовали наш ум в Дхарму. Даже теперь учение ламы Атиши «Светильник на пути»⁵⁰ способно помочь стольким живым существам во многих странах, не только на Востоке, но и на Западе! До того как мы услышали ламрим, наш ум был совершенно невежественным, и мы не понимали, что нам практиковать, а чего избегать. Именно благодаря доброте ламы Атиши сейчас у нас есть небольшая мудрость Дхармы, которая позволяет нам отличать верное от неверное, причины счастья от причин страдания. Всё это – святые деяния ламы Атиши, которые нас направляют.

Если бы лама Атиша не написал «Светильник на пути», сегодня на Западе не существовало бы никаких учений по ламриму и у нас не было бы шанса услышать ламрим. Учения по ламриму, даруемые тибетскими ламами, являются комментариями к «Светильнику на пути». Хотя лама Атиша давно скончался, его святые деяния до сих пор полезны живым существам и учениям, даже на Западе, и это – следствие его практики преданности гуру.

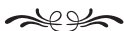
Не только на Востоке, но и на Западе многие люди читали жизнеописание Миларепы, и трудно найти того, кому бы оно не понравилось. Иногда людям может быть тяжело соотнести со своей жизнью то, что делал Миларепа, но у любого, кто читает его жизнеописание, возникает желание ему подражать.

Таково святое деяние Миларепы – это Миларепа, трудящийся ради живых существ. Простое желание быть таким же, как он, само по себе является причиной того, чтобы стать Миларепой, просветлённым существом. Это крайне важно, поскольку благодаря этому желанию человек постепенно начинает обучаться. Даже святое имя Миларепа источает огромное благословение: оно действенно для усмирения ума. А сила его святого имени исходит от его безупречной практики преданности гуру.



(На фото – Лама Сопя Ринпоче и Его Святейшество Далай-лама, Дхарамсала, 2005 г. Фотография Роджера Кунсанга).

8. УЩЕРБ ОТ НЕПРАВИЛЬНОГО ВВЕРЕНИЯ СЕБЯ ГУРУ



Если, встретив добродетельного наставника, открывающего безошибочный путь, мы правильно себя ему вверяем, то обретём все вышеупомянутые преимущества. Таким образом мы можем легко увидеть, что, если вообще не опираемся на благого друга, не получим эти восемь преимуществ, а это само по себе является колоссальным ущербом. И если мы установили отношения с благим другом, но ошиблись во вверении, не раскаиваемся в этом и не отказываемся от дурных мыслей и поступков, мы испытаем следующие восемь ущербов.

Ущерб от неверения или от неправильного вверения себя гуру

Восемь ущербов или изъянов от неправильного вверения состоят в следующем:

- 1) *осуждая своего гуру, мы осуждаем всех будд;*
- 2) *каждое мгновение гнева на нашего гуру разрушает столько кальп заслуг, сколько мгновений длится этот гнев, и это приведёт к нашему перерождению в адах и страданиям на протяжении того самого количества кальп;*
- 3) *даже хотя мы практикуем тантру, мы не достигнем высоких свершений;*
- 4) *даже хотя мы практикуем тантру с большими трудностями, это будет подобно достижению ада и тому подобного;*
- 5) *у нас не породятся новые знания или свершения, а ранее обрётённые знания и прозрения придут в упадок;*
- 6) *даже в этой жизни нас будут преследовать болезни и прочие неприятности;*
- 7) *в будущих жизнях мы будем бесконечно блуждать в низших мирах;*

8) во всех будущих жизнях у нас не будет благих друзей.

Действия, противоречащие правильному вверению себя благому другу, – корень всех неудач: от неспособности обрести счастье и успех в этой жизни до недостижения просветления. Ошибки совершаются, в том числе, потому, что мы их не осознаём, потому что не сверяли своё поведение с учениями о преданности гуру в ламриме. Либо мы ошибаемся просто по беспечности.

У людей, которые не знают полных учений о преданности гуру, жизнь превращается в постоянное накопление тяжкой неблагой кармы. Любая отрицательная карма, создаваемая в отношении гуру, является тяжелейшей, потому что гуру – наиболее могущественное существо, мощнее бесчисленных будд. Даже если вы совершили одно или более из пяти тяжелейших злодеяний, приводящих к немедленному перерождению в самом ужасающем из горячих адов без промежутка длиной в ещё одну жизнь, их можно очистить и достичь просветления в этой жизни. Однако даже малейшая ошибка в отношении благого друга, такая как мелкое осуждение или непочтительное действие, хуже этого. Тогда трудно достичь свершений и просветления, то есть, будет тяжело осуществить свою конечную цель – принесение блага живым существам.

Без понимания полного учения о восьми ущербах от неправильного вверения себя гуру нам будет невозможно практиковать, невозможно осознать наши заблуждения и положить им конец. То, сколько усилий мы прилагаем к предотвращению этих восьми ущербов, зависит от степени понимания их серьёзности. Выполнение практики – наша личная ответственность.

Если, с одной стороны, мы много занимаемся Дхармой – учимся, делаем предварительные практики, проводим затворничества, читаем много мантр – но, с другой стороны, постоянно совершаем ошибки в преданности и вызываем недовольство благого друга, мы создаём огромное препятствие. Не уделяя внимание исполнению святых желаний нашего благого друга, мы особо ничего не достигнем, потому что создадим препятствие размером с нашу планету. Нет препятствия большего, чем это.

Если мы не знаем или не применяем учения о преданности гуру, через какое-то время наш ум превратится в камень: его

нельзя будет сдвинуть с места или с лёгкостью изменить. На что бы мы ни медитировали, ничто не сможет тронуть наш ум, даже ламрим. Когда обширные философские учения оставляют наш ум равнодушным, есть надежда на то, что нас тронет слушание и изучение ламрима. Однако в таком состоянии ума, когда мы слушаем ламрим или читаем тексты по ламриму, нам будет трудно что-либо ощутить в своём сердце. Это признак деградации ума.

Осуществление преданности гуру означает восприятие гуру как будды, что становится возможным, когда мы смотрим на гуру как на будду. Без этой практики возникают отрицательные состояния ума, потому что наш ум привык к неблагим мыслям на протяжении безначальных перерождений.

Большинство из нас не приучено к благому мышлению. Некоторые великие йогины, практиковавшие в своих прошлых жизнях и уже тогда развившие в себе чистоту ума, рождаются с чистым сознанием. Это другое дело. У большинства из нас ум привык к привязанности, гневу и всем остальным омрачениям на протяжении безначальных перерождений. Из-за этого нам невероятно сложно справиться с дурными мыслями о гуру. Поэтому, если мы не практикуем преданность гуру, у нас будут по-прежнему возникать неблагие мысли, особенно гнев и неверие, по отношению к гуру, а пороки таких мыслей очень тяжелы.

В «Сущности нектара» сказано:

Так же, как правильное вверение благому другу

Даёт невообразимые преимущества,

Невверение или неправильное вверение благому другу

Причиняет немыслимый ущерб.

1). Осуждая своего гуру, мы осуждаем всех будд

Если, установив связь в Дхарме и отношения гуру-ученик, мы осуждаем гуру или отказываемся от него, то создаём ту же самую тяжкую неблагую карму, как и в случае осуждения всех будд или отказа от них. Подобным образом и гнев на нашего гуру равен гневу на всех будд. Почему? Как объясняет Пабонка Дечен Ньингпо, гуру – воплощение всех бесчисленных будд десяти сторон света, а деяния всех будд проявляются через гуру, чтобы усмирить наш ум. Конечно же, поскольку гуру – более могущественное существо, чем все будды трёх времён и десяти сторон света, неблагая карма от такого будет гораздо тяжелее.

Этот первый порок подобен нарушению первого тантрического коренного обета – оскорбления или принижения гуру, но включает в себя осуждение гуру из-за гнева, неверия или других неблагих мыслей. У тибетского слова *нья-мё* два аспекта: более тяжкий аспект – это отказ от гуру как от объекта почитания нашими телом, речью и умом; другой аспект – осуждение гуру и порождение по отношению к нему гнева, неверия и других плохих мыслей.

Однако существует различие между просто мимолётной мыслью и тем, что мы ощущаем всем сердцем. Иногда нам, к примеру, может придумать: «Живые существа не имеют значения». Я спросил у Его Святейшества Далай-ламы, является ли это нарушением обета бодхисаттвы. Его Святейшество ответил: «Это не отказ от устремления, но лучше пресекать такие мысли, потому что они могут привести к помыслу об отказе от бодхичитты». Можно сказать, что подобные мимолётные мысли являются предтечей нарушения самого обета. Здесь происходит нечто подобное.

Легко породить в себе дурные мысли, когда что-то происходит вопреки нашим желаниям – например, гуру мешает нам сделать то, что мы хотим. Мы не обязаны из-за этого терять веру. Мы можем принять решение выслушивать своего гуру без неверия в него. Но если мы как следует не освоили преданность гуру, есть опасность породить неверие, потому что мы считаем, что знаем всё лучше, чем наш гуру. Когда возникает неверие, мы можем ощутить его в своём сердце. Наш ум становится подобен раскалённой, бесплодной пустыне.

Среди всех коренных тантрических падений и других неблагих карм отказ от гуру является тяжелейшим. Эта мысль, лишённая преданности, – худшее препятствие достижению прозрений на пути к просветлению, а без них мы не сможем принести истинное, глубокое благо другим живым существам.

Это нечто большее, чем просто гнев на нашего гуру или его оскорбление, хотя оскорбить легко, когда мы испытываем гнев. Когда я написал Его Святейшеству Лингу Ринпоче с просьбой дать определение первому коренному тантрическому падению, Ринпоче ответил, что это не просто гнев на гуру; это отказ от гуру как от объекта почитания с мыслью: «Какая мне польза от

этого человека?». У нас возникает этот порок, если, после установления отношений гуру-ученик, мы отказываемся от гуру как от объекта почитания.

В тантрическом тексте сказано:

Ваджрный наставник равен всем буддам; следовательно, никогда нельзя принижать или осуждать ваджрного наставника.

Это связано с объяснением, что благой друг – сущность или воплощение всех будд. Служа благому другу или делая ему подношения, мы служим или делаем подношения всем буддам. С другой стороны, если мы осуждаем нашего благого друга или отрекаемся от него, это равнозначно осуждению всех будд или отказу от них.

В «Сущности нектара» говорится:

Сказано, что в собственном гуру

Проявляются деяния всех Победоносных.

Потому непочтение к нему есть непочтение ко всем Победоносным.

Что может привести к более тяжкому созревшему следствию, чем это?

Не говоря уже об осуждении или непочтении к ламе, дарующему Дхарму и восседающему на высоком троне, даже подобные действия по отношению к учителю, который научил нас читать и рядом с которым мы живём, становятся осуждением всех будд десяти сторон света или непочтением к ним. Вспомните историю, которую я рассказывал раньше, о том, как Дже Друбкхангпе не удалось обрести прозрения из-за его непочтения к учителю азбуки. Если во время медитации вы забываете визуализировать гуру, от которых получали учения с осознанием отношений гуру-ученик, то, даже без дурных мыслей о них, это само по себе становится большим препятствием вашим свершениям.

Как только вы становитесь чьим-то учеником, даже угрожающий жест кулаком или дурные слова о гуру за его спиной равнозначны непочтению ко всем буддам десяти сторон света. Это относится к любому проявлению неуважения, не только словами, но также и телодвижениями.

В тантрическом тексте «Комментарий к трудным положениям тантры Кришнаямари» сказано:

*Человек, не считающий своим гуру
Того, от кого услышал хотя бы одну строфу учения,
Будет рождаться собакой в течение сотни жизней,
А после родится человеком низкой касты.*

Даже когда, после многих перерождений, карма рождения собакой исчерпается, и существо опять станет человеком, оно родится в низкой касте, то есть, его не будут уважать, и у него будет мало сил и свободы на то, чтобы приносить обширное благо другим живым существам. Хотя в комментариях Пабонки Ринпоче и других лам говорится о рождении человеком низкой касты, Его Святейшество Сонг Ринпоче отметил, что вместо этого затем предстоит рождение скорпионом. Вы можете использовать вариант, который полезнее для вашего ума.

Это происходит после того, как вы установили связь в Дхарме, если забываете о вверении себя этому человеку как своему гуру, либо из-за недостаточного понимания учений о преданности гуру, либо из-за невнимания к нему, даже хотя у вас не возникает к этому гуру гнева или неверия в него и вы от него не отказывались. То же самое относится к ситуации, когда позже вы решаете, что вам не нравится тот или иной гуру, с которым вы установили связь в Дхарме. Из-за неприязни к этому человеку вы не преданы ему и, выполняя медитацию на ламрим, исключаете его из своей визуализации.

Просто представим себе, что наше человеческое тело постепенно начинает превращаться в тело собаки. Мы были бы так встревожены! Если бы однажды у нас внезапно начал расти собачий нос, мы бы немедленно отправились в больницу на операцию. Мы не выдержим даже и дня жизни с собачьим носом, поэтому ясно, какой была бы наша реакция, если бы всё наше тело превратилось в тело собаки. Для нас было бы нестерпимо прожить собакой всю жизнь! Мы бы этого не выдержали, особенно после обретения этого человеческого тела, с его невероятной способностью к глубокому мышлению, пониманию и общению. Поскольку мы люди, если кто-то нам говорит, что добродетель – причина счастья, мы это мгновенно понимаем. Но что касается собак, коров, лошадей, овец и других животных, даже если бы им объясняли целыми кальпами, что добродетель – причина счастья, они бы никогда не поняли смысл добродетели.

Эта строфа относится не просто к любому человеку, от которого вы слышите учение. Даже во время обсуждения Дхармы с друзьями вы можете услышать много полезных для себя объяснений. Либо вы можете слушать учения, когда кто-то читает лекцию о буддизме. В этой строфе говорится не об этом, а о ситуации, когда вначале вы признали себя учеником, а другого человека своим гуру, а затем, осознавая это, получаете учение – даже одну строфу – но не считаете его своим гуру. Это может произойти потому, что вы не знаете учений ламрим о преданности гуру, либо вы их слышали или читали в прошлом, но не практикуете.

Здесь речь не о том, что у вас возникает гнев или неверие в отношении этого гуру, или вы намеренно от него отказываетесь. Речь о том, что вы либо знаете о практике и не выполняете её, либо просто забываете её выполнять. Кармические последствия неверения себя этому гуру – перерождение собакой в течение сотни жизней и, после этого, рождение человеком в низкой касте или скорпионом.

2. Каждое мгновение гнева на нашего гуру разрушает столько кальп заслуг, сколько мгновений длится этот гнев, и это приведёт к нашему рождению в адах и страданиям на протяжении того же самого количества кальп

Самое опасное – это гнев на гуру или неверие в него. Гнев на гуру уничтожает столько кальп заслуг, накопленных в прошлом, сколько мгновений длился наш гнев, и то же самое количество кальп мы будем перерождаться и мучиться в аду Неистощимого страдания, низайшем и самом горячем из всех горячих адов. Это означает, что мы испытаем тяжелейшие страдания. Гневаясь на гуру даже одно мгновение, мы создаём карму рождения в аду на одну кальпу. Чем дольше мы пробудем в аду, тем больше будем отдаляться от временного счастья, следствия добродетели, и абсолютного счастья освобождения и просветления.

Наши свершения на пути будут также отложены на столько кальп, сколько мгновений мы гневались. Если мы вот-вот породим отречение, бодхичитту, пустоту или обретём иное прозрение, но разгневаемся на гуру, наши постижения будут отложены на столько кальп, сколько мгновений длился наш гнев. И даже если мы посвятили заслуги, переживание след-

ствия этих заслуг отодвинется от нас на такое же количество кальп.

В «Сущности нектара» сказано:
*Сколько мгновений длится гнев на гуру,
 Столько кальп заслуг уничтожено будет,
 И ты столько же кальп пробудешь в аду.
 Так сказано в тантре Калачакры.*

В самой «Тантре Калачакры» объясняется:
*Уничтожаются заслуги, накопленные в течение стольких
 кальп, сколько мгновений длился гнев на благого друга, и столько
 же кальп будет длиться сильнейшее страдание в адах и так
 далее.*

Согласно вайбхашике, первой из четырёх школ буддийской философии, щелчок пальцами молодого человека длится шестьдесят пять мгновений. Это означает, что порождение гнева или неверия по отношению к благому другу длительностью в один щелчок пальцами приводит к перерождению в мирах ада в течение шестьдесят пять кальп. Однако, согласно школе прасангика мадхьямака, в одном щелчке пальцами – 365 мгновений, поэтому гнев на благого друга или неверие в него длительностью в один щелчок пальцами приводит к перерождению в аду Неистошимого страдания в течение 365 кальп. Это гораздо дольше, чем всё время, которое занимает развитие мировой системы, то есть восемьдесят промежуточных кальп. На эволюцию мира уходит двадцать промежуточных кальп; затем мир существует двадцать промежуточных кальп, разрушается двадцать промежуточных кальп и пребывает в пустоте двадцать промежуточных кальп. «Пустота» в данном случае означает, что в определённом пространстве, где раньше существовала мировая система, больше ничего не остаётся. Затем на том же месте начинает развиваться новая мировая система.

В течение всех тех кальп, что вы проведёте в аду, целая мировая система разовьётся, просуществует, разрушится и станет пустой, причём – несколько раз. Всё это время, если в этой жизни вы не раскаетесь в ошибках, совершённых в отношении вашего благого друга, и не очистите их, вам придётся находиться в аду Неистошимого страдания.

Даже когда этот мир уже полностью исчезнет, ваша соб-

ственная карма пребывания в аду ещё не истощится. Оттуда вы вновь попадёте в ад одной из бесчисленных вселенных и продолжите страдать. Об этом следует помнить. Простая медитация на данное положение очень действенна, потому что тогда вы сможете легко обуздывать свои омрачающие эмоции и избегать создания тяжкой неблагоприятной кармы, которая губит ваше освобождение и просветление и препятствует даже временному счастью.

В тантрическом тексте «Самовозникший и самопроявленный» объясняется:

Не следует пренебрегать хорошим советом: если пренебрежешь – падёшь в ад. Осуждение благого друга или приписывание ему недостатков подобно убийству ста тысяч монахов. Это причина только ада Неистощимого страдания. Даже мысль о том, что ваджрный наставник имеет дурной нрав, принесёт страдания в аду Неистощимого страдания в течение шестидесяти кальп.

Осуждение гуру – причина лишь одного: рождения в горячем аду Неистощимого страдания, где тело раскалено докрасна и нераздельно с огнём, как фитиль свечи; в нём можно узнать живое существо только разве что по звуку его воплей. Сказано, что одна крошечная искра в первой категории горячих адв, аду Постоянного возрождения, в семь раз горячее огня конца кальпы, в котором плавятся даже горы; а огонь конца кальпы в шестьдесят или в семьдесят раз горячее всего огня в нашем нынешнем мире. Даже крошечная искра в аду Постоянного возрождения невероятно горяча, и в каждой категории адв она в двадцать раз горячее, чем в предыдущей.

Таким образом, осуждение благого друга является причиной только перерождения в аду Неистощимого страдания. Например, простая мысль о том, что ваджрный наставник очень гневлив, делящаяся всего один щелчок пальцев, ввергает вас в ад Неистощимого страдания на шестьдесят кальп.

Во «Вступлении на путь деяний бодхисаттвы» упоминается, что одно мгновение гнева уничтожает заслуги, накопленные практикой даяния и совершением подношений Татхагатам в течение тысячи кальп⁵¹. Если мы разгневаемся на бодхисаттву на одно мгновение, то разрушим свои заслуги, созданные за тысячу кальп, и даже если эти заслуги были посвящены, это

откладывает их результат, то есть счастье и духовные постижения, на тысячу кальп. До того как испытать гнев на это одно мгновение, мы, возможно, были готовы, накопив большие заслуги, к постижению пустоты или порождению бодхичитты в тот самый день, но после мгновения гнева наше прозрение откладывается на тысячу кальп. Вот насколько может быть вредоносен гнев!

Поскольку гуру – самое могущественное из всех святых существ, гораздо могущественнее бодхисаттвы, гнев на гуру разрушает гораздо больше заслуг и откладывает духовные постижения на гораздо большее количество кальп. Это становится тяжелейшим препятствием. Здесь мы говорим не просто о любом человеке, признанном в мире в качестве гуру, но о нашем собственном гуру, о том, с кем установили связь в Дхарме.

Разрушение наших заслуг – невообразимая потеря, потому что мы тратим столько сил и материальных средств на накопление заслуг в этой жизни и жизнь за жизнью. Нам нужно приложить много усилий, чтобы преобразовать ум в добродетель, и после этого вершить добродетель. Нам трудно сделать действие добродетельным или Дхармой, хотя оно может казаться Дхармой. Когда мы медитируем, читаем тексты или занимаемся благотворительностью, это на первый взгляд может быть Дхармой, но то, что оно выглядит духовным, ещё ни о чём не говорит. Всё зависит от нашей мотивации, а не от того, что мы делаем внешне. Если наш ум чист, наше действие становится чистым. Иначе наши поступки могут казаться Дхармой, но в действительности они – не Дхарма.

Если так опасно позволять себе гневаться на нашего гуру всего на мгновение, нет сомнений в том, какие результаты влечёт за собой гнев на гуру часами, днями или месяцами. Мы не можем постичь весь ущерб, который нам придётся испытать: это для нас невообразимо. Памятуя об этом пороке, мы должны стараться всеми силами себя обуздывать, когда нам грозит опасность порождения отрицательных мыслей, особенно гнева, по отношению к гуру.

Очищение наших ошибок

Если мы гневались на благого друга, осуждали его или от него отреклись, причиняли вред его святому телу, пренебрегали

его наказаниями или возмущали его святой ум, то, несомненно, можем очистить созданную тем самым неблагодарную карму рождения в аду (см. Приложение 3). Не следует думать, что эта карма настолько тяжела, что её никогда нельзя очистить, как в христианстве, где считается, что когда люди попадают в ад, они застревают в нём навсегда, утрачивая возможность выбраться из этого мира. Карма – это зависимое происхождение, как и ум, создающий ад. Поскольку карма зависит от причин и условий, её можно изменить с помощью других причин и условий. Если бы она не зависела от причин и условий, а существовала объективно, её было бы невозможно изменить. У неблагодарной кармы есть только одно достоинство – её можно очистить.

Существует много способов очищения неблагодарной кармы, созданной по отношению к гуру. Учения ламрим нам советуют, что, если лама жив, мы должны немедленно покаяться ему в своей ошибке с глубоким сожалением. Лучший способ очищения – это, признав ошибку, затем делать то, что радует святой ум этого гуру, либо следовать данному им совету, подносить ему служение или совершать нечто подобное. Раскаявшись в проступке, мы меняем наше мышление и действия. Какую бы тяжкую неблагодарную карму мы ни создали, её можно очистить, и это – наилучший и самый быстрый способ очищения.

Зная личность и особенности характера этого гуру, мы делаем то, что его больше всего радует. Если мы знаем, что определённые поступки приятны гуру, то их совершаем. Некоторые ламы, например, не любят, когда их хвалят; они являют недовольство похвалой, но прямолинейность доставляет им удовольствие. Радование добродетельного учителя, кажется, – наилучший и кратчайший путь умиротворить препятствия исполнению наших временных и высших желаний. Порадовать его – всё равно что открыть врата к свершениям в нашем собственном уме. Каждый раз, когда мы совершаем то, что радует нашего гуру, происходит большое очищение, наше сознание переходит на более высокий уровень, и мы приближаемся к свершениям.

Чтобы очистить свои ошибки, мы также можем выполнить «передачу Дхармы», то есть, памятуя о гуру, сделать подношения пищи и чая другим его ученикам. Это считается мощным очищением любой неблагодарной кармы, накопленной в отношении гуру.

Мы также можем очиститься с помощью практики Ваджрасаттвы и, особенно, Самайяваджры, подношений цог и совершения подношений этому гуру. В то время как Ваджрасаттва является общей практикой раскаяния и очищения, Самайяваджра – особый метод очищения тяжкой неблагодатной кармы, созданной по отношению к благому другу. Кроме того, мы можем очистить отрицательную карму, читая молитву Тридцати пяти Буддам с простираньями, поскольку произнесение имени последнего из этих Будд очищает нарушенную самайю с гуру. По всей видимости, тридцать пятый Будда, Царь Владыки гор, прочно восседающий на драгоценности и лотосе, совершил особые молитвы о том, чтобы его имя помогало живым существам очищать нарушенную самайю с гуру. Кроме того, можно очищаться, читая мантры, сутры совершенства мудрости и так далее: в учениях ламрим упомянуты шесть различных способов⁵².

Наилучшим и самым могущественным средством очищения ошибок, совершённых в отношении гуру, является следование наставлениям этого гуру – таким как совет провести затворничество, сделать какую-либо работу или нечто другое. Радование святого ума гуру исполнением его желаний приносит гораздо больше очищения, чем чтение мантры Ваджрасаттвы на протяжении многих месяцев. Конечно, это также зависит от того, как мы читаем мантру.

Пхурчог Нгаванг Джампа сказал:

Если у вас есть нарушения самайи с одним гуру, вы не сможете обрести свершения, даже если пытаетесь сохранить самайю с любым из других ваших гуру. Если гуру жив, покайтесь ему. Если гуру уже нет в живых, покайтесь порам на коже этого гуру.

Ошибка в отношении одного гуру равнозначна совершению ошибки в отношении всех наших гуру. Ринпоче объяснял, что пренебрежение советом одного гуру оскверняет наши связи со всеми другими гуру.

Если наш гуру скончался, или по какой-то причине мы не можем его увидеть, можно очистить свою неблагодатную карму, покайсявись его ближайшему ученику, если гуру – монах, или члену его семьи, например, супруге или ребёнку, если он – мирянин. Мы также можем покаяться реликтам нашего гуру – волосам, костям, ногтям, пеплу, одеждам или другому имущему

ству – поместив их на алтарь, думая о них как о самом гуру и совершая перед ними глубокое покаяние. Именно так кадампинские геше признавались в своих ошибках.

Не очистив ошибки, совершённые по отношению к благому другу, в этой жизни, даже встретившись с благим другом в будущих жизнях, мы вновь совершим те же проступки, то есть создадим следствие, подобное причине. Если мы не очистимся, применяя в качестве противоядия четыре силы⁵³, в этой жизни и не изменим своё отношение, то будем вновь и вновь повторять одни и те же ошибки из жизни в жизнь, и наш ум не будет развиваться. Это значительно воспрепятствует нашим трудам ради себя и других.

Даже если мы способны устранить карму рождения в адах совершением глубокого раскаяния и очищения, наши свершения на пути, всё же, будут по-прежнему отложены, потому что мы уничтожили такое огромное количество заслуг. Именно поэтому практика правильного вверения благому другу так подчёркивается во всех учениях Будды и особенно в махаянских тантрических учениях.

3. Даже хотя мы практикуем тантру, мы не достигнем высших свершений

Совершая ошибки в практике преданности гуру, даже если мы практикуем тантру, нам никогда не достичь просветления. Как бы хорошо мы ни понимали тантрический путь и сколько бы кальп на него ни медитировали, мы никогда не достигнем высших свершений. До тех пор, пока мы не очистим неблагуя карму, накопленную в отношении гуру, сколько бы мы ни практиковали тантру, о просветлении не будет и речи.

В «Сущности нектара» сказано:

Даже создавший тяжкую неблагуя карму, такую как пять тяжелейших злодеяний и прочее,

Посредством тантры может достичь высших свершений прямо в этой жизни.

Но любой, кто от всего сердца оскорбляет гуру,

Не достигнет никаких свершений, даже практикуя кальпами.

Источником этого является «Коренная тантра Гухьясамаджи», в которой сказано:

Те, кто создал тяжкую неблагуя карму,

Такуя как пять тяжелейших злодеяний и прочее,

*Могут достичь великого океана Ваджраяны, высшей колесницы.
Но те, кто от всего сердца унижал своего гуру,
Не достигнут в практике ни малейшего успеха.*

Даже те, кто совершил пять тяжелейших злодеяний и тому подобное, в том числе десять недобродетелей, могут практиковать тантру и всё равно достичь высшей Ваджраяны, то есть просветления, в этой жизни. Но если вы от всего сердца осуждали своего гуру, то ничего не достигнете, даже практикуя тантру. Иногда критическая мысль просто приходит и уходит, но здесь *от всего сердца* означает нечто серьёзное.

Если мы неосторожны в отношениях с гуру, но, с другой стороны, делаем сотни тысяч простираний и других практик, в нашем уме ничего не произойдёт. Не будет никаких постижений, даже если мы проведём многолетнее затворничество по тайным, глубоким тантрическим медитациям в уединённом месте. Не возникнет никаких переживаний, и наш ум останется таким же, как прежде. У нас не будет даже ни единого благого знака в сновидении.

После смерти любое живое существо, совершившее одно из пяти тяжелейших злодеяний – убийство матери, отца или архата, пролитие крови Татхагаты или внесение раскола в Сангху – мгновенно переродится в аду, без принятия ещё одной жизни в промежутке. Даже тяжкая неблагая карма убийства человека, совершение коренного падения и тому подобное сразу же ввергают в ад. Однако, посредством практики тантры, даже те, кто создал подобную тяжкую отрицательную карму, могут достичь просветления в этой жизни. Но человек, который от всего сердца осуждал своего наставника – сколько бы он ни практиковал тантру – не обретёт в этой жизни никаких свершений.

Это не означает, что тот, кто от всего сердца осуждал своего гуру, вообще не может осуществить Ваджраяну ни в какой из жизней и для него невозможно достичь просветления. Так может показаться, судя по вышесказанному, но если бы это было правдой, это значило бы, что утверждение о том, что рано или поздно все живые существа, несомненно, станут просветлёнными, ложно.

Я попросил Зиме Ринпоче разъяснить смысл схожей цитаты в «Большом руководстве к этапам пути пробуждения», где говорится, что, если нарушишь коренной обет бодхисаттвы,

никогда не станешь арьей в этой жизни. Ринпоче сказал: «Это означает, что не станешь в этой жизни арьей, если не очистишь коренное падение бодхисаттвы». Ринпоче добавил: это не означает, что, совершив такую ошибку, вы никогда не достигнете просветления, хотя это звучит именно так. Это значит, что вы не можете стать арьей, если не раскаетесь в своей ошибке и её не очистите. Если вы раскаетесь в ней и её очистите, ситуация изменится.

Суть в том, что всё становится по-другому, если вы меняете свой образ мыслей, признаёте в своей ошибке и стараетесь её больше не совершать. Иначе, если вы не меняете мышление и не стараетесь не повторять ошибку, сколько бы вы ни практиковали тантру, вы никогда не достигнете высших свершений. Это положение очень важно помнить, особенно если вам кажется, что вы совершили такие ошибки.

Преобразуя своё мышление в преданность, которая видит в гуру будду, вы можете устранить эти пороки. Если вы исправитесь, раскаетесь, чтобы очистить всю накопленную в прошлом неблаговую карму, и затем вновь начнёте создавать обширные заслуги с помощью правильной преданности, у вас будет возможность достичь просветления посредством практики тантры за короткое время, даже за несколько жизней. Но до тех пор пока вы не измените своё отношение к гуру и не перестанете его осуждать, вы ничего не добьётесь, даже если практикуете тантру долгие годы, отказавшись от пищи и сна.

Если вы неправильно вверяете себя благому другу, корню пути к просветлению, сколько бы кальп вы ни провели в строгом затворничестве по второй стадии тантры, вам не стать буддой. В вашем уме ничего не произойдёт. Поскольку у вас не будет общих постижений ламрима и необычайных свершений тантры, вы не достигнете просветления. И дело вовсе не в том, что, совершив ошибку, вы никогда не станете буддой. Конечно, каждое живое существо со временем может стать просветлённым, потому что все обладают природой будды. Однако отказавшись от гуру как от объекта почитания, вы, скорее всего, не сможете достичь просветления в этой жизни.

4. Даже если мы практикуем тантру с большими трудностями, это будет подобно достижению ада и тому подобного

Если мы осуждали своего гуру, гневались на него или совершили по отношению к нему иную ошибку, до тех пор, пока мы не исправим эту ошибку и не восстановим самаю, даже многолетняя практика тантры с такими тяготами как отказ от пищи и сна, будет подобна достижению ада и тому подобного. (*Тому подобное* может означать трудности в этой жизни, а также другие низшие миры). Иными словами, можно терпеть много лишений – не есть, не спать, не разговаривать, ни с кем не встречаться и днём и ночью только читать мантры и медитировать, проводя многолетнее затворничество в уединённом месте, но в нашем уме ничего не изменится, если мы совершили ошибку в отношении одного из своих благих друзей.

Однако это не значит, что вся эта интенсивная практика становится причиной низших миров. И не значит, что вы тем самым не создаёте заслуги. Хотя у вас возникают подобные тяжкие дурные мысли, вы, возможно, накапливаете заслуги, выполняя различные практики, такие как, например, простирания и подношения Будде. Конечно, уже только в силу объекта такие действия становятся добродетелью. Однако горы неблагоприятной кармы, созданной вашими отрицательными мыслями о гуру, так высоки, что накапливаемая вами благая карма теряет свою весомость.

Дурные мысли о благом друге являются величайшим препятствием духовным свершениям, поэтому, если вы не откажетесь от этих мыслей, сколько бы сотен тысяч предварительных практик вы ни сделали, это будет подобно достижению ада. Пока вы не очистите нарушенную самаю, пока ваш ум не изменится, пока вы не прекратите создавать эту тяжкую карму, сколько бы вы ни практиковали тантру и с каким бы усердием это ни делали, это будет подобно достижению ада. Вы не сможете обрести прозрения.

В коренной тантре «Украшение ваджрной сущности» объясняется:

*Для тех, кто осуждал своего наставника,
Даже если они практикуют тантру тысячи калп,
Избегая сна и отвлечений,
Это будет подобно достижению ада.*

Лама Цонкапа сказал:

Если вы совершенно беспечно презираете своего гуру, а затем

весьма усердствуете в слушании, размышлении и медитации, это будет подобно открытию врат в низшие миры.

В «Сущности нектара» сказано:

Тот, кто намеренно оскорбляет и презирает благого друга, раскрывающего путь,

Даже если и старается постичь смысл тантры,

Отказавшись от сна, вялости и отвлечений,

Это, как сказано в тантре, подобно трудам ради ада и тому подобного.

На какие бы жертвы вы ни шли ради практики тантры – жизнь в одиночестве и отказ от пищи, сна и разговоров – это будет подобно открытию врат в низшие миры, а не к духовным свершениям.

Опять же, под этим имеется в виду не простой гнев на гуру, а отказ от него как от объекта почитания телом, речью и умом. Упомянутое следствие такого проступка предполагает, что вы исполнились решимости отказаться от гуру как от объекта почитания, не послушались его советов и нарушили самайю.

Отвлечения, о которых было сказано, – это то, что мешает вам выполнять практику или сессию в затворничестве. (Человек, который живёт чистой практикой Дхармы, отказался от трудов ради этой жизни и свободен от отвлечений, вызванных привязанностью, цепляющейся за счастье в этой жизни). Вместо того чтобы заниматься практикой Дхармы, вы проводите время лишь сплетничая о мирских вещах, восхваляя себя и принижая других. Вам некогда даже читать мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Ваше нынешнее счастье кажется вам столь важным, что вы совершенно не думаете о будущем счастье, о великом абсолютном счастье. Вы находитесь во власти мирских забот. Даже если вы откажетесь от всего и перестанете есть, сплетничать, заниматься бизнесом, путешествовать, развлекаться и поселитесь в затворничестве на горе, окружив себя кострами, чтобы не уснуть, но при этом намеренно оскорбили или унизили своего гуру, вы словно устремляетесь к адам.

Не меняя свои мысли и поступки, сколько бы вы ни практиковали не просто тантру, но даже Высшую Йога-тантру, кратчайший путь к просветлению, из-за ошибок, совершённых в

отношении благого друга, это будет подобно достижению ада, а не просветления. Если вы приняли смертельный яд и продолжаете его принимать, он может стать таким сильнодействующим, что даже противоядие ничем вам не поможет и вам будут грозить болезни и смерть. Это подобно упомянутому следствию совершения ошибок в преданности гуру.

5. У нас не породятся новые знания или свершения, а ранее обретенные знания и прозрения придут в упадок

Пятым пороком неправильного вверения себя гуру является то, что мы не сможем обрести новые духовные прозрения и знания, а те качества, которые мы уже обрели, придут в упадок. Таким образом, неверная практика преданности гуру наиболее вредоносна для развития нашего ума. Все наши предшествующие переживания сострадания, пустоты, отречения, непостоянства и прочего будут утеряны. Пострадает и наша вера. Кроме того, мы также станем забывчивыми – учения почти не будут откладываться у нас в памяти.

В «Сущности нектара» сказано:

У лишённого преданности высшему объекту, гуру,

Качества не рождаются, а уже рождённые приходят в упадок.

Вспомните жизнеописание великого йогина Миларепы. Долгое время гуру Миларепы Марпа, не давал ему никаких учений, только бранил его и бил. Тайная супруга Марпы Дагмема сострадала Миларепе, поэтому, не спросив разрешения Марпы, посоветовала Миларепе отправиться к ламе Нгогпе, одному из учеников Марпы, и получить у него наставления. После того, как лама Нгокпа дал Миларепе много глубоких учений и посвящений, Миларепа удалился в затворничество. Но, несмотря на все его медитации, ничего не происходило – у него даже не было ни единого благого знака во сне.

Когда Миларепа обсудил это с ламой Нгокпой, лама Нгокпа спросил его: «Получил ли ты разрешение Марпы на то, чтобы сюда прибыть?». Лама Нгокпа проверял, не ошибся ли Миларепа в чём-либо в отношении Марпы. После того как Миларепа объяснил, как всё случилось, лама Нгокпа отправился к Марпе с извинениями, захватив в качестве подношений ему всё своё имущество, за исключением одного хромого козла. После этого Миларепа вернулся к Марпе. У Миларепы не было

никаких хороших знаков, потому что он не спросил разрешения Марпы на то, чтобы получить учения у ламы Нгокпы.

Также существует история Дже Друбкхангпы, которую я уже рассказывал. Дже Друбкхангпа медитировал на ламрим много лет, но у него не возникло ни единого постижения, потому что он не визуализировал в поле заслуг своего учителя азбуки. После того как Дже Друбкхангпа стал представлять этого учителя в качестве основной фигуры поля заслуг, постижения полились на него дождём.

Хотя Кришначарья, великий йогин Чакрасамвары, перелетал из одного места в другое по небу в окружении множества дакинй, играющих на музыкальных инструментах, он не достиг в той жизни высшего просветления, потому что пренебрег маленьким советом своего гуру Джаландхари: когда Кришначарья захотел отправиться в Уддияну, одно из двадцати четырёх святых мест, для выполнения особых тантрических практик, непосредственно предшествующих просветлению, Джаландхари посоветовал ему этого не делать. Однако, настаивая на том, что ему нужно попасть в Уддияну, Кришначарья ослушался гуру и пустился в путь.

По дороге произошло много неблагоприятных событий. Джаландхари, воплощение Чакрасамвары и Ваджраварахи, являлся в различных формах, чтобы прийти Кришначарье на помощь, но тот этого не понимал. Он встречал множество проявлений Чакрасамвары и Ваджраварахи в обыденном облике, но, поскольку ушёл без разрешения гуру, не узнавал в них божеств.

Однажды Кришначарья подошёл к огромной реке, которую хотела перейти больная проказой старуха. Когда Кришначарья стал переходить через реку, старуха попросила его перенести её на другой берег на спине. Не понимая, что перед ним – Ваджраварахи, Кришначарья не обратил на неё внимания и пересёк реку один.

Чуть позже к тому месту пришёл один из учеников Кришначарьи, монах-послушник по имени Кусали. Прокажённая попросила Кусали перенести её через реку, и он почувствовал к ней сильное сострадание. Хотя она была очень уродлива и покрыта язвами, он сразу же посадил её к себе на спину и начал переносить через реку. Когда он дошёл до середины реки, старуха внезапно превратилась в Ваджраварахи и,

обняв Кусали, перенесла его в том же теле в чистую землю Ваджрайогини. Нечистая карма Кусали, мешавшая ему увидеть старуху как Ваджраварахи и заставлявшая его воспринимать её как обычное существо, была очищена его жертвенным поступком, когда он понёс её через реку.

Если бы Кришначарья, учитель Кусали, поднял ту женщину по её просьбе, он попал бы в чистую землю Ваджрайогини и первым достиг просветления. Даже хотя Кришначарья был великим йогином, путешествие в Уддияну вопреки совету гуру стало для него препятствием, помешавшим узнать в прокажённой старухе проявление Ваджраварахи. Поэтому Кусали стал просветлённым раньше своего гуру, который достиг просветления в состоянии бардо после своей кончины в святом месте Дэвикоти.

Если наш ум скрыт под завесами омрачений, то, встретив проявление Ваджрайогини, Тары или другого божества, мы в это не поверим. Даже если у нас были сновидения или другие знаки, поскольку этот человек внешне выглядит обычным, мы воспримем его как обычное существо. Уверенность в его обыденности будет столь конкретной, что мы не распознаем в этом человеке божество и у нас не будет в него веры, даже если он будет стоять перед нами и с нами говорить. Наше представление о том, что он обычен, твёрдое, как скала, помешает нашему быстрому просветлению.

Есть также история об одном высоком ламе по имени Лабсум Гьялцен, главе школы сакья и учителе линии преемственности Ваджрайогини. Однажды Лабсум Гьялцен увидел на улице ужасающую женщину с клыками и отвисшими грудями. Он не узнал в этой женщине Ваджрайогини. Заподозрив, что она дух, он попытался её изгнать, приняв гневную форму. Тогда она ему сказала: «На этот раз не удалось воспитать Лабсума Гьялцена. Увидимся в другой раз!».

Есть много подобных историй. Мы действительно встречаем такие проявления, особенно во время посещения святых мест, но успешно увидеть в них божеств можем, лишь создав причину посредством правильного вверения себя благому другу.

Речунгпа, ученик Миларепы, всегда ему служил, но однажды, когда Миларепа не разрешил ему отправиться в паломничество в Лхасу, Речунгпа стал настаивать на своём. Миларепа

трижды попросил его остаться, но Речунгпа не послушался и приступил к паломничеству. Ранее Речунгпа был монахом, но в Лхасе встретил одну женщину, женился на ней, и у него возникло много неприятностей. Жена часто его била. Например, готовя суп, она его помешивала, а затем с такой силой стучала Речунгпу по голове деревянной ложкой, что обливала его всего супом, и с его ушей свисали овощи. Речунгпа говорил: «Я получил много посвящений, но никогда ранее – посвящения деревянной ложкой, и носил много украшений, но никогда ранее – украшений из овощей».

Однажды жена Речунгпы подарила ему большой бирюзовый камень, но явился нищий и стал у него выпрашивать эту бирюзу. Речунгпа отдал камень нищему. Когда Речунгпа после возвращения из Лхасы пошёл повидать Миларепу, тот спросил его, что с ним стряслось. Не успел Речунгпа что-то ответить, как Миларепа показал ему бирюзу. Тот нищий на самом деле был проявлением Миларепы. Думаю, Миларепа взял бирюзу, чтобы позже доказать Речунгпе, что знает о том происшествии в Лхасе, если бы Речунгпа это от него скрыл. При виде бирюзы Речунгпа был изумлён.

Миларепа сказал Речунгпе: «Поскольку ты трижды послушался моего совета, тебе не достичь просветления в этой жизни. Вначале ты будешь трижды рождаться великим геше». Если бы Речунгпа не пошёл против воли Миларепы, он бы достиг высших свершений ещё в той жизни.

Когда мы совершаем ошибки в преданности благому другу, у нас приходят в упадок обретенные ранее качества понимания и прозрений. Например, в древности в Индии у наставника из низкой касты был ученик из высокой касты, обретший способность летать. Однажды, летая по небу, ученик увидел гуру, сидящего внизу на земле. Он подумал: «Даже у моего гуру нет такой силы». Как только он так возгордился, его сила иссякла, и он рухнул на землю. (Там не сказано, упал ли он прямо на своего гуру). Такое произошло потому, что он подумал о недостатках своего благого друга. Хотя раньше он мог летать, эта способность мгновенно исчезла.

Есть также одна история о Наропе. Тилопа наказал Наропе, хотя тот был великим пандитом, не вести диспутов с индуистами. Но однажды возникла опасность, когда один индуистский пандит вознамерился вести дебаты с буддистами. Участники

побились об заклад, играя с религией всех жителей страны: если победят индуисты, всё население должно перейти в индуизм; если победят буддисты, все должны принять буддизм. Не вынеся мысли о том, что индуисты победят и всем буддистам придётся перейти в индуизм, Наропа решил сразиться в диспуте с индуистским пандитом.

Во время диспута в какой-то момент ум Наропы вдруг помутился, и он не знал, как ответить на выпад индуиста. Тогда он подумал о своём гуру Тилопе и мысленно попросил его о помощи. Тилопа мгновенно явился в пространстве перед Наропой и благословил его; после этого Наропа смог продолжить диспут и победил в нём. Позже Тилопа объяснил, что, поскольку Наропа совершил ошибку, послушавшись его совета не вести диспуты с индуистами, хотя у Наропы была возможность достичь просветления в той жизни, вместо этого он станет просветлённым в промежуточном состоянии, бардо.

Манджушри предсказал, что у двух монахов-послушников из местности рядом с Тибетом под названием Хотан будет карма достичь в той жизни высшего просветления. Двое молодых монахов много месяцев шли пешком в Центральный Тибет, чтобы получить учения от царя Дхармы Сонгцена Гампо. Однако прибыв в то место, где жил Сонгцен Гампо, они услышали, что царь казнит многих людей, отрубая им головы, и своими глазами увидели эти головы, нагромождённые на земле.

В действительности Сонгцен Гампо был воплощением Ченрези, Будды Сострадания. Ченрези проявился в облике царя, а также судей, назначавших наказание людям, создавшим неблаговую карму. Всё великое множество казнённых также было проявлениями Ченрези, а не обычными людьми. Для того чтобы удержать тибетцев от убийств, воровства и других недобродетелей, царь установил законы, известные как шестнадцать человеческих дхарм и десять дхарм богов⁵⁴. Главным образом это были законы, согласующиеся с Дхармой, которые поощряли людей отказаться от десяти недобродетелей. Чтобы заставить тибетцев прекратить совершение неблагих поступков, Ченрези проявился в виде царя, судей, палачей и также многочисленных преступников. Все они были воплощениями Ченрези. Огромная груда голов предназначалась для устрашения людей, но в действительно-

сти убийств не было. Всё это были средства воспитания живых существ.

Два монаха-послушника этого не поняли; они не догадались, что даже казнённые преступники были творениями Сонгцена Гампо, а не обычными существами с отдельным умом. Ченреси проявился в качестве всех этих людей, чтобы защитить тибетцев от накопления неблагой кармы вследствие причинения вреда другим. Однако тем, кто не знал истинного положения дел, было легко увидеть в происходящем злодеяние.

После получения учений по Дхарме от Сонгцена Гампо у монахов возникло неверие в него; они решили, что царь убивает обычных людей. Они отправились обратно домой. Если бы они остались и продолжали получать учения от Сонгцена Гампо, у них была бы карма достичь просветления в той жизни, но из-за их неверия просветления не случилось и они вернулись домой лишь с мешком золота. Несмотря на то, что у них были невообразимые заслуги, необходимые для достижения просветления в той самой жизни, вместо высших свершений они добыли лишь мешок золота.

Существует множество похожих историй, даже современных, о монахах, которые создали неблагодетельную карму в отношении своих учителей, а позже не могли продолжать практику и столкнулись с массой трудностей. Лама-перерожденец, который жил в комнате по соседству с нашей с ламой Еше в Букса Дуаре (его отделяла от нас лишь ширма из бамбука и ткани), поссорился со своим учителем, и позже в его жизни возникло много проблем. На железнодорожном вокзале его укусила за ногу маленькая собачка, большая бешенством. После этого он обезумел и скончался.

В писании под названием «Связь с достоверным познанием нынешнего Будды» сказано:

Если у ученика есть обида на гуру или неприязнь к нему, для него невозможно обрести какие-либо благие качества. Если нет почтения к гуру и признания его основателем Дхармы Будды, Гуру Буддой Шакьямуни, а также почтения к практикующим все три колесницы, к бхикшу, не открывшим Дхарму, и их признания, невозможно осуществить Дхарму, неполученную ранее, и не утратить ранее полученное. Если не проявлять почтение, Дхарма приходит в упадок.

Здесь сказано, что следует признавать и почитать не только гуру как основателя Дхармы Будды, но также и практикующих трёх колесниц, даже тех, кто не породил никаких путей, и даже полностью посвящённого монаха, с которым не установлена связь в Дхарме. Непочтение – причина упадка вашей Дхармы. Например, вы будете помнить всё меньше учений и комментариев, которые получили, даже если ранее их изучали.

Забывчивость или глупость, трудности в понимании даже простой темы Дхармы, – следствие неблагой кармы, накопленной в отношении святых объектов. Это также может быть результатом совершения загрязнённых подношений, таких как подношения на алтарь или даже живому благому другу – с неприкрытым ртом и без благословения подношений мантрой ОМ АХ ХУМ. Каждый раз, делая подношения, мы должны их благословлять произнесением ОМ АХ ХУМ, иначе сущность подношения поглотят чинители препятствий, такие как разнообразие видов духов. Тогда уму грозит множество помех или загрязнений, из-за которых он помутится и не сможет постигать учения. Например, вы не сможете даже понять смысл слов учений о пустоте. Также будет трудно поддерживать ясную визуализацию, и ваше сосредоточение будет слабым. Невзирая на попытки сосредоточиться, вы по-прежнему будете отвлекаться. У вас также может внезапно возникнуть неверие в Дхарму и неуважение к ней.

В «Освобождении на вашей ладони» Пабонка Дечен Ньингпо предупреждает, что дурные друзья тоже способны привести в упадок наши знания и прозрения.

Лама Цонкапа сказал:

Если не знаешь, как распознать плохого друга, то это тот, кто не помогает прекратить проступки и природные пороки, имевшиеся раньше, и помогает увеличить новые пороки.

Кроме того, в писании «За пределами состояния печали» сказано:

Бодхисаттвы боятся дурных друзей больше безумного слона. Разница между ними в том, что последний разрушает лишь тело и место, а первые разрушают тело Дхармы. Помимо этого, безумный слон не может ввергнуть в дурные уделы, а плохие друзья, несомненно, в них ввергнут.

6. Даже в этой жизни нас будут преследовать болезни и прочие неприятности

Шестой порок состоит в том, что даже в этой жизни нам будут причинять вред болезни и множество других нежеланных вещей. Нас будет мучить то одно, то другое. В «Пятидесяти [строфах] об Учителе» упоминаются тринадцать причин смерти того, кто совершил ошибки в преданности благому другу:

Великий глупец, осуждающий ваджрного наставника, умрёт от эпидемии, простуды, демона, лихорадки или яда. Его может казнить царь, либо он погибнет при пожаре, от укуса ядовитой змеи, из-за воды, гневных дакинь, воров, духов или злонамеренных друзей. Будучи убитым по одной из этих причин, он затем отправится в ад.

Казнь царём – это лишь пример, и также включает в себя убийство другими живыми существами. Гневные дакини, у которых разные уровни тантрических свершений, могут расстроиться, когда у ученика возникает неверие или он нарушает самаю со своим гуру; их возмущение может стать условием преждевременной смерти.

В «Сущности нектара» сказано:

В этой жизни возникают болезни, вред от духов, преждевременная смерть и прочее.

От тех, кто нарушил самаю со своим гуру, быстро отворачивается удача. После этого им с большей вероятностью могут причинять вред элементы, нечеловеческие существа, такие как духи, и даже люди. Также они могут лишиться себя жизни. Даже если их никто не убивает, они кончают жизнь самоубийством. Это страшная смерть. Хотя у них могут быть большие знания Дхармы и они могут являться знатоками всех пяти философских трактатов⁵⁵, их конец печален или ужасен.

Если говорить о переживании нежеланного вследствие совершения ошибок в преданности гуру, существует история об Ачарье Буддхаджняне. Однажды, когда Буддхаджняна давал учение большому собранию своих учеников, мимо места учения прошёл его гуру, великий йогин Саукарика, свинопас. Буддхаджняна увидел своего гуру, но притворился, что его не заметил, и продолжил учение. Позже, после окончания учения, Буддхаджняна пошёл к Саукарике. Когда он делал простирания,

Саукарика спросил его: «Почему ты не поклонился мне раньше?». Буддхаджняна ответил: «О, я тебя не увидел!». Его глаза моментально выпали на землю. Саукарика благословил оба глаза Буддхаджняны, но смог восстановить только один из них.

Его Святейшество Сонг Ринпоче сказал, что йогины незаметно испытывают плоды таких действий, в отличие от обычных существ. Мы, простые люди, накапливаем карму, и хотя не переживаем мгновенных результатов, в будущей жизни испытаем страдания в адах. Сейчас нам может быть вполне комфортно и с нами не происходит ничего плохого, но вся наша неблагая карма ждёт своего проявления в низших мирах в следующей жизни.

Лама Еще однажды велел мне, чтобы я спал над ним на верхней полке в поезде от Патанкота до Дели. Поскольку Лама дал мне такое разрешение, я лёг наверху, но мне было не по себе. Когда той ночью я заснул, мне приснилось землетрясение, с огромной трещиной в земле. Я подумал: «Это неправильно!» и пересел на пол.

Один монах-послушник как-то совершил ошибку в преданности своему гуру, кадампинскому геше Ниусурпе. Ниусурпа отметил: «Перед смертью ему надо раскаяться, но он этого не сделает». Во время умирания ученик стал кричать, что его раздавливают все горы Ниусура. Он испытал невыносимый страх, и ему привиделось, что его сжигают заживо, а горы Ниусура его раздавливают.

У Лопёна Еще Зангпо, ламы линии преемственности ньюнг-нэ, было кожное заболевание, которое не удавалось вылечить никакими средствами. Когда он пытался лечиться на горячих источниках, вода в них становилась всё горячее и горячее, пока ему не начинало казаться, что его варят заживо. Затем он провёл затворничество по Красному Ямантаке, но даже это не особо помогло. Позже он попросил одного ламу о помощи. Лама спросил у Тары, и она сказала, что поскольку эта болезнь – следствие ошибок, совершённых в преданности благому другу в прошлой жизни, ламе Зангпо необходимо раскаяться. Только после раскаяния его состояние улучшилось.

Практика раскаяния крайне важна в целом, для очищения загрязнений и умирения препятствий порождению прозрений на пути к просветлению и, в частности, для исцеления от серьёзных заболеваний. В случае тяжёлой болезни, когда ничто

иное не помогает, раскаяние может иметь огромную силу. Раскаиваясь глубоко и безупречно, вы можете очистить всю созданную неблагую карму, которая осталась в потоке вашего ума и ждёт постепенного проявления в будущем.

Как я уже рассказывал, ребёнком я жил в Ролвалинге со своим дядей Нгавангом Гендуном, который был моим вторым учителем азбуки. По долине Ролвалинг протекает река, и она вся окружена горами. На одном берегу реки находятся монастырь и большая ступа с окружающей её тропой; на другом берегу – зелёный луг, где раньше разбивали лагеря западные путешественники. Туристы, гидами которых были носильщики-шерпы, иногда приезжали туда летом и осенью. Бывало, что гиды приводили путешественников в дом моего учителя, а пару раз мы спускались к ним, навестить их в их палатках.

Река была довольно широкой, но мост через неё, ведущий на луг, был совсем хилым, – просто два связанных древесных ствола. Однажды мне захотелось передать западным туристам в их лагерь немного картошки. Мой учитель сказал, чтобы я туда не ходил, но я настаивал на разрешении. Почему-то мне сильно хотелось отдать картошку туристам. Мой учитель положил картофелины в медный контейнер, в котором обычно подавали рис или местное пиво чанг, и я отправился в лагерь в одиночестве. Я ступил на мост, и, когда дошёл до его середины, мост качнулся (по крайней мере, мне так показалось) и я упал в реку.

Моя голова оказалась на поверхности, затем я опять погрузился в воду. Позже учитель сказал мне, что сначала я поплыл против течения, потом по течению. Меня несла река, и моя голова время от времени оказывалась над водой, но я неуклонно приближался к опасному месту, где река была очень глубока. Один раз, когда моя голова всплыла, я увидел, что мой дядя бежит под гору к реке – из монастыря, который находился довольно далеко. На нём были простые тканые штаны, и он придерживал их на бегу, спеша мне на помощь.

В то время мне в голову пришла мысль: «Тот, кого люди зовут “Лавудо Лама”, сейчас умрёт. Так всё и закончится». Тогда я мало понимал Дхарму, и у меня не было и представления о пустоте, но эта мысль возникла. Я не испугался. Сейчас, если бы ко мне пришла смерть, мне было бы трудно, но в тот момент я был совершенно спокоен. Страха не было вообще, только мысль: «Тот, кого люди зовут “Лавудо Лама”, сейчас умрёт».

Меня уже почти принесло на глубину, где спасти меня было бы довольно трудно, когда мой дядя, наконец-то, меня схватил. Я насквозь промок. Мой учитель сказал: «Я же говорил тебе не ходить!». Думаю, что моё падение в реку и потеря контейнера с картошкой были ущербом от того, что я не послушался своего учителя.

Позже я узнал, что один из западных туристов пришёл к реке со своим фотоаппаратом и фотографировал меня, когда меня несло по реке.

7. В будущих жизнях мы будем бесконечно блуждать в низших мирах

Седьмой ущерб – то, что в наших будущих жизнях мы немисливо долго будем перерождаться и умирать в низших мирах. Мы будем бесконечно страдать в низших мирах, в одном за другим. Мы будем блуждать в низших мирах невообразимо долго, и нашим страданиям не будет конца.

В «Сущности нектара» сказано:

В будущих жизнях ждёт бесконечное блуждание в дурных делах.

После того как мы установили с учителем связь в Дхарме, даже получив лишь устную передачу нескольких слогов мантры или одну строфу учения с признанием отношений гуру-ученик, нет сомнений в том, что тяжелейшая неблагая карма – это осуждение гуру или отказ от него.

В «Тантре посвящения Ваджрапани» упомянуто, что Ваджрапани однажды спросил Гуру Будду Шакьямуни: «Бхагаван, каково созревшее следствие презрения к гуру?». Это относится к осуждению гуру или отказу от него.

Будда ответил: «Не вопрошай, Ваджрапани! Если бы я объяснил пороки совершения ошибок в преданности благому другу, все боги и другие мирские существа пришли бы в ужас». И добавил: «У бодхисаттв, обладающих великим состраданием к живым существам, пошла бы горлом кровь».

Иными словами, бодхисаттвы, у которых столько сострадания к живым существам, не смогли бы оправиться от потрясения, услышав о тяжких страданиях, которое невообразимо долго придётся испытывать подобному живому существу. Для бодхисаттв это было бы нестерпимо, как для матери, которая

знает, что её горячо любимый сын подвергается пыткам. Из их святых уст пошла бы кровь, и они бы скончались.

Затем Будда продолжил: «Но соберись с духом, и я расскажу тебе немного, О Владыка Тайны. Человек, совершивший ошибки в отношении благого друга, осудив его, отказавшись от него и так далее, после смерти переродится в аду, который я описал для того, кто совершил пять тяжелейших злодеяний. Он пребудет там бесчисленные кальпы. Следовательно, никогда нельзя принижать и осуждать ваджрного наставника или от него отречься».

Это означает, что он родится не просто в аду, но в нижайшем из горячих адов, аду Неистощимого страдания, в котором существуют тяжелейшие страдания в сансаре, и пребудет там бесчисленные кальпы. Его тело будет едино с огнём, как кусок горящего дерева, и из всех десяти сторон света будет исходить нещадное пламя. Он будет испытывать невыносимые страдания, и только по звуку его воплей можно будет понять, что в этом пламени находится живое существо.

Однако когда Кьябдже Чоден Ринпоче давал учение по «Большому руководству к этапам пути пробуждения» в центре «Страна Будды Медицины»⁵⁶, Ринпоче сказал, что совершивший такое переродится в ваджрном аду, а не в восьмом горячем аду Неистощимого страдания. Согласно Ринпоче, ваджрный ад – это нечто другое, и страдания в нём ещё сильнее.

Будда объяснил лишь малую часть плода – что такой человек будет вынужден находиться в аду невообразимое количество кальп, потому что было бы слишком ужасно рассказывать об этом подробно.

Ранее я приводил цитату из тантрического текста «Самовозникшее и самопроявленное», где говорится, что неблагая карма осуждения ваджрного наставника, самого могущественного существа, так велика, что это подобно убийству ста тысяч членов Сангхи. И подобных цитат много.

Рассматривая эти положения, вы можете увидеть, что в убийстве сотни или даже тысячи людей нет ничего поразительного. Неблагая карма мясника, забившего много тысяч животных, но не создавшего тяжкую неблагую карму в отношении благого друга, легка по сравнению с такой неблагодатной кармой. Отрицательную карму убийства очистить легче. Возможно, с Мао Цзэдуном всё обстоит немного по-другому, потому что он

уничтожил учения во всём Тибете и убил много святых, хотя они не были его гуру.

Ещё в одном тантрическом учении сказано:

Никогда не принижай и не оскорбляй ваджрного наставника, который ввёл тебя в мандалу. Никогда не возмущай святой ум ваджрного наставника. Если это случилось из-за твоего неведения, ты, несомненно, попадёшь в ад.

Поскольку эта неблагая карма так тяжела, если вы участвуете в забавах вместе с человеком, который от всего сердца осуждал своего ваджрного наставника, это отнимет у вас свершения и приведёт в упадок развившиеся у вас переживания. Это станет корнем мучительных страданий в низших мирах.

Лама Цонкапа сказал, что, занимаясь чем-то приятным в обществе человека, осудившего гуру от всего сердца, например, принимая вместе с ним пищу, прозрений не достичь. Не говоря уже о ситуации, когда вы сами возмущаете святой ум гуру или осуждаете его от всего сердца, даже если вы делите трапезу с тем, кто так поступил, у вас не будет духовных свершений. Вот как тяжела эта неблагая карма! Нет кармы тяжелее, даже пять тяжелейших злодеяний – легче. Никто из тех, кто ест вместе с таким человеком, говорит с ним или общается с ним иначе, не сможет обрести прозрения.

В комментарии к посвящению Ямантаки Тринадцатый Далай-лама объяснил, что совместное употребление пищи или распитие напитков с человеком, который нарушил самаю с одним из ваших гуру, ввергает в низшие миры. Это загрязнение приводит ум в упадок и влечёт за собой перерождение в низших мирах.

Люди с нарушенными самаями оскверняют место, где они находятся. Даже хранение в вашей комнате предметов, принадлежащих тому, кто нарушил самаю с одним из ваших гуру, загрязняет ваш ум. Строгие практикующие не станут держать в своём доме предметы Дхармы, принадлежащие такому человеку, опасаясь, что загрязнение помешает развитию их ума на пути к просветлению и приведёт к его деградации. Я не говорю, что я – хороший практик, но в прошлом, поскольку я слышал столько учений про эти пороки, каждый раз, когда тибетец, осудивший Его Святейшество Далай-ламу или другого высокого ламу, дарил мне изображение божества, я помещал его сна-

ружи на высокое чистое место или отдавал другим. Само по себе изображение было святым объектом, поэтому его следовало почитать, но поскольку загрязнение могло сильно повредить уму, я помещал его снаружи или отдавал.

Его Святейшество Сонг Ринпоче, который был истинным Херукой, во время посвящений говорил нечто подобное. Ринпоче объяснял, что даже питье воды в местности, где живёт человек с нарушенной самайей, ввергает в низшие миры. Ринпоче имел в виду загрязнение от нарушенной самайи этого человека. Нет никаких сомнений в том, какие последствия это принесёт нарушителю самайи, но дурные плоды так велики, что приводят в упадок даже ум окружающих его людей, хотя они не создавали такую же неблагую карму. Их загрязняет одно лишь пребывание рядом с этим человеком – так сильно, что они попадают в низшие миры.

Мой милосердный гуру Серконг Дордже Чанг также сказал, что даже питье воды из той же долины, где живёт другой ученик, оскорбивший вашего собственного гуру, ввергает в ад.

Однажды тибетское правительство упряло за решётку одного из гуру довольно высокого ламы в Лхасе. Хотя говорили, что этот лама обладает властью и может помочь своему гуру, он этого не сделал. Позже этот лама написал очень ясное сочинение по винае, и монахи считали, что оно полезно для заучивания. Но когда геше Лекден, у которого превосходная практика преданности гуру, стал настоятелем монастыря Сера Дже, он не захотел, чтобы от этого текста, даже такого хорошего, монахи получали загрязнение. Геше Лекден сказал, что, раз этот лама не помог своему гуру освободиться из тюрьмы, к монахам Сера может перейти осквернение от этой книги. Он так беспокоился о том, что их практика может прийти в упадок, а ум не будет развиваться, что попросил собрать все тексты и больше их не заучивать. Серьёзные практикующие, знающие смысл преданности гуру, очень осторожны в таких вопросах.

Для нас не только вредно осуждать или принижать нашего благого друга, мы не должны даже видеть человека, который так поступил. Когда ученик Чаг Лоцавы, нарушивший самайю, пришёл на учение великого ньингмапинского йогина Лингрепы, Лингрепа внезапно не смог открыть рот. Утратив способность учить Дхарме, он был вынужден уйти.

Кроме того, если вы нарушили самайю, осуждая своего гуру

или отказавшись от него, и затем становитесь учителем, есть опасность, что вы оскверните своих учеников.

8. Во всех будущих жизнях у нас не будет благих друзей

Восьмой ущерб от совершения ошибок в преданности благому другу состоит в том, что во всех будущих жизнях у нас не будет благих друзей. Даже если в стране, где мы живём, есть тысячи сведущих учителей – например, в Тибете или в Индии – мы не сможем найти гуру. Мы никогда не встретим благого друга, способного вести нас к освобождению и просветлению. Нам придётся бесконечно скитаться в сансаре и страдать.

Почему у нас не будет благого друга во всех будущих жизнях? Потому что, даже хотя есть бесчисленное множество будд и бодхисаттв, без гуру мы не можем достичь просветления. В этом вся суть. Сколько бы ни было будд, они могут принести нам пользу только в обычном облике благого друга, который проявляется согласно нашей карме. У нас нет кармы видеть всех будд и общаться с ними напрямую, получая учения. Бесчисленные будды трудятся ради нас, но только в облике гуру.

В «Сущности нектара» сказано:

*Если случайно обретёшь тело счастливого скитальца,
То из-за созревания следствия, подобного причине – непочитания гуру,
Переродишься в неблагих уделах без свободы
И даже не услышишь слов “святая Дхарма” или “благой друг”.*

Из-за непочтения к благому другу во всех будущих жизнях мы будем лишены добродетельного учителя, поэтому не услышим святую Дхарму. Невозможность встретить благого друга в будущем – это переживание следствия, подобного причине, то есть неуважения к благому другу или ошибок во вверении. Жизнь за жизнью мы будем рождаться в местах, где нет свободы для практики Дхармы, и где мы не встретим благого друга. (Это противоположность шестого преимущества правильного вверения себя благому другу, когда мы будем встречать благого друга жизнь за жизнью). Поскольку мы не встретим благого друга, то не встретим и Дхарму.

К тому же, если в этой жизни мы не пытаемся избегать ошибок в отношении наших благих друзей, этот цикл будет продо-

лжаться. У каждой завершенной кармы, благой или неблагой, есть четыре следствия, и одно из них – создание следствия, подобного причине. Привычка ошибаться оставляет в нашем сознании отпечатки, и, встречаясь с благими друзьями в будущих жизнях, мы будем совершать те же промахи, что и в прошлом. Это и есть создание следствия, подобного причине. Даже встретив гуру в будущих жизнях, мы совершим всё те же ошибки. Мы будем вести себя по-прежнему, создавая тяжелейшие препятствия.

Карма приумножается, причём, обильнее, чем, к примеру, одно посаженное в землю семя, дающее многие миллионы семян. Если в этой жизни у нас рождаются дурные мысли о нашем благом друге или учениях, они становятся причиной того, чтобы то же самое происходило на протяжении многих жизней. Ослушание гуру в этой жизни становится причиной пренебрежения его советами во многих будущих рождениях. Хотя для совершения ошибки в этой жизни требуются считанные минуты, мы будем испытывать её плоды долгое время, совершая одну и ту же ошибку вновь и вновь во многих будущих рождениях. Даже если мы способны принимать обеты, мы снова их нарушим: нам будет очень трудно хранить их в чистоте. Но думая о долговременном ущербе, в этой жизни мы будем осторожны и приложим все усилия к чистой практике.

Также полезно думать о том, что все наши неудачи в практике Дхармы – нарушение обетов, слушание советов гуру, разрыв отношений с гуру – являются следствиями нашей собственной прошлой кармы.

Следовательно, в этой жизни крайне важно направлять все усилия на правильное вверение себя благим друзьям. Если мы этого не делаем, то вновь и вновь будем повторять одну и ту же ошибку, а это причинит нам невыносимый вред. Очень важно размышлять о долговременном ущербе, а не просто о недостатках этого промаха в нынешней жизни. Нам нет необходимости думать о низших мирах – достаточно осознавать порочность совершения одной и той же ошибки во многих жизнях.

Очищение любой ошибки и решимость её не повторять помогает прекратить одни и те же переживания в наших будущих жизнях.

Очень полезно знать об этих важных положениях и чувствовать раскаяние. Необходимо глубоко пожалеть о любой неблагоприятной

гой карме, созданной нами в прошлом совершением ошибок в преданности нашим благим друзьям, словно мы выпили яд. Благодаря нашему сильному раскаянию естественно возникнет мысль не повторять ошибки, и у нас будет большое желание очистить свою неблагодарную карму.

Если те, кто осуждал благого друга или отрёкся от него, не раскаются и не очистят свои проступки, им будет крайне сложно даже найти тело счастливого скитальца в будущих жизнях. Если же они, наконец, обретут тело счастливого скитальца, то из-за переживания следствия, подобного причине, – непочтению к благому другу – они переродятся в состоянии, в котором у них не будет свободы для практики Дхармы. Они родятся в семье или в месте, где не смогут услышать даже слов «святая Дхарма» или «благой друг».

Например, в Дхарамсале, в Индии, где живут и дают учения Его Святейшество Далай-лама и многие другие ламы, не все приходят на учения. Даже живя рядом с ламами, в одном городе, многие люди никогда не ходят слушать Дхарму. Тибетцы и, в последние годы, люди из Сингапура, Гонконга, Тайваня и, конечно, с Запада, приезжают слушать учения Его Святейшества. Но хотя индийцам, постоянно живущим здесь, в Дхарамсале, не нужно покупать авиабилет, чтобы прийти в храм, где Его Святейшество даёт учения, из-за своей кармы они этого не делают. Его Святейшество, истинный Будда, находится рядом, но они почему-то до сих пор этого не осознают. Их не интересуют учения, либо они не могут их посетить.

Очень важно то, как мы вверяем себя нашему гуру; от этого зависит, обретём ли мы разнообразные блага в этой жизни и в следующих. Следовательно, нам важно избегать совершения ненадлежащих или неблагоприятных поступков, как это сделал Миларепа, поднеся Марпе пустой медный горшок. Из-за этого неблагоприятного знака Миларепе было трудно добывать средства к существованию, когда он находился в затворничестве. Ради Миларепы Марпа искусно постучал по пустому горшку палочкой, чтобы наполнить его звуком. Благодаря этому благоприятному деянию Марпы Миларепа прославился во всём мире, на Востоке и на Западе. Марпа также наполнил горшок маслом и сделал подношение света. В силу этого Миларепа получил все наставления от Марпы и в той же жизни завершил все свершения на пути, обретя всеведение. Эти различные бла-

гоприятные и неблагоприятные поступки принесли различные плоды в жизни Миларепы.

Также, когда Марпа отправился в Индию, чтобы встретиться с Наропой, Наропа явил Хеваджру и его мандалу, а затем спросил Марпу: «Кому поклонись: божеству или мне?». Марпа решил сначала сделать простирание перед божеством. Из-за этой неблагоприятной ошибки род Марпы прервался. Сын Марпы, Дармадоди, был убит, а у этого сына не было ни жены, ни детей. Марпа отчаянно пытался найти человеческий труп, чтобы переместить в него сознание Дармадоди, но ему попался только дохлый голубь. С того времени у Марпы не стало линии родословной, хотя у него были супруга мудрости и одиннадцать сыновей. Марпа говорил, что так случилось потому, что он сделал простирание перед Хеваджрой, а не перед своим гуру.

Кроме того, во времена ламы Цонкапы его ученики не написали его изображение на стенах монастыря Ганден. Из-за этой неблагоприятной ошибки Ганден, хотя это и был «материнский» монастырь традиции гелугпа, не добился такого же великого и многовекового процветания, как другие монастыри – Дрепунг и Сера. Из Дрепунг и Сера вышло множество учёных монахов, гораздо больше, чем из Гандена. В Гандене также было меньше монахов, и этот монастырь больше всего пострадал от ущерба, причинённого китайцами.

Наша практика преданности гуру в этой жизни невероятно важна, потому что наибольшая выгода и величайшая потеря связаны с правильным вверением себя благому другу и, соответственно, с совершением ошибок в отношении благого друга. Если мы с самого начала осторожны и, установив связь в Дхарме, правильно вверяем себя благому другу, позже у нас будет меньше ущерба.

Нам нужно понять и как следует изучить учения ламрим о преимуществах правильного и пороках неправильного вверения, а затем заниматься этой практикой как можно усерднее. Правильная практика преданности гуру в этой жизни определяет то, встретимся ли мы с благом другом в наших будущих жизнях и будет ли тот благой друг наделён всеми необходимыми качествами. Успех всех наших будущих жизней определит наша практика преданности гуру в этой жизни. Мы должны быть очень осторожны с этими положениями, чтобы защитить

себя от всех этих опасностей и ущербов сейчас и в будущем и достичь успеха ныне и в дальнейшем.

Узнав о преимуществах правильного вверения себя благому другу, мы увидим важность преданности гуру и все блага, которые от этого получаем. Если мы не знаем об ущербе, то не будем осторожны, пытаясь правильно вверить себя благому другу, потому что не поймём, как это важно. Тогда мы будем создавать больше препятствий. Осознавая ущерб, мы понимаем, почему правильное вверение себя благому другу – необычайно значимая коренная практика. Мы видим, как важно быть осторожными, потому что, если мы хорошо выполняем эту практику, успеху в исполнении наших временных желаний или в осуществлении пути к просветлению ничто не воспрепятствует. Не будет помех нашему достижению трёх великих целей – счастья в будущих жизнях, освобождения и просветления.

Мы также знаем об этих восьми преимуществах и восьми ущербах по собственному опыту: они иллюстрируют неудачи и успех в нашей собственной жизни. Например, мы пытаемся провести затворничество, но через некоторое время появляется много отвлечений и нам не удаётся его завершить. Либо мы соблюдаем монашеские обеты с большим желанием трудиться ради учений и живых существ так, как это делали лама Цонкапа, лама Атиша или Гуру Будда Шакьямуни, но всё выходит иначе. Желание остаётся, но не сбывается из-за обилия препятствий. Даже хотя у нас могут быть все условия для практики Дхармы, возникает много помех, и мы терпим неудачу. Подобное происходит потому, что мы совершали ошибки в нашей практике преданности гуру в прошлых жизнях или в этой. Поскольку в прошлых жизнях мы как следует не практиковали преданность гуру, в этой жизни и во многих грядущих испытываем ущерб, хотя и встретились с Дхармой. В прошлом мы на протяжении многих жизней совершали одни и те же ошибки и тем самым в этой жизни создаём результат, подобный причине. Даже в тех редких случаях, когда мы встречаем добродетельного учителя и учения, в своей практике мы вновь допускаем те же самые промахи.

Однако даже если у нас было много ошибок, очень важно преисполниться решимости не совершать их вновь. Твёрдая решимость сейчас и в будущем применять на практике преданность гуру – лекарство, предотвращающее повторные ошибки.

Подчёркивается, что всё, от счастья в этой жизни до просветления, зависит от этого корня преданности гуру. Именно поэтому преданности гуру уделяется столько внимания в завершении практик слушания, размышления и медитации. Наше понимание и ощущение восьми преимуществ правильного вверения себя гуру и восьми ущербов от неверного следования гуру определяют то, насколько благотворной будет практика преданности гуру для нашего ума. С большим пониманием в нашем сердце будет больше чувства и наши молитвы гуру-йоги не останутся лишь словами. Мы будем способны выполнять практику гуру-йоги, объединяя её со своим умом.

Используя все средства, особенно цитаты и мощные доводы, вновь и вновь медитируйте на преимущества вверения себя благому другу и на пороки невверения либо совершения ошибок в преданности благому другу. Если вы так поступите, у вас появится желание вверить себя гуру и преданность принесёт вам великое счастье.

В «Сущности нектара» сказано:

*Вкратце, если способ вверения гуру неверен,
У тебя не будет возможности достичь высших состояний
либо освобождения,
И ты будешь вечно блуждать в сансаре в целом
И в частности – в низших мирах.
Поскольку преимущества и пороки невообразимы,
И здесь даже являются корни многообразия блага,
Почему бы отныне, не стремясь к объектам суеверий,
Мне не вверить себя благому другу и не почитать его?*



(На фото – Е.С. Линг Ринпоче и Е.С. Триджанг Ринпоче, Дхарамсала, ок. 1974 г. Фотография Брайяна Берсфорда).

9. ВАЖНОСТЬ ПРЕДАННОСТИ



Существуют два способа вверения себя гуру: в мыслях и на деле (глава 15).

Как вверить себя гуру в мыслях

У вверения себя гуру в мыслях две части:

Корень: тренировка нашего ума в преданности гуру

Развитие почтения памятованием о доброте гуру (глава 14)

Если мы медитируем на эти два раздела, используя цитаты и логические доводы как можно действеннее, то с великой радостью вверим себя благому другу.

Памятование о качествах гуру пробуждает преданность, а памятование о доброте гуру – почтение.

1. Корень: тренировка ума в преданности гуру

Тренировка ума в преданности гуру означает использование цитат и логических доводов, чтобы доказать этому уму, не видящему в гуру будду, что гуру – будда. Это означает освоение данной медитации. Наша конечная цель – привести всех живых существ к просветлению. Чтобы добиться в этом успеха, вначале мы должны достичь просветления сами, для чего нужно осуществить путь, а для этого нам нужны благословения гуру. Поскольку причина получения благословений – наша преданность, нам необходимо видеть в гуру будду. Иначе мы будем думать только об одном: «Я получу учения у этого ламы». Тогда гуру будет лишь подобием школьного учителя, у которого мы просто изучаем слова, а затем у нас в качестве опоры не остаётся ничего полезнее теоретических знаний.

Горячая преданность позволяет нам без труда правильно вверить себя благому другу. Чем сильнее наша преданность,

тем больше мы посвятим свою жизнь служению благому другу и следованию его советам. И чем больше мы следуем советам благого друга, тем легче нам достигать свершений на пути к просветлению. Следовательно, нам нужно тренировать свой ум в преданности гуру, преобразуя его в чистый помысел о преданности, что означает восприятие гуру как будды. Независимо от того, является ли гуру живым существом или буддой, мы со своей стороны должны преобразовать свой ум в чистую преданность, которая, глядя на него как на будду, видит в нём самого будду.

Независимо от того, является ли наш учитель просветлённым существом, если мы, ученики, со своей стороны не смотрим на него как на будду, мы никогда не увидим в этом учителе, раскрывшем нам Дхарму, самого будду. Ключевое положение здесь в том, что, если мы не смотрим на гуру как на будду, мы никогда не увидим в гуру будду. Поэтому нам необходимо практиковать преданность гуру.

Этот раздел чрезвычайно важен, потому что все постижения и прозрения на остальном пути необходимо порождать путём вверения себя гуру. (Я предпочитаю выражение «вверение себя гуру» выражению «опора на гуру», потому что последнее можно истолковать как то, что нам надо просто расслабиться и предоставить всё гуру. Вверение же подразумевает больше действий со стороны ученика. На основе вверения, действия ума, затем мы что-то совершаем). Если мы не породим преданность, которая видит в гуру будду, нам будет невозможно обрести никакие другие прозрения.

Я объясню различные приёмы тренировки ума, необходимые для того, чтобы увидеть в гуру будду, как это описано в учениях ламрим и наставлениях различных лам, осуществивших путь. Используются различные доводы, чтобы доказать нашему обыденному уму, воспринимающему гуру и будду по отдельности, что на самом деле они едины. Затем, глядя на их единство, мы преобразуем свой ум в преданность. Если вы не можете это понять с помощью одного метода, используйте другой.

У корня, то есть тренировки нашего ума в преданности гуру, три раздела:

а) почему нам нужно смотреть на гуру как на будду (глава 10);

б) почему мы способны увидеть в гуру будду (глава 10);

в) как увидеть в гуру будду (глава 12).

В практике преданности гуру самое главное – это тренировка нашего ума в преданности или вере. Как я объяснял в самом начале, преданность гуру, восприятие гуру как будды, называется «корнем пути», потому что так же, как ствол, ветви, листья и плоды вырастают из прочного корня дерева, все прозрения на постепенном пути к просветлению рождаются прочной преданностью гуру. Если нет корня, ничего не вырастет. Так же, как дерево зависит от его корня, все постижения, от драгоценной человеческой жизни до просветления, зависят от преданности гуру. Если у нас есть прочный корень преданности гуру, все свершения будут достигнуты быстро.

Сможем мы или нет породить прозрения на пути к просветлению в этой или в будущих жизнях, зависит от того, возвращаем ли мы корень пути, преданность гуру, в своём сердце. Обретение прозрений зависит от получения благословений гуру, а благословения гуру следуют за преданностью гуру. В этом весь ответ. Если у нас есть этот корень, мы сможем осуществить путь с самого начала и до просветления. Если же корня нет, мы не способны породить какие-либо прозрения ламрима.

Преданность, или вера, – необходимое условие для практики Дхармы в целом и, в особенности, для постижения преданности гуру. Наряду с осознанием того, что все существа были нашими матерями, восприятие гуру как будды является одним из самых сложных прозрений. Но, даже несмотря на всю его сложность, если мы не будем пытаться это постичь, нам не осуществить оставшийся путь к просветлению.

В целом, вера должна предварять все добродейния. В сутре «Десять дхарм» сказано:

В тех, кто лишён преданности, белые дхармы не возрастают.

Под белыми дхармами имеются в виду понимание священных писаний и постижения на пути к просветлению. Если у человека нет преданности, белые дхармы породить невозможно.

Далее в «Десяти дхармах» говорится:

Так же, как сожжённое семя не может дать росток, те, кто лишён преданности, не породят никаких белых дхарм.

Ум тех, кто лишён преданности или её потерял, пылает в огне гнева и неверия. Как у сожжённого зерна, у такого ума нет способности взрастить зелёный росток понимания священных писаний или постижений на пути.

В сутре «Светильник Трёх Драгоценностей» сказано:

Вначале возникает вера, рожаящая, как мать;

Она охраняет все благие качества.

Так же, как мать рождает своих детей, вера порождает всю благую карму и все прозрения на пути. А при наличии веры можно защитить и взрастить все достоинства. Это понять легко. Теряя веру или преданность, мы также теряем все обретенные нами благие качества и переживания. Если у нас слаба вера в карму, мы становимся неосторожны с нашими поступками и обетами. Если у нас слаба вера в нашего гуру, мы неосторожны с нашей преданностью ему и совершаем больше ошибок. С другой стороны, если у нас сильна вера в карму, мы больше заботимся о том, чтобы уменьшить недобродетельные поступки и взрастить благие. А имея сильную веру в гуру, мы тщательно и осмотрительно вверяем ему себя.

Испытывая сильную преданность гуру, нам легко прочувствовать любую медитацию по ламриму, какую бы мы ни выполняли. Любая медитация – даже медитация на пустоту – становится очень действенной. Хотя долгие годы слова молитвы «Гуру-пуджи», учения ламрим и медитации, возможно, не имели для нас никакого смысла, внезапно те же самые слова обретают невероятное значение. Каждое слово наполняется невообразимым смыслом, становится глубоким и богатым комментарием. Читая слова, мы чувствуем их всем сердцем. Мы уверены, что, приложив определённые усилия в медитации, достигнем настоящих прозрений.

Однако когда испаряется влага преданности, все наши молитвы и медитации становятся лишь пустыми словами. Даже читая молитвы, в которых восхваляются качества гуру, мы не ощущаем их в своём сердце. Между нашим умом и смыслом слов нет никакой связи. Всё кажется чёрствым. Сколько бы мы ни пытались медитировать, наш ум остаётся твёрдым и сухим, как камень. Камень может лежать на дне океана сотни лет, но в него не проникает вода.

Согласно учениям, тот факт, что преданность гуру – корень

пути, доказан нашим собственным опытом. Нам нужно всего лишь проверить, что происходит, когда наш ум превращается в жёсткую, иссохшую почву, потому что у нас нет преданности гуру. При попытках медитировать на ламрим нам очень трудно что-либо ощутить. Хотя обычно мы, возможно, испытываем сильные чувства любви и сострадания к другим, эти чувства теряются, исчезают. Наш ум отдаляется от любви и сострадания. Исследовав свои переживания, мы очень ясно увидим: если учения гласят, что преданность гуру – корень пути, это не выдумка, помогающая гуру получать подношения.

В «Светильнике Трёх Драгоценностей» также объясняется:

Вера избавляет от гордыни и взращивает почтение.

Она устраняет сомнения.

Она освобождает от четырёх великих рек.

Вера означает город счастья.

С верой ум становится спокойным и ясным.

Вера – высшее сокровище.

Порождение веры, словно ноги,

Позволяет добраться до всего, чего хочешь.

Вера – корень нравственного поведения.

Подобно руке, она собирает добродетели.

*Вера*⁵⁷ может означать общую веру – например, в Будду, Дхарму и Сангху – но здесь она особенно относится к вере в гуру. *Четыре великие реки*⁵⁸ – это непрерывный поток омрачающих мыслей, у которого нет начала. *Нравственное поведение* – это нравственность воздержания от неблагой кармы, нравственность трудов ради живых существ и нравственность одновременного совершения всех добродетелей, то есть попыток выполнять каждую практику со всеми шестью добродетелями.

Если у нас есть преданность, то и гордыни меньше. Ум также становится спокойным и ясным. Без преданности же ум смятён и тревожен. Отсутствие преданности омрачает ум, и мы не способны сосредоточиться даже на пару секунд. Порождение преданности также сравнивают с обладанием ногами, поскольку она нам помогает достичь всего, что пожелаем: счастья в будущих жизнях, освобождения и просветления.

Подобно руке, собирающей зёрна, благодать у преданности

позволяет легко накопить обширные заслуги. Это происходит само собой, круглосуточно.

С преданностью мы очищаем невообразимое количество загрязнений и неблагодатной кармы. С каждым днём уровень развития нашего ума возрастает. Почему? Потому что с преданностью гуру, двадцать четыре часа в сутки, наша жизнь естественным образом посвящена исполнению наказов гуру или служению ему.

Те, чья преданность нерушима, – самые удачливые из всех живых существ. Они достигают успеха во всём. Благодаря сильной преданности они находятся под защитой гуру, поэтому им не могут причинить никакого вреда злопыхатели – нелюди, такие как духи, а также люди. Они обретают свершения и прозрения и в момент смерти попадают в чистую землю.

Думаю, если ваша вера или преданность сильна, вам повезло больше всех, потому что вы способны следовать советам вашего гуру круглосуточно. В какую бы сложную ситуацию вы ни попали, благодаря преданности вы не чувствуете этих трудностей. Но если у вас нет преданности, вам очень тяжело исполнить даже самую малость. Всё становится проблемой. Преданность же избавляет от проблем. Вы с радостью и лёгкостью следуете советам вашего гуру – практиковать Дхарму либо подносить служение. Как бы это ни было тяжело, обладая преданностью, которая видит в гуру будду, вы двадцать четыре часа в сутки испытываете невообразимую радость. Вы понимаете, как вам повезло. Это словно сон! Вы можете жить в добродетели. Вы постоянно накапливаете обширные заслуги и очищаете тяжкую неблагодатную карму. И непрерывно получаете благословения.

Медитируя на нераздельность гуру и будды, тренируя свой ум в чистой преданности, вы способны постепенно постичь, что гуру и будда едины. Эта нерушимая преданность гуру приносит успех. Вы сможете следовать всем советам вашего гуру без каких-либо сомнений или затруднений. Благодаря этому вам очень легко и радостно исполнять желания гуру, а это – самое полезное в жизни. Поскольку вы видите все преимущества, вместо того, чтобы сомневаться и считать это тяжкой ношей, вы понимаете, что следование советам гуру – величайшая радость в вашей жизни. Если вы усматриваете в этом невыносимое бремя, вам будет тяжело прислушаться даже к небольшому совету.

Кьябдже Чоден Ринпоче подчеркнул, что преимущество восприятия гуру как будды – в способности следовать советам гуру без малейших трудностей. С такой преданностью можно обрести все свершения на пути, освобождение и просветление, и в совершенстве трудиться на благо всех живых существ. Таково преимущество следования советам гуру.

Если у вас нет сильной преданности, если она непрочна или фальшива, всё становится в тягость. Вы сталкиваетесь со множеством проблем. Вы не можете следовать советам гуру, и затем, из-за отсутствия преданности, возникает много дурных мыслей, подобно полыни, растущей в поле.

Пабонка Дечен Ньингпо сказал:

Для того чтобы породить свершения на путях и бхуми, нам необходимо получать благословения гуру, опираясь на гуру-йогу. Получаем мы благословения гуру или нет, зависит от нашей преданности. Следовательно, со своей стороны нам нужно тренировать свой ум в преданности, которая истинно видит в гуру будду.

Геше Толунгпа сказал:

Если мы верим, что гуру – воплощение всех будд трёх времён, в этом учителе пребывают святые тело, речь и ум всех будд и мы, ученики, получаем благословения святых тела, речи и ума всех будд трёх времён.

Также Гьялва Энсапа, один из косвенных учеников ламы Цонкапы, достигший просветления всего за несколько лет, сказал, исходя из своего опыта:

Вкратце, обретение нами больших или малых прозрений зависит от того, с какой преданностью мы медитируем – с большой или с малой. Следовательно, да останется практикой моего сердца наставление размышлять лишь о достоинствах милосердного гуру, источника всех постижений, и не смотреть на его недостатки. Да выполню я это обязательство без малейших препятствий!

Получение благословений от гуру и, тем самым, обретение прозрений, зависит от того, есть у нас преданность или нет. Мы можем произнести миллиарды слов о преданности гуру, но, вкратце, какие у нас переживания на пути – большие или малые – обусловлено большой или малой преданностью гуру.

Поскольку мы ищем просветление ради блага других бесчисленных живых существ, мы хотим свершений на пути к просветлению, а свершения возникают благодаря преобразованию нашего ума в преданность. Гуру – источник всех постижений, всего благого, как говорится и в третьей строфе раздела о простираниях «Гуру-пуджи»⁵⁹.

Приведённая выше строфа Гьялвы Энсапы содержит самую суть практики преданности гуру. Мы должны размышлять только о достоинствах подлинного гуру, источника всех наших свершений, обычных и высших, вплоть до просветления. Не следует искать в нашем гуру недостатки – только одни достоинства. Из множества практик, которые мы выполняем в этой жизни, нам нужно считать это наставление практикой нашего сердца.

Поскольку нам необходимо выполнять это обязательство перед гуру двадцать четыре часа в сутки, мы просим о том, чтобы делать это беспрепятственно. Это делается ради нашего же блага, для того, чтобы мы могли завершить путь, достичь просветления и привести к просветлению других живых существ. Не должно быть так, чтобы мы практиковали это, только когда счастливы и довольны, но бросали практику, когда несчастны, потому что нам приказали делать то, что нам не хочется. Что бы ни случилось в нашей жизни, мы должны считать это сердечной практикой и выполнять свои обязательства. Гьялва Энсапа советует нам совершать эту молитву личного обязательства, чтобы тренировать свой ум в преданности, воспринимающей гуру как будду. В этой строфе содержатся ценнейшие наставления, которые нам следует помнить каждый раз, когда мы медитируем на гуру-йогу.

В качестве постоянного напоминания вы должны написать эту цитату в начале вашей молитвенной книги или даже на её обложке. Либо напишите её на обложке вашего дневника, или повесьте на стене в своей комнате для медитаций или на кухне. Полезно развесить цитаты из Дхармы по всей квартире, чтобы они напоминали вам о практике и помогали обуздывать дурные мысли. Таким образом вы защититесь от тяжкой неблагоприятной кармы и сможете быстро обрести прозрения.

Чтобы достичь высших постижений, у нас должны быть как преданность, видящая в гуру будду, так и безошибочные учения. Преданность – основа всех духовных свершений. Однако

Пабонка Ринпоче говорит, что даже если полученные нами наставления ошибочны, но мы в них верим, мы всё равно сможем обрести некоторые малые, обычные свершения.

В былые времена в Индии один человек пришёл к своему гуру просить у него наставлений. Гуру был занят и сказал: «Мариледжа», что на самом деле означает «Пошёл вон». Тот человек не понял, что гуру его прогоняет, он подумал, что получил наставление, и стал начитывать его как мантру. Позже, благодаря тому слову «мариледжа», он сам исцелился от болезней и вылечил многих других людей. Он обрёл это небольшое свершение, веря, что это – наставление от его гуру.

Его Святейшество Сонг Ринпоче любил рассказывать историю о человеке с большим носом, который пришёл за учениями к одному ламе из Кхам. Лама сказал ему: «Твой нос похож на бусину *ракша*».⁶⁰ Этот человек, не поняв, что сказал лама, подумал, что ему передали мантру. Довольный, что получил учение, он вернулся домой и много, много раз прочёл «твой нос похож на бусину *ракша*», словно мантру.

У одного ламы была болезнь, которая иногда вызывала у него боль, и никакие лекарства не могли ему помочь. Слуга ему сказал: «В этой местности проживает один знаменитый, могущественный нгагпа, который исцелил много людей... Может, пригласить его сюда?». Лама согласился, и слуга пригласил нгагпу, который пришёл, произнёс «твой нос похож на бусину *ракша*» и подул ламе в рот. Я уверен, что лама посмеялся над нгагпой, но его болезнь прошла. Способность нгагпы лечить людей возникла благодаря его вере в силу мантры, а эта вера была вызвана силой его преданности.

В учениях ламрим также есть история о пожилой женщине, которая, в голодные времена, читала ОМ ВАЛЕ ВУЛЕ ВУНДЕ СВАХА, думая, что читает мантру божества Чунды, а это божество способствует приготовлению камней в качестве пищи и их поеданию. Читая мантру, пожилая женщина смогла есть камни и сохранить здоровье.

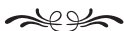
Позже её сын, услышав, как она читает мантру, сказал: «Мама, мантра, которую ты читаешь, неверна. Ты должна читать ОМ ЧАЛЕ ЧУЛЕ ЧУНДЕ СВАХА». Однако после того как он научил её правильной мантре, она не могла с её помощью готовить в пищу камни, потому что сомневалась в этой мантре. Даже когда мантру читают правильно, она не сработает.

ет, если человек в неё не верит. Позже женщина вернулась к начитыванию неправильной мантры, и, благодаря её сильной вере, та мантра опять заработала.

В тибетской местности под названием Конгпо жил один простодушный человек. Когда он отправился в Лхасу, чтобы увидеть статую Будды Шакьямуни⁶¹, статуя с ним заговорила, и он пригласил Будду Шакьямуни посетить его родной город. Будда Шакьямуни ответил: «Я приду». Когда он возвращался домой, Будда Шакьямуни поплыл вниз по течению реки, а другой Будда Шакьямуни позже самовозник в виде каменного рельефа около его дома. Это изображение можно увидеть и по сей день.

В тантрическом учении объясняется, что даже глупец с сильной преданностью обретёт прозрения, но умный человек с предвзятым умом будет от них далёк.

10. ПОЧЕМУ НУЖНО СМОТРЕТЬ НА ГУРУ КАК НА БУДДУ



Зачем нам считать нашего гуру буддой? Главным образом потому, что мы, ученики, хотим пользы и не хотим потерь. В этом – вся суть. Мы делаем это ради собственного блага, развития своего ума. Для гуру нет большой выгоды, если ученик воспринимает его как будду: от этого гуру не станет буддой.

Сколько бы цитат и логических доводов мы ни применяли, окончательный вывод о том, что гуру следует воспринимать как будду, состоит в следующем: мы хотим пользы и не хотим потерь. Мы хотим получить пользу всех свершений и прозрений на пути к просветлению, включая высшую пользу полного просветления, чтобы нам удалось освободить других живых существ от всех страданий и привести их к состоянию будды. Эта польза, однако, включает в себя и всё счастье в этой и будущих жизнях, различные способы его обретения, а также освобождение от сансары.

Основная причина, по которой нам нужно видеть в своём гуру будду, связана с нашей целью в этой жизни – то есть, с принесением блага другим живым существам. Это означает не только то, что мы должны сделать их счастливыми в этой жизни, даря им деньги, пищу, жилище или лекарства. Это означает дарование другим живым существам счастья во всех будущих рождениях и абсолютного счастья освобождения от сансары и достижения полного просветления.

Единственный способ обрести всю эту пользу, весь этот успех, – преобразовать наш ум в преданность, которая видит в гуру будду. На нас, учениках, лежит ответственность за практику преданности гуру. Если у нас есть некая болезнь и нам сказали, какое лекарство от неё принимать, только нам решать –

пить это лекарство или нет. Это наш выбор. Иными словами, мы должны с помощью собственной мудрости понять, практиковать нам преданность гуру или нет.

Не сосредоточившись на преданности гуру, мы упустим самую важную подготовку ко всем нашим будущим жизням. Наша практика преданности гуру является источником всего развития, а изъяны в ней – причиной всех проблем, от жизни к жизни. От нашей практики в этой жизни мы обретаем все преимущества в будущих рожденьях, вплоть до просветления. Это источник величайших потерь и величайшей пользы. Если мы это как следует не понимаем или на этом не сосредоточиваемся, мы потерпим ужасное поражение.

У каждого из нас есть ответ на вопрос о том, как достичь успеха во всех наших будущих жизнях. Дело не в том, что у нас нет свободы, не в том, что всё сотворил Бог и нам остаётся только ждать своей участи. Это решать не Богу. У нас есть выход, есть свобода, чтобы определить, будем ли мы успешны в этой жизни и всех последующих. Всё в наших руках. Мы знаем, в чём корень всех наших неудач из жизни в жизнь, мы знаем, что у нас есть свобода положить этому конец, и что можем создать корень всяческого успеха, вплоть до просветления.

Если мы не хотим всей этой пользы для себя или всего этого блага для всех живых существ, другое дело. Если мы в этом не заинтересованы, и нам хочется находиться в сансаре, получая «въездную визу» в низшие миры, где мы находились с безначальных рожденьев, другое дело.

Говоря проще, если мы не способны правильно верить себя благому другу, как это объясняли Гуру Будда Шакьмуни и лама Цонкапа, это будет нам в убыток. Эта потеря может означать неудачу в обретении счастья или успеха в этой и будущих жизнях и провал в достижении просветления. Величайшая потеря – это неспособность достичь просветления и, таким образом, освободить всех живых существ от их страданий и омрачений и привести их к состоянию будды.

Поскольку наш гуру является самым могущественным святым существом, по отношению к нему мы можем создать наибольшие заслуги и совершить глубочайшее очищение. Однако если мы ошибаемся в своей практике, то тем самым создаём наихудшие препятствия нашему просветлению. Для того чтобы

это предотвратить и затем привести всех живых существ к просветлению, нужно породить в себе преданность, которая видит в нашем гуру будду.

Падампа Сангье отмечает:

Вы должны считать гуру выше будды. Если так поступите, о жители Тингри, прозрения придут к вам в этой жизни.

Здесь не имеет большого значения, является наш гуру истинным буддой или нет. Пабонка Дечен Ньингпо сказал:

Даже если гуру – не будда, но ученик смотрит на него как на будду, у такого практика преданности гуру не будет потеря, только великая польза.

Это подтверждает история о старухе и собачьем зубе. Одна старая женщина сильно возжелала приобрести реликты Будды, поэтому попросила своего сына-торговца привезти ей их. Её сын забыл о просьбе матери, но, по пути назад, увидел труп собаки, лежащий на обочине дороги, вырвал один из её зубов и по возвращении дал его матери, сказав ей, что это реликт Будды.

Его мать поверила в то, что это и вправду святой зуб Будды, и преданно ему молилась. Ежедневно молясь и делая подношения, она обрела от того зуба реликты самого Будды. Из собачьего зуба появились крошечные пилюли-реликты. Благословения Будды вошли в тот зуб так, что он стал источать реликты самого Будды. Собачий зуб был лишь условием, а основной причиной появления реликтов стала её преданность. Реликты породила её преданность. Благодаря своей преданности старая женщина получила то, что хотела. Подобным образом, мы можем достичь просветления посредством практики гуру-йоги. Даже если сам гуру не является просветлённым существом, но мы вверяем ему себя как будде, благословения будды придут к нам через гуру.

Реликты, вследствие силы преданности или духовных свершений, могут также исходить из статуй или из святых тел великих йогинов, даже до их кончины. Однажды Его Святейшество Сонг Ринпоче отправился в паломничество в Цари, святыню Чакрасамвары в Тибете, и прибыл к водопаду, который считается семенем бодхичитты Чакрасамвары. Когда Ринпоче снял свои одежды и сел под водопадом, чтобы получить благослове-

ние, из нижней части святого тела Ринпоче возникли пилюли-реликты.

Также и мой милосердный коренной гуру, Его Святейшество Триджанг Ринпоче, иногда являл волшебные реликты. Он собирал белые пилюли-реликты со своего лица и раздавал их ученикам.

Один великий геше из монастыря Сера Дже, ныне переродившийся, не нуждался в затворничестве в уединённой пещере в горах, чтобы там медитировать и достичь прозрений. Он делал всё это, оставаясь в монастыре и полностью соблюдая дисциплину ведения диспутов, совершения пудж и обучения последователей.

Когда этот геше не наставлял своих учеников, он неизменно сосредоточивался на одной практике в своей комнате и никто, входящий в его комнату, не смел прерывать его занятия. Перед ним всегда стояла статуя Тары, из которой исходило множество крошечных пилюль-реликтов. Двое его учеников, обоих звали Ронгтха Ринпоче, увидели пилюли и позже попросили геше дать им немного тех пилюль. Об этом разнеслись слухи, и всё больше людей стало приходить с просьбой о пилюлях. Поскольку люди начали мешать медитации геше, он попросил Ронгтха Рипоче переместить статую вниз, в зал для молитв.

Этот геше был учёным, знатоком медитации и аскетом с великими свершениями. Он полностью отсёк все мирские заботы. Я слышал, что, как бы ни было холодно или сыро, он никогда не носил ботинки, и всюду ходил очень быстро, словно бежал. Никогда не оглядываясь по сторонам, он прямо входил в зал для молитв или во двор для диспутов. Иногда помощники его поддразнивали, говоря: «Кто сегодня сидел рядом с вами во время пуджи?». Он отвечал: «А, ну да, один монах». Он заходил прямо в зал для молитв и совершал молитвы либо погружался в медитацию, никогда даже не глядя на монаха, сидящего рядом, поэтому и не мог сообщить помощникам имя этого монаха.

Даже если наш благой друг – не бодхисаттва, а обычный человек, или даже если он жесток, нетерпелив или безнравственен, но мы практикуем преданность гуру, смотря на него как на будду, как в истории со старой женщиной и собачьим зубом, в нашего благого друга входят благословения будды и мы смо-

жем развить свой ум. Тогда мы получим благословения, которые приведут нас к просветлению.

В учениях сказано, что, даже если наш гуру позже родится в аду, ученик, правильно выполнявший практику преданности гуру, получит благословения и всё равно сможет обрести свершения на пути; он разовьёт свой ум и достигнет просветления. Один пандит в былые времена нарушил даже все четыре коренных обета полностью посвящённого монаха⁶², но продолжал давать учения и посвящения. Многие ученики того пандита вступили на путь и достигли освобождения.

Геше Потова, исходя из своего личного опыта, сказал:

То, каковы благословения гуру – велики они или малы, зависит от тебя, не от гуру.

Это означает, что, если у нас мало преданности, мы получим и мало благословений, а если преданность велика, такими же великими будут и благословения. В зависимости от того, много у нас преданности или мало, мы получаем больше или меньше благословений. То, сколько благословений мы получаем от гуру, зависит от нашего собственного ума, от того, сколько в нём преданности.

Как объясняет Пабонка Дечен Ньингпо, благословения, которые мы получаем, зависят от того, как мы воспринимаем гуру. Если мы считаем гуру простым бодхисаттвой, то получаем благословения бодхисаттвы. Но если мы видим в гуру будду, получаем благословения самого будды. Если же мы смотрим на гуру как на воплощение всех будд, получаем благословения всех будд.

Даже если гуру – не будда, но ученик в совершенстве практикует гуру-йогу, пресекая любые дурные мысли, он сможет достичь просветления даже раньше гуру, как это случилось с Кусали и Кришначарьей⁶³, а также с ламой Атишей и Суварнадвипи. Воззрение Суварнадвипи о пустоте соответствовало взглядам школы «только-ума» (*читтамата*), в то время как лама Атиша постиг абсолютно верное воззрение школы прасангика мадхьямака, которое было разъяснено Гуру Буддой Шакьямуни и Нагарджуной. Даже несмотря на это Суварнадвипи был особенно важен для ламы Атиши, потому что помог ему породить бодхичитту.

Мы также можем понять, что, если воспринимаем нашего

гуру как обычное омрачённое существо, он будет казаться нам обычным, и мы не получим от него ни единого благословения. Восприятие гуру как обычного человека само по себе пресекает благословения. Если мы смотрим на гуру как на обычного человека, нам будет трудно преобразовать наш ум: нам будет скучно подражать гуру.

Как я уже говорил, в разделе о преданности гуру своего труда «Большое руководство к этапам пути пробуждения» лама Цонкапа говорит, что даже сама мысль о том, что гуру – обычный человек, приведёт к утрате наших прозрений, к деградации нашего ума. Здесь мы говорим не о порождении гнева или неверия, но лишь о мысли об обыденности гуру.

Однажды Дромтонпа спросил ламу Атишу: «Почему в Тибете столько людей, практикующих медитацию, но нет ни одного, кто бы обрёл особые качества?». Лама Атиша ответил: «Порождение великих или малых качеств пути Махаяны зависит от гуру. Поскольку вы, тибетцы, видите в гуру лишь обычного человека, разве могут у вас появиться прозрения?».

Даже если гуру – просветлённое существо, но ученик не практикует преданность гуру и не воспринимает его как будду, он не увидит в нём будду и в его уме ничего не изменится. Из-за того что ученик не получает никаких благословений, его ум останется прежним, и он не освободится от своих заблуждений.

В «Комментарии к Синей летописи» геше Потова сказал:

Даже если бы тебе явились сам Манджушри или Ченрезы, цель не будет достигнута. Ты не получишь благословений, поэтому пользы не будет, только вред, как это случилось с Дэвадаттой и Сунакшатрой.

Это означает, что, даже если бы Манджушри или Ченрезы вам истинно явились в качестве гуру, вы не получите благословений, поскольку не увидите в них будду. Эта цель осуществится, лишь если в ней заинтересован ученик.

Приведём пример Сунакшатры, полностью посвящённого монаха, который служил Гуру Будде Шакьямуни двадцать два года, и Дэвадатты, который ненавидел Будду и постоянно стремился ему навредить. Всё то время, что Сунакшатра был помощником Будды, он не видел в Гуру Будде Шакьямуни Будду: он не находил в Будде ни единого достоинства. Он считал его простым лжецом, хотя Будда достиг просветления за

неисчислимы кальпы до того.

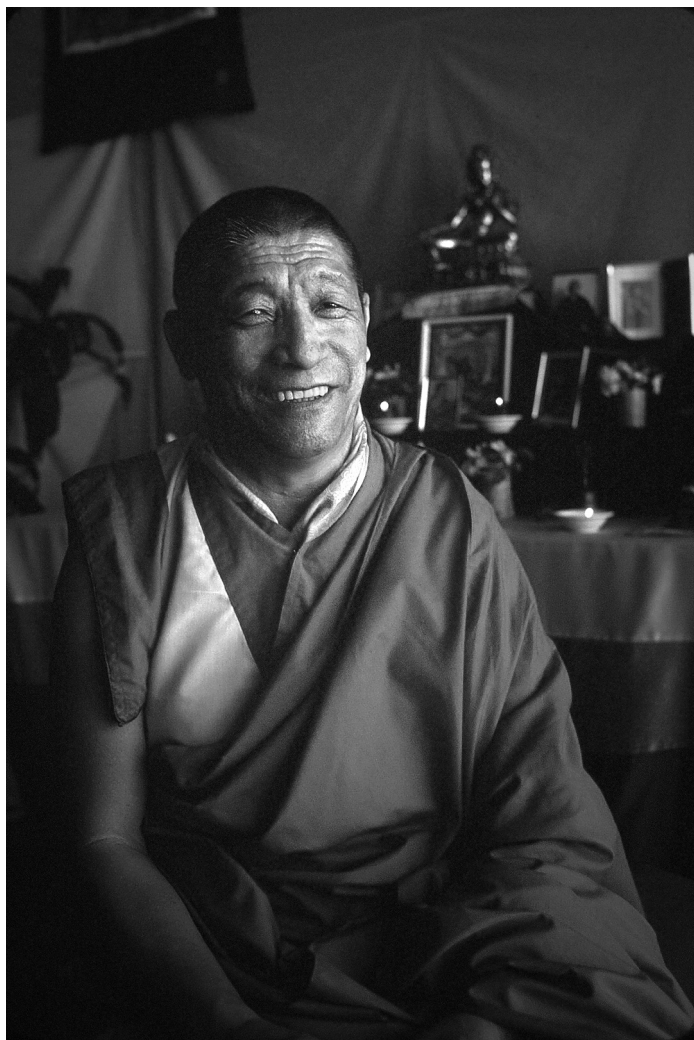
Как подтверждают истории о Дэвадатте, Сунакшатре и других, даже если ваш гуру – будда, но вы не воспринимаете его как будду, вы не получите ни благословений, ни пользы – один лишь ущерб. И даже если ваш гуру – не истинный будда, видя в нём будду, вы не понесёте потерь, получив одну лишь пользу.

Я уже объяснял самое главное: если мы хотим пользы и не хотим потерь, нам нужно стараться увидеть в гуру будду. И нет возможности получить эту пользу в виде всех свершений на пути к просветлению, кроме как на основе преданности гуру. Преданность гуру, восприятие гуру как будды, помогает нам получить благословения, которые потом, в свою очередь, приводят к свершениям на пути. Если мы этого хотим, именно так и должны поступить.

Многие люди, особенно те, кто был учеником Дхармы на протяжении долгих лет и глубоко изучал философию, не видят этот сущностно важный момент в медитации на преданность гуру. Если мы так или иначе упускаем эту основную причину практики преданности гуру, то усомнимся и во всех остальных причинах. Услышав о других доводах, мы будем в них сомневаться и тогда прибегнем к неверным рассуждениям.

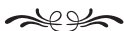
Например, возьмём медитацию на то, что все живые существа были нашими матерями и тому подобное. Суть этой медитации в том, чтобы изменить наш подход – от заботы только о себе и отказе от других, что является источником страдания, до заботы о других и отказе от себя, что является источником всего счастья. Однако, не осознавая, чего мы пытаемся достичь, медитируя на доброту матери, мы привнесём в нашу медитацию бесполезные доводы. Например, мы можем поспорить: «Я тоже был матерью других живых существ. Я тоже был добр к другим». Это будет бесполезно. Это не поможет нам достичь своей цели, но лишь воспрепятствует постижению.

Здесь – то же самое. Мы должны знать, в чём смысл практики преданности гуру, состоящий в том, что мы хотим пользы и не хотим ущерба. Нет иного способа добиться постижений, просветления и привести всех живых существ к состоянию будды.



*(На фото – Геше Рабтен, Калифорния, 1978 г.
Фотография Кэрол Ройс-Уальдер).*

11. ПОЧЕМУ МЫ СПОСОБНЫ УВИДЕТЬ ГУРУ КАК БУДДУ



Ум можно тренировать

В подробном учении о преданности гуру⁶⁴ Пабонка Дечен Ньингпо указывает ключ к этой практике.

Вкратце, если мы желаем достичь просветления в этой жизни и в нынешнем теле, нам нужно пресечь все мысли о недостатках гуру и видеть в нём только будду.

Это сердечный совет о практике преданности гуру и кратчайший путь к достижению просветления. Это сущностное наставление поможет нам, как помогло и Миларепе, достичь просветления за одну жизнь, то есть за несколько лет, в этом теле. Пабонка Дечен Ньингпо объясняет, что, если мы желаем достичь просветления за одну короткую жизнь, нам обязательно нужно прекратить все мысли о недостатках гуру, видеть в нём только достоинства и тренировать наш ум в преданности, которая видит в гуру будду, смотря на гуру как на будду.

Всё зависит от того, как мы, ученики, тренируем свой ум. Неважно, является гуру просветлённым существом или нет. Если мы смотрим на гуру как на будду, сосредоточиваясь на его достоинствах, то увидим в нём будду. Если же мы смотрим на него как на обычное существо с недостатками, то увидим лишь обычное существо. Иными словами, мы увидим в гуру будду, смотря на него как на будду.

Я думаю, что восприятие гуру как будды – это тот самый случай, когда потребуются все наши усилия, чтобы позже не было сожалений. Способность практиковать чистоту восприятия даст нам величайшую выгоду; мы очистим много неблагодатной кармы и накопим обширные заслуги, что приведёт к быстрому

развитию нашего ума. Иначе, смотря на гуру как на обычного человека, мы создадим препятствия развитию нашего ума на пути к просветлению. Мысли о недостатках гуру мешают постижениям на пути. Помыслы о достоинствах гуру приводят к свершениям и духовным прозрениям.

Основная причина, позволяющая нам увидеть в гуру будду, – это природа нашего ума, которую мы можем взращивать любым путём, каким только пожелаем. Как говорит Шантидева, нет ничего, к чему нельзя было бы приучить ум⁶⁵.

Иными словами, ум является причинным феноменом, зависимым от причин и условий. Наш ум подобен ребёнку: то, чем он становится, зависит от того, куда мы его направляем.

В своих учениях о тренировке ума геше Чекава сказал:

Этот ум, исполненный множества недостатков, имеет одно великое достоинство. Что это за достоинство? Каким путём ты его тренируешь, таким он и становится.

В «Своде достоверного познания», учении о логике, объясняется, что, совершая физическое действие, такое как прыжок, мы должны при каждом прыжке прилагать усилие. Однако чем больше мы тренируем свой ум в ментальных феноменах, таких как порождение сострадания, тем меньше усилий нам для этого требуется. Через некоторое время мы сможем произвольно ощутить сострадание. То же самое – видеть в гуру будду. Вначале нам нужны усилия для того, чтобы взрастить в себе преданность, используя логические доводы и цитаты. Затем, через какое-то время, наш ум беспрепятственно пребудет в природе преданности.

Восприятие гуру как будды связано только с тренировкой ума: с тем, как мы его развиваем. То, что мы воспринимаем, зависит от способа тренировки нашего ума. Все окружающие нас вещи непостоянны, они ежесекундно меняются, но если мы не будем усердны в тренировке ума, чтобы осознать непостоянство этих вещей, мы этого не постигнем. Восприятие непостоянства явлений обусловлено не объектом, а нашим умом. Если мы тренируем свой ум, пытаясь осознать непостоянную природу бытия в медитации на то, что он ежесекундно меняется в силу причин и условий и смерть может нагрянуть в любой момент, мы видим, что жизнь очень коротка, и тогда наше ложное представление о постоянстве, наш стереотип о том, что

мы проживём ещё долго, исчезает. Для того, чтобы осознать реальность непостоянства, нам нужно всеми силами стремиться воспринимать непостоянство вещей.

Подобным же образом мы можем преобразовать наше себя-любие в бодхичитту, которая также возникает зависимо. Наш ум, зависящий от причин и условий, эгоистичен, и, в зависимости от других причин и условий, тот же самый ум развивает бодхичитту. Поскольку причинно-обусловленные феномены зависят от причин и условий, их можно изменить и развить.

Точно также все феномены пусты по своей природе, но простого осознания этого факта для нас недостаточно, чтобы постичь пустоту. Мы должны тренировать свой ум, чтобы понять, что такое неведение, которое верит в истинное бытие и в объекты этого неведения – истинно существующее «я» и истинно существующие явления, чего на самом деле нет. Затем с этим знанием нам нужно приложить усилия для того, чтобы не цепляться за неведение, а вместо этого смотреть на реальное бытие вещей, то есть на их зависимое происхождение, пустое от независимого существования. Так мы постигнем пустоту.

То же самое относится к тантрической практике чистого видения. Если бы всё зависело от объекта, этого было бы невозможно добиться. Несмотря на то, что сейчас мы видим себя и это место обычными, посредством тренировки ума в тантрической практике, по мере обретения свершений на стадии порождения и, особенно, на стадии завершения, мы постепенно начнём видеть всё чистым; мы увидим себя и других существ как божеств, а место – как мандалу. Это чистое восприятие возникает не со стороны объекта. Оно должно исходить от нашего собственного ума. Мы должны приучать себя видеть всё чистым.

Если мы просто ждём, что у нас появятся постижения непостоянства, пустоты и чистого видения, этого никогда не произойдёт, хотя объекты по природе непостоянны, пусты от самобытия и чисты. Не приложив усилий к тому, чтобы воспринимать «я» как нечто непостоянное или пустое, мы никогда не познаем его истинную природу. Это должно исходить от нас, а не от объекта. Без медитации нам не постичь непостоянство и пустоту «я».

Абсолютно идентичной является ситуация с восприятием гуру как будды. Это вопрос тренировки. Восприятие гуру как

будды исходит не от гуру, а от нашего собственного ума. Если мы не прилагаем усилия к тому, чтобы видеть в наших гуру будд, мы не осознаем, что они – будды. Мы должны практиковать преданность гуру, всеми силами стараясь воспринимать гуру как чистое существо, устранившее все пороки и в совершенстве развившее все достоинства. Если мы приучим себя смотреть на наших гуру именно так, то увидим их такими.

Как ясно и безупречно объяснили лама Цонкапа в «Большом руководстве к этапам пути пробуждения» и Пабонка Дечен Ньингпо в «Освобождении на вашей ладони», существуют два приёма, которые мы можем применять, чтобы увидеть в гуру будду. Первый – это тренировка ума в сосредоточении на достоинствах гуру, второй – использование видимых недостатков гуру для развития преданности.

Сосредоточение на достоинствах гуру

Лама Цонкапа говорит, что глубокое сосредоточение на достоинствах гуру естественным образом затмевает ложное представление о его недостатках. Основной довод здесь в том, что, смотря на достоинства, мы осознаем, что у гуру нет недостатков, а есть только благие качества – иными словами, он будда: так же как солнечный свет затмевает свет луны и звёзд.

Лама Цонкапа предлагает нам взять в качестве примера самих себя. Несмотря на то, что у нас много недостатков, глубокое сосредоточение даже на одном нашем достоинстве затмевает любые мысли о наших слабостях, и мы видим в себе только хорошее. Наши недостатки становятся невидимыми. Подобным образом, если мы как следует сосредоточимся на одном из своих недостатков, мысль о нём затмит любые мысли о наших достоинствах, и мы в своих глазах превратимся в средоточие пороков. Наши достоинства исчезнут из вида, и мы начнём считать себя безнадёжными.

Точно так же мы воспринимаем гуру. Хотя у гуру много достоинств, сосредоточение на некоторых небольших слабостях, которые, как нам кажется, у него есть, затмит собой все достоинства, и мы будем видеть одни пороки. Тогда у нас не сможет возникнуть преданность, которая видит в гуру будду. Вот что такое тренировка ума в недобродетели. Однако если, даже замечая в гуру некоторые слабости, мы постоянно думаем

о его достоинствах, кажущиеся недостатки не воспрепятствуют нашей преданности. Если мы научимся сосредоточиваться на достоинствах гуру, мысли о его недостатках сначала ослабеют, а потом и вовсе исчезнут.

Таким образом мы будем видеть в гуру только благие качества. Смотря на гуру как на обладателя качеств будды, мы затем увидим в нём будду.

Рассматривая достоинства гуру, мы должны думать о наших личных переживаниях особых качеств святых тела, речи и ума каждого из наших гуру, а также вспоминать любые истории, которые о них слышали. Думайте об особых качествах ламы, недоступных для обычных людей, таких как понимание, любовь и доброта, смирение, терпение или методы воспитания живых существ. Когда мы думаем о достоинствах гуру, нам легко увидеть в нём будду – или, по крайней мере, великого бодхисаттву. Осознание достоинств, которые мы находим в каждом из наших гуру, является действенным способом выполнять эту медитацию.

Например, если лама Еше – наш гуру, мы можем думать о том, какие деяния Лама, в отличие от простых людей, мог совершать своими святыми телом, речью и умом. Мы можем думать о невообразимом сострадании Ламы, о том, что его единственным помыслом была забота о других. Мы также можем думать о благах и счастье, которое дарило другим святое тело Ламы, и о великой пользе его святой речи для умиротворения других существ.

Конечно, то, каким является гуру, зависит от тренировки ума ученика. У некоторых учеников Ламы было прочное постижение преданности гуру, они видели в Ламе истинного будду. Смотря на достоинства ламы, они без малейших сомнений видели в нём будду. Каким бы ни представал перед ними Лама и что бы он ни делал, это никогда не могло их смутить или помешать их преданности. Конечно, были и другие, лишённые преданности, которые видели Ламу в дурном свете и его осуждали. Они замечали только недостатки, потому что искали только их.

Ученики с прочной, нерушимой преданностью получили всю пользу восьми преимуществ, которые я разъяснил ранее, включая постоянное приближение к просветлению. Те, кто не практиковал преданность гуру, не только не получили восемь

преимуществ, но, помимо этого, пострадали, из-за ошибок в преданности, от восьми ущербов.

Конечно, если говорить о ламе Еше, даже с обыденной точки зрения у Ламы, несомненно, были отречение, бодхичитта и познание пустоты, а также, в Высшей Йога-тантре, он постиг ясный свет и обрёл иллюзорное тело. Поскольку я жил рядом с Ламой, и он заботился обо мне более двадцати лет, у меня есть много доказательств, подтверждающих это.

Сколько бы мирских поступков ни совершал Лама в угоду обывательским устоям, все его действия были направлены только на благо других живых существ, чтобы они были довольны и их ум обратился к Дхарме. Он действовал так же, как и сами эти люди, чисто в западном стиле. Но он делал всё это исключительно из сострадания, с заботой о других живых существах и без ненасытного ума привязанности.

Великий знаток медитации Ген Джампа Вангду рассказал мне следующую историю о двух учениках одного учителя в Тибете, которая также иллюстрирует, как способ проявления гуру зависит от тренировки ума ученика. Однажды два ученика вернулись, обессиленные, в свой монастырь из дома, который находился очень далеко от того места, и учитель встретил их, угостив холодным чаем. Один из учеников разозлился на учителя. Он подумал: «Мы так долго были в пути, мы утомлены, а он даже не удосужился разогреть для нас чай!». Другой же ученик подумал: «Наш учитель так добр! Он знал, что мы приедем издалека, разгорячённые и уставшие, поэтому специально подал нам холодный чай». Ученик, который увидел эту ситуацию в дурном свете, не получил никакой пользы – только вред. Он создал тяжкую неблагую карму, разгневавшись на гуру и осудив его. Другой же ученик, который подумал, что его гуру из сострадания оставил для них холодный чай, получил только пользу. Это простой пример того, как проявление гуру зависит от восприятия ученика. Всё зависит только от этого.

Ученик, подумавший плохо об учителе, в итоге лишь пострадал. Помимо неполучения никакой пользы с точки зрения обретения прозрений, освобождения и просветления, он создал великое препятствие своим духовным свершениям. Другой ученик, который посмотрел на ситуацию с положительной стороны, укрепил в себе преданность и почтение, думая о доброте

учителя. Его положительный настрой принёс ему великое благо, что приблизило его к освобождению и просветлению.

В «Большом руководстве к этапам пути пробуждения» лама Цонкапа объясняет:

Даже если у гуру множество великих достоинств, но вы обращаете внимание на его мелкий недостаток, это препятствует обретению вами духовных свершений. Также, если у гуру много больших пороков, но вы их не замечаете и, видя лишь достоинства, тренируете свой ум в преданности, это причина обретения свершений.

Восприятие достоинств гуру и порождение преданности становятся причиной обретения свершений на этапах пути к просветлению. Даже если у гуру много недостатков и мало благих качеств, но вы не обращаете внимание на его слабости и вместо этого осознаёте каждое из его достоинств, это причина постижений. А если у гуру много достоинств, но вы смотрите на его немногие недостатки, это мешает обретению прозрений на пути. Если вы видите в гуру пороки, это величайшее препятствие получению благословений и обретению свершений, то есть, величайшее препятствие достижению вами просветления и помощи живым существам в приведении их к просветлению. Помимо уничтожения наших совершенств, уже обрётённые нами прозрения и свершения приходят из-за этого в упадок, а новые свершения возникнуть не смогут.

Если мы смотрим не на достоинства нашего гуру, но лишь на его недостатки, даже будь наш учитель просветлённым существом, мы бы этого не поняли. Хотя Гуру Будда Шакьямуни стал просветлённым бесчисленные кальпы тому назад, шесть основателей индуизма и Сунакшатра не считали его таковым. Они также выискивали в нём недостатки, чтобы пожаловаться на них другим людям. Когда обыватели смотрели на Будду, они обычно видели окружающую его святое тело ауру из лучей света длиной в руку, но шесть основателей индуизма вообще не видели никакой ауры. Всё, что они видели, встречаясь с Буддой, был облик обычного монаха.

Если мы смотрим не туда, куда надо, мы легко можем обнаружить недостатки даже у Его Святейшества Далай-ламы. Выискивая пороки, мы обязательно их обнаружим. Но это – не практика преданности гуру. Поиски недостатков не

входят в обязательства ученика, и в этом нет никаких преимуществ.

Смотря на достоинства гуру, мы тренируем ум для того, чтобы увидеть в гуру будду. После этого мы не найдём в гуру ни единого недостатка – только благие качества. И тогда мы увидим его как будду. И постоянно – услышав ли имя нашего гуру, увидев ли его святое тело или вспомнив о нём – мы будем помышлять о нашем гуру как о будде, о просветлённом существе. Когда это осознание возникает без усилий и произвольно из самых глубин нашего сердца, без необходимости опоры на цитаты или логические доводы, значит, мы осуществили преданность гуру. Все прозрения, от драгоценной человеческой жизни до просветления, прольются на нас дождём.

Использование недостатков гуру для развития преданности

Во втором приёме мы используем любые недостатки, увиденные в гуру, чтобы укрепить нашу преданность и тем самым достичь духовных свершений на пути к просветлению. Мы делаем это, думая о том, что гуру специально явил себя в таком облике или совершил эту ошибку, чтобы особым образом нам помочь, привести нас к освобождению и просветлению. В своём обширном комментарии к теме преданности гуру Пабонка Дечен Ньингпо приписывает это особое качество ламе Цонкапе.

Мы можем развить преданность гуру, не только размышляя о его достоинствах, но также замечая его недостатки. Когда мы думаем, что гуру специально являет свои недостатки или совершает ошибки, это может усилить нашу преданность и мы способны использовать это для того, чтобы её поддержать. Тогда восприятие недостатков гуру не только не станет проблемой для нашего ума или причиной разочарования, но, наоборот, заставит нас задуматься о доброте гуру и усилит нашу преданность ему. Это станет особым приёмом, подобно преобразованию яда в нектар, и лишь укрепит нашу преданность гуру.

В «Сущности нектара» также упоминается, что мы должны думать о том, что гуру намеренно являет недостатки, чтобы усмирить наш ум:

*Сказано, что живым существам Победоносные
Являют себя в любой форме – как мары и прочие.
Откуда мне знать, что эти деяния,*

*кажущиеся лишь ошибками,
Не показаны намеренно?*

Замечая в своём гуру недостаток, мы можем вспомнить о том, что будда являет себя в разнообразных формах, когда видит, что именно подходит уму определённого живого существа и приносит ему благо. Затем мы можем подумать: «Эта ошибка не случайна. Возможно, она была совершена специально, ради моего блага или блага других живых существ». Таким образом, видение недостатков становится причиной преданности, а не конфликта в нашем уме и препятствий преданности и прозрениям.

В «Сущности нектара» также сказано:
*Следовательно, все аспекты недостатков
В действиях моего учителя –
Либо иллюзия, явленная моей дурной кармой,
Либо они показаны намеренно.*

С таким приёмом видение в гуру недостатков становится, вместо того чтобы лишить нас преданности, мощной причиной её возрастания. Благодаря этому мы также помним об особой доброте наших гуру, поскольку вне зависимости от этих обычных проявлений никакие будды не смогут привести нас к просветлению. Тогда мы начинаем ценить недостатки человеческого облика каждого из наших гуру.

Во время комментария к «Гуру-пудже» в Дхарамсале в 1985 году⁶⁶ Его Святейшество Далай-лама, даже не говоря подробно об основах медитации на преданность гуру, затронул самый важный момент, совершенно ясно и действенно. Его Святейшество объяснил, что «проявление в обыденном облике» само по себе означает демонстрацию недостатков. В противном случае нет объекта, который можно назвать «обыденным обликом». До того, как я это услышал, мой ум был подобен тугому узлу, но невероятно значимое объяснение Его Святейшества развязало этот узел. То учение было ключом, открывающим дверь. Сейчас мой ум вернулся к прежнему уровню, но в то время слова Его Святейшества на меня сильно повлияли.

Если мы это понимаем, любой недостаток, который мы усматриваем в действиях гуру, становится лишь причиной раз-

вития преданности, воспринимающей его достоинства. Когда видение недостатков перестанет тревожить наш ум, но вместо этого станет причиной преданности, в нашем сердце появится прочный корень преданности гуру. Этот образ мышления нужен для развития нашего ума: он насущно необходим для преданности гуру и всех других постижений на пути к просветлению.

Если мы достигнем просветления, то обретём Дхармакаю. Но живые существа не могут видеть Дхармакаю или общаться с ней, поэтому, ради их блага, Дхармака являет Рупакаю, святое Тело Формы, у которого есть два чистых аспекта – Самбхогакая и Нирманакая. Однако обычные существа с омрачённым умом также не могут видеть чистые Тела Будды, поэтому для них Дхармака являет разнообразные обыденные аспекты.

В этих проявлениях нет ничего постоянного. Дхармака я может проявиться в любой форме, которая подходит уровню ума конкретного живого существа. Существуют бесчисленные разнообразные проявления для тех, чей ум нечист и омрачён дурной кармой. Проявление в обыденной форме означает совершение именно того, что сделало бы такое существо, потому что только таким образом это может помочь другим.

Джамьян Шепа, высокий лама из Амдо, объясняет, что когда особенные, святые существа, такие как великие индийские и тибетские пандиты и йогины, перерождались, когда они были младенцами, всё, что они знали – это как сосать молоко своей матери, плакать, писать и какать, как обычные младенцы. Ничего нового они не делали. Они вели себя точно так же, как обычные младенцы, им нужно было изучать азбуку и тому подобное, хотя в действительности они были просветлены. Можно было бы утверждать, что они – не перерожденцы особых существ, но многие из этих детей вспоминали о том, что в прошлых жизнях они были большими йогинами, и о великих деяниях, которые они совершили. Эти дети ели, спали и болели, и в их жизни были препятствия. Они так же, как и все, старели и позже умирали.

Джамьян Шепа спрашивает: «Даже если всё это происходило, разве могли они быть обычными существами? Разве может будда испытывать такие страдания? Это невозможно». Затем Джамьян Шепа объясняет, что даже махаянский арья не может

переродиться в силу кармы и омрачений. Те, кто достиг путей арьи в Махаяне, пути видения или пути медитации, полностью отбросили страдания от перерождения, старения, болезни и смерти; они обрели духовное тело. Джамьян Шепа говорит, что эти великие существа едят, спят и сталкиваются с другими проблемами, как обычные люди, в качестве методов усмирения умов живых существ. Они совершают эти действия ради блага живых существ и представляют собой проявление кармы живых существ. Затем Джамьян Шепа говорит: «Следовательно, любой кажущийся недостаток не обязательно является истинным».

Джамьян Шепа продолжает, что, когда будда является в виде собаки, эта явленная собака будет вести себя точно так же, как обычная. Она будет лаять, вилять хвостом, есть кашки и другие нечистоты, а также совокупляться с другими собаками. И, конечно же, она будет выглядеть в точности как собака. Именно это и имеется в виду под «проявлением в облике собаки».

Когда я говорю о поедании кашек, я особенно вспоминаю собак затворнического центра «Тушита», где, при жизни Ламы, у нас было примерно тринадцать собак, помесь лхаса апсо и пекинеса. Лама часто говорил: «Я не хочу отдавать их другим людям – я люблю своих собак». Как бы то ни было, эти собаки обожали есть кашки. Днём, когда собак выпускали на свободу, на улицу, они бежали лишь в одном направлении – к дороге вокруг гор, где находили кучи экскрементов. Затем они быстро возвращались, вонючие и возбуждённые.

Когда будда проявляется в виде свиньи, у этой свиньи круглый свиной нос, а также тело и хвост свиньи. И она будет вести себя точно так же, как обычная свинья, роясь в мусоре под шум тантрического монастыря.

То же самое происходит, когда будда проявляется в обыденной человеческой форме. Он ведёт себя точно так же, как обычный человек: у него есть омрачения и страдания, и он совершает ошибки в своих поступках, как обычный человек. Именно это означает «проявление в обыденной человеческой форме».

Для некоторых живых существ будда проявляется в облике мясника и ведёт себя совершенно так же, как мясник, делая свою обычную работу. Для некоторых существ, у которых много привязанностей, будда проявляется в облике проститут-

ки и ведёт себя точно так же, как проститутка. Существа с обычным умом видят проявления, которые ведут себя точно так же, как эти обычные существа; ничего выше увидеть они не способны. Будда не являет им ничего выше, потому что это не подойдёт людям, у которых нет кармы увидеть нечто более высокое или чистое.

Когда будда проявляется как обычный бодхисаттва, он ведёт себя совершенно так же, как обычный бодхисаттва, не демонстрируя качества того, кто достиг высших путей арья-бодхисаттвы. Он никогда не являет такие особые качества живым существам, у которых нет кармы, чтобы увидеть такой облик, и хватает кармы только на то, чтобы видеть обычное существо. Или даже если у них есть карма, чтобы увидеть бодхисаттву, они всё равно видят лишь обычного бодхисаттву.

Например, во время учений или бесед Его Святейшество Далай-лама довольно часто говорит: «Я не знаю» или «я не уверен», даже в ответ на вопросы о Дхарме. Если ваш ум нечист, вы можете думать, что Его Святейшество действительно ничего не знает, и видеть в нём обычного человека. Конечно, если у вас чистый ум, который видит в Его Святейшестве истинного Будду, настоящего Ченрези, у вас не будет таких мыслей. И время от времени Его Святейшество для определённых людей может являть огорчение или гнев. Однако это всё – наши представления, и, конечно, это делается ради блага живых существ, особенно тех, кто нуждается в подобных проявлениях. Обычные люди, лишённые чистого ума, осознающего, что Его Святейшество – Будда, могут подумать, что Его Святейшество гневается, потому что видят обычный облик человека с различающимися мыслями.

Поскольку крайне трудно понять ум другого человека, нельзя судить о том, кто будда, а кто нет. Ясно, что, опираясь на наше восприятие, мы не способны доказать, что некто не является буддой. Когда мы идём на рынок либо отправляемся в аэропорт или на железнодорожную станцию, мы не можем сказать, кто там – будда, а кто нет.

Однажды, когда Серконг Дордже Чанг, предыдущая инкарнация Серконга Дордже Чанга, который скончался в Непале, пришёл на аудиенцию к Тринадцатому Далай-ламе, войдя в комнату, он увидел Тринадцатого Далай-

ламу в облике Ченрези, называемого «Отдыхающий в природе ума»⁶⁷.

Когда тот, у кого ум чист, лицезреет божество, обычные люди, вроде нас, видят человека, и даже иногда – больного человека. Некоторые люди видят его расстроенным или встревоженным. Всё абсолютно зависит от нас, живых существ. В действительности Далай-лама – это Ченрези, сущность сострадания всех будд, но то, что мы видим, соответствует уровню нашего ума. Поскольку большинство живых существ лишено настолько чистого ума, чтобы увидеть божество, всё, что они видят, – это человеческий облик.

Мы также можем использовать кажущиеся недостатки гуру как причину развития преданности, памятуя о том, что нашим представлениям доверять нельзя. Это будет подробно объяснено в следующем разделе – «Как видеть в гуру будду». Мы можем думать, что любые недостатки, которые мы замечаем в гуру, – это отражение нашего заблуждающегося, обыденного ума. Это всё равно, что смотреть на отражение лица в зеркале. Если у нас чистое лицо, мы увидим в зеркале чистое лицо; если наше лицо грязное, мы увидим грязное. Подобным образом, если наш ум чист, мы будем видеть чистоту; если он загрязнён, мы будем видеть нечистое.

Применяя этот приём, вместо того чтобы думать о недостатках гуру, мы памятуем о том, что источником видимости недостатков является наш собственный нечистый ум, наша загрязнённая карма. Когда мы думаем, что любой воспринимаемый нами недостаток – восприятие нашего собственного нечистого ума, для порождения дурных мыслей о гуру не остаётся места; мы можем сохранять в уме прочную преданность и смотреть на гуру как на будду. Видимость недостатков никоим образом не мешает нашей преданности.

Пятый Далай-лама сказал:

Ваше больное воображение видит в действиях гуру собственные пороки. Всё это говорит о том, что ваше сердце насквозь прогнило. Осознавая, что это – ваши пороки, отбросьте их как яд.

Под упомянутым в этой цитате *сердцем* имеется в виду не физический орган, но ум, полный предрассудков и заблуждений.

В этой строфе содержится глубокое и действенное наставление. Пятый Далай-лама говорит это нашему уму, которому мерещатся иллюзии, и этот ум неверно воспринимает объекты. Наши собственные недостатки проявляются в действиях гуру так же, как белая раковина кажется жёлтой тому, кто болеет желтухой. Точно так же как картинки на экране кинотеатра являются проекцией фильма, отснятого на плёнке, все ошибки, которые мы замечаем в гуру – проекции нашего собственного нечистого ума. На самом деле это наши собственные недостатки. У нас есть склонность проецировать наши основные недостатки на других. Если мы сами совершаем ошибки, мы часто проецируем те же ошибки на других. Например, вор всегда подозревает других в воровстве.

Мы не должны думать, что любая ошибка, которую мы видим в святых деяниях гуру, исходит от него и не зависит от нашего ума. Осознавая, что это наша собственная ошибка, мы должны её отбросить как яд. Нам нужно отвергнуть мысль о том, что недостатки, которые мы замечаем в благом друге, являются таковыми в реальности, а не просто нам мерещатся.

Пятый Далай-лама говорит, что мы должны отбросить как яд все ложные представления о гуру, все мысли о пороках гуру и цепляние за его обыденный облик как за истинный. Понимая, что восприятие пороков нашего гуру – наши собственные ошибки, мы отбрасываем их, как яд. Как только нам скажут, что нечто является смертельным ядом, мы мгновенно выбросим это вещество. Мы не захотим, чтобы оно было рядом с нами. То же самое касается и наших заблуждений, разве что вред от всех ядов на земле не сравнить с заблуждениями о благом друге.

Как только возникнет опасность появления предрассудков о гуру, мы должны себя защитить, вспомнив об этой цитате. Когда нам кажется, что гуру совершил ошибку, важно помнить, что мы не можем доверять своими представлениям. Это самый действенный способ прекратить дурные мысли о гуру. Осознавая, что наш омрачённый ум проецирует наши собственные недостатки на гуру, мы спасёмся от непочтения, гнева и неверия. Основное, что нам нужно отбросить, – это веру в то, что видящиеся нам недостатки реально существуют. Тогда, даже если нам всё ещё будут видеться недостатки, нашей пре-

данности гуру ничто не помешает. Эта медитация защищает наш ум и преданность.

Также в «Сущности нектара» сказано:

*Пока мы не свободны от омрачающей неблагой кармы,
Даже если все без исключения будды снизойдут прямо перед
нами,*

*У нас нет удачи увидеть высшее святое тело, украшенное
святыми большими и малыми знаками –*

Только этот нынешний облик.

Этот нынешний облик означает восприятие гуру как обычного существа, то есть, существа с пороками. Даже если бы все будды непосредственно предстали перед нами, из-за загрязнений нашего ума мы можем их видеть только с недостатками, омрачениями и ошибками. Поэтому то, как мы видим гуру, – не что иное, как отражение нашего собственного омраченного, нечистого ума. Это подобно тому, что говорит Пятый Далай-лама.

Эти две цитаты говорят об одном и том же. Размышление об одной из них поможет нам не утратить преданность. Если мы помним об этих цитатах, какие бы ошибки в действиях гуру ни мерещились нашему уму, ничто не нарушит нашу преданность, и она останется прочной, как гора. И если у нас уже возникли какие-то прозрения и свершения, благодаря этому мы их не потеряем.

Как нам отбросить иллюзии о пороках гуру? Мы делаем это, постоянно тренируя свой ум в осознании того, что гуру – будда, свободный от недостатков и полный совершенств. Мы должны постоянно думать, что гуру – абсолютный будда, Дхармакая, святой ум всех будд. С этим осознанием, что бы ни делал гуру, мы будем неизменно видеть гуру как будду. Даже если мы не практикуем гуру-йогу тантрическим путём, преобразуя гуру в чистый облик божества, и даже если видим в гуру обычное существо, что означает видеть его недостатки, мы не будем цепляться за обыденную видимость как за истину.

Если мы практикуем осознание того, что гуру, по сути, – абсолютный гуру, мы автоматически постигаем, что каждый недостаток, который мы видим в действиях его тела, речи и ума, – проявление нашей нечистой кармы. В этой видимости нам некого обвинять, кроме собственного ума.

Совет Пятого Далай-ламы – самая суть способа практики преданности гуру. Если бы наш ум был полностью чист, теперь мы бы видели всех будд и всех существ в трёх временах. Однако у нас много ограничений; наш ум нечист и омрачён. Соотнеся всё, что проявляется, с нашим полным иллюзий умом, мы понимаем, что в действиях благого друга нам видятся собственные недостатки. Мы должны практиковать постоянное осознание того, что гуру – будда, а его святые деяния – Дхармакая.

По мере развития ума на пути к просветлению он будет становиться всё чище, и у нас появится чистота восприятия. Сейчас мы видим статуи Будды, сделанные из меди, камня или глины. Когда мы вступим на великий махаянский путь заслуг, мы увидим эти статуи в облике Нирманакаи Будды – с тридцатью двумя святыми большими и восьмьюдесятью малыми знаками⁶⁸, и они с нами заговорят. А став арьями на пути Махаяны – иными словами, бодхисаттвами на махаянских путях видения или медитации – мы увидим статуи в виде Самбхогакаи.

Мы видим статуи как простые изваяния, не как нечто живое и говорящее, но великие йогины, очистившие свою карму и сознание, видят их как живых божеств. Например, когда лама Атиша делал обход вокруг ступы в Бодхгайе перед отбытием в Индонезию, с ним заговорили статуи Тары и многие другие стоящие там статуи. Они посоветовали ему: «Если хочешь достичь просветления, практикуй бодхичитту».

Если у нас есть преданность и чистота ума, все статуи и изображения Будды действительно могут с нами говорить. Великий бодхисатва Кхуну Лама Тензин Гьялцен объяснял, что не просто статуя Тары, но и все каменные статуи вокруг ступы в Бодхгайе говорили с ламой Атишей, когда он совершал обход.

Кхуну Лама Ринпоче был великим бодхисатвой и учёным, таким же, как древние пандиты. Он знал наизусть весь Кангьюр, собрание учений Будды, и мог цитировать каждый текст. Его Святейшество Далай-лама получил от Кхуну Ламы Ринпоче обширный комментарий на «Вступление на путь деяний бодхисаттвы».

Однажды, когда Кхуну Лама Ринпоче делал обход ступы в Бодхгайе, что-то капнуло на его голову с дерева бодхи⁶⁹. Когда

он лизнул эту жидкость, чтобы узнать, что это, оказалось, что на вкус она подобна мёду. Это был нектар с дерева бодхи.

Развивая свой ум посредством правильного вверения себя гуру, мы будем видеть гуру по-разному: наши представления – не только о гуру, но и об остальных – будут меняться. Пабонка Дечен Ньингпо объясняет, что вначале мы видим наших благих друзей как обычных существ. Очистив наши кармические завесы и обретя сосредоточение Непрерывной Дхармы на великом пути заслуг, мы увидим наших гуру в виде Нирманакаи, в святом теле высшего преобразования, а когда вступим на первый бхуми, на махаянский путь видения, увидим их в виде Самбхогакаи. Пока мы не достигнем десятого бхуми и не станем просветлёнными, мы будем встречать гуру как отдельное существо. Но когда достигнем просветления, встретимся с гуру в своём уме. Это означает, что после просветления мы станем гуру: наш ум обретёт состояние абсолютного гуру, Дхармакаю.

Полностью очистив завесы ума, мы действительно увидим чистоту всего, что перед нами предстаёт: место нашего обитания будет мандалой божества, существа – божествами, а наши удовольствия – чистейшим нектаром. Для нашего чистого просветлённого ума всё будет обладать природой блаженства и пустоты.

Всё это должно исходить из чистоты нашего ума, а не извне. Это следствие усилий и тренировки. Чтобы увидеть чистоту самих себя и окружающего мира, вначале нам нужно стараться смотреть на своё тело как на святое тело божества, а на мир – как на мандалу. Видение гуру как будды также должно исходить из нашего собственного ума, не извне. Чтобы увидеть гуру как будду, мы должны со своей стороны приложить к этому усилия.

Каждый раз, когда мы замечаем в гуру недостатки, нам нужно использовать кажущиеся пороки для развития нашей преданности, как это объясняли лама Цонкапа и Пятый Далай-лама. Также, благодаря тренировке нашего ума в последующих разделах – «Как видеть в гуру будду» и «Развитие почтения памятованием о доброте гуру» – мысль о достоинствах гуру начнёт возникать у нас с большой силой, и это возобладает над ложными представлениями о его недостатках.

Если наш ум прочно и постоянно сохраняет чистую предан-

ность, осознание, что гуру – будда, любая ошибка или недостаток, которые мы видим, будут восприниматься как игра, актёрство. Даже если нам будет являться недостаток, мы не поверим, что это истина. Этот недостаток будет казаться нам миражом: мы видим воду, но знаем, что этой воды нет. Если мы увидим в уме гуру Дхармакаю, свободную от всех загрязнений и обладающую всеми достоинствами, видимость пороков перестанет нас беспокоить. Она не нарушит нашу преданность.

Если мы сможем помнить эти положения и применять их на практике, это защитит наш ум. Он будет постоянно предан гуру и видеть гуру как будду, не тревожась о восприятии его недостатков. Так мы будем охранять ум от создания ужасного препятствия свершениям на пути к просветлению и от неисчислимых кальп страданий в адах. Иначе из-за отпечатков в наших прошлых жизнях у нас будут с большой силой и постоянно возникать гнев, неверие и мысли о пороках, что заставит нас создавать тяжелейшую неблагую карму.

Каждый раз, когда возникает мысль о недостатках гуру, это становится препятствием достижению свершений и просветления и приводит к деградации нашего ума.

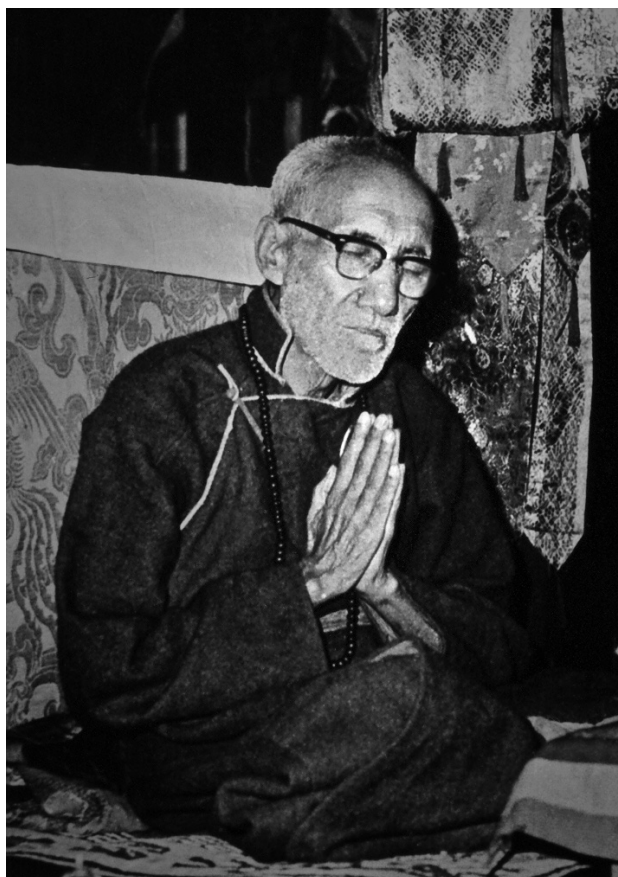
Сохранение преданности, которая смотрит на гуру как на будду или на ум гуру как на Дхармакаю, становится защитной стеной, подобно стенам, которые люди возводят вокруг своих домов, чтобы спастись от врагов. Это защищает нас от всех мыслей о пороках, способных разрушить наше просветление и весь остальной успех.

Если мы не стараемся увидеть гуру как будду, наш ум лишён защиты, и у нас будут возникать представления о гуру как об обычном человеке и дурные мысли.

Понимание того, что восприятие гуру как будды должно исходить от нашего собственного ума, даёт нам надёжную защиту, а нашу жизнь – как эту, так и будущие – не погубят дурные мысли. Таким образом, у нас не будет ущерба, только польза, вплоть до абсолютного блага полного просветления.

Чем больше мы смотрим на гуру как на будду, тем ближе подходим к просветлению, и чем больше думаем о недостатках гуру, тем дальше от него отходим. Думая о достоинствах гуру, мы получаем лишь пользу, никакого ущерба. Мысли о пороках гуру принесут нам только ущерб, никакой пользы. Не

имеет значения, является ли гуру буддой, бодхисатвой, архатом или обычным существом. Неважно, кто он такой. Если мы сами искусно практикуем, как можно больше смотря на его достоинства и как можно меньше на недостатки, мы получаем только великую пользу. Мы будем способны увидеть гуру как будду, и затем эта преданность станет вратами, через которые мы получим истинные благословения будды. Когда эти благословения в нас входят, в нашем уме укореняется путь к просветлению и у нас появляется свобода достичь просветления как можно скорее.



(На фото – Кхуну Лама Ринпоче, Индия, ок. 1977 г.)

12. КАК ВИДЕТЬ В ГУРУ БУДДУ



Как только мы поймём возможность увидеть нашего гуру как будду, по логике, мы можем приучить наш ум к такому восприятию. В теме «Корень, тренировка нашего ума в преданности гуру», третий раздел – «Как видеть в гуру будду» – состоит из четырёх положений:

- 1) *ваджрадхара заявил, что гуру – будда;*
- 2) *гуру – исполнитель деяний всех будд;*
- 3) *даже в наши дни все будды и бодхисаттвы до сих пор трудятся ради живых существ;*
- 4) *в наших воззрениях нечему доверять.*

Для тех, кто накопил много заслуг, первого положения будет достаточно, чтобы породить преданность гуру, и им не придётся медитировать над остальными положениями. Им будет достаточно услышать цитаты из Ваджрадхары и Гуру Будды Шакьямуни и не потребуются дальнейшие доводы, доказывающие, что гуру – будда. Людям, у которых легко рождается преданность, достаточно лишь услышать цитату, чтобы в этом убедиться, и им не придётся приводить логические обоснования. Однако применение доводов для доказательства того или иного положения способствует более глубокому и определённому пониманию.

Если первого положения недостаточно, чтобы возникла преданность гуру, можно использовать второе – «Гуру – исполнитель деяний всех будд» – для прояснения и помощи в доказательстве слов Ваджрадхары. Если даже это не породит у нас преданность, мы добавляем следующее доказательство – «Даже в наши дни все будды и бодхисаттвы до сих пор трудятся ради живых существ». В случае, когда и этого недостаточно для дока-

зательства нашему уму, что гуру – будда, мы применяем самый мощный довод: «В наших воззрениях нечему доверять».

Второе и третье положения – каждое из них – могут стать основанием для предшествующего положения. Ваджрадхара утверждал, что гуру – будды. Почему он так сказал? Потому что гуру вершат деяния всех будд. Мы должны особенно соотнести деяния всех будд с собой, с тем фактом, что наши гуру ведут нас от счастья к счастью и в итоге даруют нам несравненное блаженство просветления. А почему гуру – исполнители деяний всех будд? Потому, что и поныне все будды и бодхисаттвы трудятся во благо живых существ.

Тибетцев, скорее всего, устроят четыре положения в их обычной последовательности, но для западных учеников их лучше изложить в обратном порядке:

- 1) *в наших воззрениях нечему доверять;*
- 2) *даже в наши дни все будды и бодхисаттвы до сих пор трудятся ради живых существ;*
- 3) *гуру – исполнитель деяний всех будд;*
- 4) *ваджрадхара заявил, что гуру – будда.*

Начать с положения «Ваджрадхара заявил, что гуру – будда», вероятно, лучше для того, кто уже породил преданность, но медитация на эти положения в обратном порядке может оказаться более действенной для жителей Запада. «В наших воззрениях нечему доверять» – это самое мощное положение, как атомная бомба! Начав с этого, мы разрушим свои ложные стереотипы, и после этого другие положения будет легче постичь.

Наши взгляды не всегда верны – мы не можем быть уверены, что в действительности вещи существуют так, какими они видятся, а то, какими вещи являются, зависит от нашего восприятия вещей. Это ясно и логично, и мы можем прийти к такому же выводу о наших гуру. Даже в наши дни все будды и бодхисаттвы до сих пор трудятся ради живых существ, включая нас. А кто они такие? Никто иной, как наши гуру, исполнители деяний всех будд. Сразу вслед за этим мы можем подумать, что это истинно, потому что Ваджрадхара обещал являться в облике гуру. Цитаты в конце также могут оказаться мощным средством.

Используйте любые доводы, которые наиболее полезны для

вашего ума. Помня об этих доводах, осознавайте, что все ваши гуру – будды или Гуру Будда Шакьямуни, если это для вас действительное. Важно доказать своему уму, что, по крайней мере, существует больше вероятности, что ваши гуру – будды, чем нет. Если вы чувствуете, что гуру отделён от будды, ваша практика не становится гуру-йогой. Пабонка Дечен Ньингпо объясняет, что если вы видите отделённость вашего гуру от будды, вам необходимо применять логику и цитаты для доказательства того, что гуру – будда.

Действенная медитация на каждое из этих четырёх положений – это утверждение, после каждого положения, в чистой преданности гуру, видении гуру как будды. Также мы должны соотносить каждое из четырёх положений медитации с каждым из наших гуру. Благодаря такой медитации мы будем получать благословения и обретём прозрения и свершения на всём пути к просветлению.

1. В наших воззрениях нечему доверять

«В наших воззрениях нечему доверять» – самое важное положение в практике гуру-йоги: медитация на эту тему сродни взрыву атомной бомбы в сфере наших предрассудков, видящих в гуру недостатки. Это самое мощное положение для ума, потому что пресекает ложные представления – препятствия духовным свершениям. Основной способ пресечь заблуждения, мешающие нам увидеть гуру как будду – как следует медитировать на учения о Прибежище, особенно на качества и деяния будды, направленные на воспитание живых существ, и сочетать это с медитацией о том, что в наших взглядах нет ничего определённого.

Это положение также полезно при общении с другими людьми в повседневной жизни. Когда мы начинаем гневаться и желать вреда другим, мы должны вспомнить, что ни в чём не можем доверять собственным взглядам.

«В наших воззрениях нечему доверять» означает, что неизвестно, совпадает ли с реальностью воспринимаемый нами гуру, потому что у нас множество неверных представлений и наносных иллюзий. То, что мы воспринимаем гуру как обычное существо, то есть как человека с недостатками, не обязательно означает, что в действительности он – обычное существо. Наше видение гуру зависит от того, каким он нам являет-

ся, а последнее обусловлено нашими проекциями. Мы видим его по-разному в зависимости от того, смотрим ли на него с преданностью, как на будду, или как на обычное существо.

Кунтанг Джампелянг, высокий амдосский лама, объясняет:

Даже вверяя себя гуру как объекту Прибежища в этой и в будущих жизнях, вы держитесь за собственную истину, но не за истину гуру. В этом – вся ошибка.

То, каким нам видится гуру и его действия, зависит от нас. Поскольку это воззрение нашего собственного омрачённого, заблуждающегося ума, конечно, нам кажется, что у гуру есть недостатки, и мы считаем их реальными. Затем мы используем кажущиеся недостатки как доказательство того, что гуру – обычный человек, а не будда.

По словам Кунтанга Джампелянга, вся ошибка – в представлении, что наше восприятие гуру истинно, и в нежелании доверить истину гуру. Вместо этого мы бережем истину для себя, думая: «Мои взгляды верны». Вся ошибка в том, что мы считаем своё мнение правильным.

Всё, что является нам в этой жизни с рождения и до смерти, исходит от нашего собственного ума, от нашей кармы. Всё – проявление кармы. Всё, что мы воспринимаем – хорошее или дурное, чистое или нечистое, – творение нашего собственного ума. Если мы смотрим на вещи через красное стекло, то видим всё – даже белое – красным. Если мы смотрим через синее стекло, видим всё синим. Цвет, который мы видим, зависит от цвета стекла, через которое мы смотрим. Подобным образом в повседневной жизни наш способ восприятия вещей зависит от того, как мы на них смотрим. Если мы смотрим на что-то как на хорошее, оно кажется хорошим, если как на плохое – плохим. Когда мы не смотрим на что-то как на хорошее, оно не видится хорошим, когда не смотрим как на плохое, оно не видится плохим.

Также полезно применять в практике преданности гуру двенадцать звеньев зависимого происхождения⁷⁰. Наше тело, наше счастье и страдание, все объекты наших чувств – всё, что у нас есть в этой жизни, является следствием неведения и кармы, которые, в свою очередь, рождены нашим сознанием, несущим в себе все проявившиеся в этой жизни отпечатки. Неведение – это крестьянин, а карма – зерно, посаженное в поле сознания.

Так же как на поле можно потенциально вырастить хороший или плохой урожай, сознание сохраняет все отпечатки или потенциал счастья и страдания и несёт их из жизни в жизнь. Отпечатки, переносимые сознанием, проявляются в этой жизни, подобно урожаю, вырастающему в поле.

В «Сокровищнице знания» сказано:
Все разнообразные миры рождены кармой.

Все виды перерождений, счастливые и страдательные, вырастают из зерна кармы. Всё, что предстаёт перед нами в этой жизни, с рождения до смерти, рождено кармой. Вначале нам нужно чётко осознать, что всё, нам являющееся, происходит из нашей собственной кармы, из наших собственных мыслей в настоящем и прошлом.

Например, когда мы ведём машину на дороге, предстающие перед нами пейзажи являются отражением нашего ума. Мы не наблюдаем явления, существующие самостоятельно, независимо от сознания. У нас есть привычка говорить: «Всё – карма», но это не должно оставаться лишь словами. Нам нужно понять, что мы постоянно наблюдаем отражения собственного ума. Даже покупая билет на спектакль, мы платим лишь за то, чтобы увидеть отражения своего ума.

Это объяснение из учения о двенадцати звеньях помогает нам убедиться в том, что восприятие гуру полностью зависит от нашего ума. Наше видение обыденности и недостатков исходит от нас. Нам нужно постоянно медитировать на двенадцать звеньев в отношении всего, что предстаёт перед нами в жизни. То, каким нам всё является, включая нашего гуру, – лишь отражение наших собственных мыслей в настоящем и прошлом.

Наше восприятие вещей полностью определяется уровнем нашего сознания: в соответствии с различными уровнями ума существуют разные миры и воззрения. Мы должны это осознавать, не полагая своё мнение – единственным способом отношения к объекту. Один и тот же объект может по-разному восприниматься различными людьми. Понимание этого очень помогает в решении жизненных проблем и обуздании наших омрачений, особенно мыслей о недостатках гуру в практике гуру-йоги.

Нам необходимо понимать, что не только один объект в одно и то же время может восприниматься разными людьми

по-разному, но и что вещи будут по-разному видеться нашему собственному уму на разных этапах его развития. Например, когда многие люди смотрят на одного человека, они не воспринимают его одинаково. Одним людям этот человек кажется прекрасным, другим – уродливым, третьим – обычным. Один и тот же объект видится нам по-разному, потому что у нас разный ум.

Почему мы видим вещи нечистыми? Потому, что нечист наш ум. Если бы поток нашего ума был свободен от омрачений, мы бы всё видели чистым: себя – в чистом облике божества, с чистыми святыми телом и умом просветлённого существа, всех остальных живых существ – в чистой форме божеств, место – как мандалу, чистое проявление запредельной мудрости, а все наши удовольствия – как чистые наслаждения. Нам всё будет являться чистым, как и будде. Если бы наш ум был чист, мы прямо сейчас видели бы бесчисленных будд, потому что, как сказано в «Царе молитв»⁷¹, все будды пребывают на каждой частице. Сейчас для нас это не так, потому что наш ум омрачён или нечист. То, как мы всё видим, зависит от уровня или качества нашего ума.

Для иллюстрации того, что в нашем воззрении о реальности нет ничего определённого, Пабонка Дечен Ньингпо использует пример из учений мадхьямаки о трёх различных видах существ – голодного духа, человека и бога – которые одновременно смотрят на чашу, наполненную жидкостью. Когда на жидкость смотрят голодные духи, они видят гной и кровь, люди, глядя на ту же жидкость, видят воду, а боги воспринимают её как нектар.

Когда эти три различных вида существ одновременно смотрят на один и тот же объект, они воспринимают его по-разному. Это обусловлено различными уровнями их ума и количеством благих заслуг. У голодных духов недостаточно заслуг или благой кармы, чтобы видеть нечто приятное – даже воду. Поскольку у них есть карма лишь на восприятие гноя и крови, они видят жидкость только так. Люди, имеющие больше заслуг или благой кармы, видят жидкость как воду. Что касается богов, у которых гораздо больше заслуг и, таким образом, кармы, чтобы испытывать больше удовольствия, чем люди, они ту же жидкость воспринимают как нектар. Будды же познали бы эту жидкость как чистейшее, высочайшее блаженство.

Хотя голодным духам жидкость кажется гноем и кровью, это

не значит, что так её видит каждое живое существо. Это не единственно возможное воззрение: есть и другое восприятие той же самой жидкости. Люди видят её как воду, а боги – как нектар. Все эти точки зрения определяются умом воспринимающего.

Этот способ анализа различных взглядов на один и тот же объект крайне интересен и описывает то, что мы постоянно испытываем в повседневной жизни. Когда нам что-то не нравится, будь это человек, место или пища, мы должны осознавать, что наше видение этого объекта – лишь один из возможных вариантов. Есть и другие воззрения на этот счёт. Один и тот же объект может являться многим людям совершенно разным. Существуют различные кармические проявления. У тех, чья карма чиста, проявления чисты, у существ с нечистой кармой они загрязнены.

То, что мы видим в повседневной жизни, – творение нашей собственной кармы, собственного ума. Это совершенно ясно. То, какими вещи видятся нам в настоящее время, – наше собственное мировосприятие, соответствующее нашему нынешнему уровню ума. Есть разные взгляды даже на один и тот же объект, и они соответствуют различным уровням ума разных существ. Вначале нам нужно усвоить этот важный момент, поскольку он очень полезен не только в практике гуру-йоги, но и в повседневной жизни. Мы не должны думать, что наше воззрение – единственно возможный взгляд на вещи и никто не видит ничего другого. Это совершенно неверно.

Мы можем убедиться в том, что видение объекта определяется нашим умом, а не объектом. Одна и та же пища может показаться одним людям вкусной, другим невкусной, а третьих оставит равнодушными. Когда разные люди даже смотрят на пищу, одним она кажется аппетитной, другим отвратительной, а у третьих не вызывает никаких эмоций. Когда они затем пробуют эту пищу, у них также возникают различные ощущения. Пища одна и та же, но разные люди воспринимают её по-разному.

То же самое касается любого объекта чувственного восприятия: то, каким является человек, место или пища, определяет ум воспринимающего. Например, нам кажется невозможным, что мы когда-либо можем почувствовать привязанность к определённом человеку. Однако в один прекрасный день мы по

какой-то причине что-то воображаем, и наше отношение меняется: мы можем внезапно увидеть этого человека прекрасным, и возникнет привязанность. Объект один и тот же – тот же самый человек, которого мы видели несколько дней назад, – но мы начали воспринимать его по-другому. Либо, даже хотя мы можем считать кого-то своим лучшим другом, на которого невозможно разгневаться, вдруг мы что-то воображаем, и наше отношение может измениться... Тогда слова или поступки друга или подруги станут для нас невыносимы. Эти внезапные перемены исходят не от объекта, а от нашего собственного ума.

Нельзя дать полное и удовлетворительное объяснение этим разнообразным взглядам, если мы не связываем их с умом воспринимающего субъекта. Мы должны учитывать уровень ума и карму воспринимающего. Его прошлая благая или неблагая карма оставила в его уме отпечатки, они выражаются в виде различных вкусов или даже зрительных образов, либо пищи. Нет другого способа дать верный, полный ответ на вопрос о том, почему пищу или любой другой объект конкретный человек воспринимает определённым образом.

Например, даже если мы достигнем места, которое считается чистой землёй, такого как Шамбала, если мы не очистили свою загрязнённую карму, мы не сможем увидеть чистую землю, хотя и попали туда, где она должна находиться. Наш нечистый ум этому воспрепятствует. Это всё равно что видеть себя находящимся в грязном отеле, живя со всеми удобствами в прекрасном особняке.

Там, где человек с очень омрачённым умом может увидеть обычное существо, полное пороков, обладатель более чистого ума способен воспринять бодхисаттву или будду. Глядя одновременно на одно и то же существо, одни люди видят обычного человека, вторые бодхисаттву, а третьи будду. Это зависит от чистоты ума воспринимающего.

Постижение того, что всё зависит от нашего ума – самое важное открытие: это главная медитация для просветления. Это наилучший, самый непосредственный способ решения проблем, поскольку когда мы осознаём, что каждая наша проблема исходит от нашего собственного ума, обвинить других не в чем. Даже если кто-то на нас гневается и нас оскорбляет, это исходит от нашего ума. Раньше мы во всём обвиняли других людей, думая, что все наши проблемы пришли к нам извне и не

были сотворены нашим собственным умом.

Когда мы обнаруживаем, что не можем ни в чём обвинять внешние объекты, нам ничего не остаётся, кроме преобразования нашего ума, очищения нашей собственной кармы. Мы должны очистить нашу нынешнюю нечистую карму, которая отражает эти неприятные явления, и накопить больше заслуг. Поскольку всё исходит из нашего ума, просветление тоже должно исходить из нашего ума. Наш собственный ум должен сотворить просветление.

Мы также можем обратиться к жизнеописаниям йогов настоящего и прошлого, чтобы убедиться, что в нашем собственном воззрении ничему нельзя доверять. Когда живые существа смотрят на будду, даже будда будет являться совершенно по-разному в зависимости от уровня ума каждого из этих существ. Некоторые даже увидят животное, как это случилось с Асангой. Вспомните историю об Асанге и Майтрее. Вначале Асанга увидел Будду Майтрею лишь как раненую собаку. После проведения уединённого затворничества в течение двенадцати лет в попытках осуществить практику Будды Майтреи, Асанга так и не лицезрел Майтрею и решил прекратить медитацию. В последний раз выйдя из своего скита, Асанга увидел на дороге лишь большую собаку, нижняя часть тела которой была сплошной открытой раной, кишасцей червями.

Асанга почувствовал нестерпимое сострадание к раненой собаке и захотел пожертвовать собой, чтобы ей помочь. Он стал с полной самоотверженностью заботиться об этом животном. Тогда он за несколько мгновений очистил неблагодатную карму, которая так долго мешала ему увидеть Будду Майтрею. Завершив очищение той кармы, он больше не видел собаку. Та обыденная, нечистая видимость прекратилась, и он воочию узрел святое тело Будды Майтреи.

Позже Асанга отнёс Будду Майтрею на своих плечах в ближайший городок, крича по дороге: «Я несу Будду! Подходите взглянуть на Будду!». Большинство людей подумало, что он обезумел, потому что вообще ничего не смогли увидеть, но одна старуха увидела, что он несёт на плечах раненую собаку.

В ламрине есть много историй о великих йоговах, которые выглядели простыми людьми, хотя на самом деле являлись буддами. Также существует много историй о просветлённых существах, казавшихся обычными людьми, совершающими убий-

ства и другие злодеяния, словно у них не было сострадания. Многих учителей прошлого, включая ламу Еше, стали считать великими йогинами лишь позже, после их кончины.

Когда лама линии преемственности Буддхаджняна встретил своего гуру, великого йогина Манджушримитру, он увидел его как обычного домохозяина. Он увидел, как Манджушримитра, обвязав голову жёлтой монашеской одеждой, распахивает и удобряет поле. Его дети собрали червяков, которых он вырывал из-под земли своим плугом, и приготовили из них суп. Затем этот суп съела вся семья. Буддхаджняна воспринял этого великого наставника как сумасброда.

Это похоже на первую встречу Наропы с Тилопой. Наропе вначале и в голову не пришло, что перед ним Тилопа. Люди обычно воспринимали Тилопу как нищего или простого рыбака, хотя Тилопа на самом деле был просветлённым существом, самим Буддой Ваджрадхарой. Когда Наропа впервые увидел Тилопу, тот жарил рыбу заживо на костре и ел её. Наропа засомневался в том, что это Тилопа. И когда Наропа спросил: «Ты Тилопа?», Тилопа отрицательно покачал головой. Позже у Наропы возникла преданность, и он увидел некоторые достоинства Тилопы. Наропа спросил: «Ты Тилопа?», и Тилопа кивнул. Ответы Тилопы были обусловлены мыслями Наропы.

Также и Кришначарья, и его ученик Кусали увидели Ваджраварахи как простую прокажённую женщину, с чёрной сочащейся гноем кожей.

Когда Миларепа впервые встретил Марпу, Марпа явил себя лишь как простой крестьянин, покрытый пылью и пьющий вино во время распахивания поля. Марпа был просветлённым существом, самим Ваджрадхарой, но Миларепе он показался обычным человеком.

В тексте Гухьясамаджи «Двадцать одна маленькая буква» объясняется, что Нагарджуна и Сараха оба оставались в своих прежних телах после обретения единения пути более-не-учения и, как правило, являлись другим людям как обычные существа.

Майтрипа увидел своего гуру, великого йогина Шаварипу, как простого человека, охотившегося на зверей в лесу. Пещера Шаварипы – это пещера Махакалы возле Бодхгаи, которую посещает множество людей. Рядом с ней был построен маленький монастырь. Шаварипа написал хвалу Шестирукому

Махакале, увидев в той пещере это божество.

Великий йогин Луипа внешне казался жалким нищим, но когда царь Дхаригапа и его свита получили у Луипы учения, они достигли просветления. С помощью своих сверхспособностей Луипа также преподавал в том месте Дхарму нечеловеческим существам, и даже они достигли просветления.

У великого сакьяпинского пандита Кунги Ньингпо было два сына, Драгпа Гьялцен и Сонам Цемо, которых он всегда держал рядом с собой, часто укрывая их своим халатом, словно был к ним сильно привязан. Окружающих его людей это очень огорчало, и они в нём разуверились, потому что он казался обычным человеком, живущим мирской жизнью.

Кунга Ньингпо, поняв, о чём они думают, предупредил: «У вас не должно быть неверных взглядов о ваджрном наставнике». Затем он сказал: «Взгляните на это». Он вытянул ноги в сторону людей, явственно показав им мандалы Чакрасамвары и Хеваджры вместе со всеми божествами на подошвах своей правой и левой ног. Когда люди это увидели, у них исчезли все дурные мысли о гуру, и возникла сильная преданность. Несмотря на то, что Кунга Ньингпо был истинным Чакрасамварой, подлинным Хеваджрой, его соседи видели в нём лишь привязанного к своей семье обычного мирянина.

Даже лама Еше по-разному являлся различным людям, в зависимости от их кармы. Многие ученики, обладавшие великой преданностью, видели Ламу как самого будду в человеческом облике. Некоторые, у которых не было преданности, воспринимали его как совершенно обычного человека со вздорным нравом.

То, что мы не видим гуру как будду, вовсе не доказывает, что гуру – не будда. Кажущиеся нам недостатки не являются логическим доказательством того, что у гуру и в самом деле они есть. Все проявления, что мы видим, соответствуют уровню нашего ума. Наша собственная карма определяет, сколько достоинств и недостатков мы видим в гуру. Наше видение существ как просветлённых или чистых зависит от очищения наших кармических загрязнений. Следовательно, доверять в нашем воззрении о реальности нечему.

Пабонка Дечен Ньингпо объясняет, что, поскольку наши загрязнения так велики, мы не можем увидеть нашего гуру как будду, и добавляет, что нам нужно быть благодарными за то,

что в настоящее время мы способны видеть его в человеческом облике, так как даже это – довольно высокий уровень.

Великий йогин Ченгава Лодро Гьялцен сказал:

Наши кармические скверны так тяжелы,

Что нужно радоваться, видя гуру даже в облике человека.

У нас хватает великих заслуг не видеть его собакой или ослом;

Поэтому от всего сердца породите почтение, о сыновья Шакьямуни.

Нам очень повезло, что мы видим нашего гуру в облике обычного человека, а не собакой, как Асанга увидел Майтрею, либо ослом или другим животным. Если бы мы видели нашего гуру как собаку, осла или свинью, что мы могли бы поделаться? Хотя наша карма заставляет нас видеть в гуру недостатки, нам всё равно повезло, потому что мы также способны видеть множество достоинств.

Как объяснил Качен Еше Гьялцен, практически размышлять о следующем:

Мне повезло, что я способен найти даже несколько достоинств в моём гуру. Если мой нечистый ум может увидеть даже столько благих качеств, насколько же больше их увидит тот, чей ум чище моего!

Только подумайте, насколько больше неблагих, чем благих мыслей возникает в нашем уме каждый день. Наш ум переполнен омрачениями и дурной кармой, что постоянно его загрязняет и создаёт препятствия. Это чудо, что, имея ум, столь тяжело омрачённый нечистой кармой, мы способны увидеть гуру таким чистым!

То, что нам является, и во что мы верим, не обязательно соответствует действительности. Есть столько аспектов реальности, которые мы не видим или видим неверно! Даже не принимая ЛСД или другие галлюциногены, из-за наших заблуждений мы видим множество иллюзий.

Не факт, что мы видим объект так, как он существует на самом деле. Наша жизнь, имущество и все остальные причинно-обусловленные явления по своей природе непостоянны, изменчивы или разрушаются, час за часом, минута за минутой, секунда за секундой и даже за доли секунды – и всё из-за причин и условий. Это тонкое непостоянство затем порождает грубые,

очевидные изменения, например, когда люди покрываются морщинами и стареют. Хотя непостоянство является реальностью причинно-обусловленных явлений, мы их воспринимаем не так. Они кажутся нам постоянными, и мы цепляемся за веру в эту видимость постоянства.

Также, хотя Гуру Будда Шакьямуни, Нагарджуна, лама Цонкапа и все остальные великие просветлённые учителя объясняли, что самобытия нет, мы этого не видим. Несмотря на то, что всё – включая «я», действие и объект – пусто от самобытия, поскольку является просто мысленным обозначением, мы это не воспринимаем по-другому. Всё кажется нам только независимо существующим. Мы видим всё совершенно неверно – как существующее самостоятельно, независимо от нашего ума.

С утра до ночи, с рождения до смерти, с безначальных рождений до просветления, всё исходит от нашего собственного ума как простое мысленное обозначение. Такова природа явлений, но это не означает, что мы воспринимаем их такими: не означает постижения нами этого способа их бытия. Хотя в действительности всё существует как простое название, вещи нам являются не так и мы их видим иначе. Мы видим нечто другое – полную иллюзию. Постоянные, независимые, самосуществующие феномены, которые мы видим, вообще не существуют; их просто нет. То, как они нам являются и как мы их воспринимаем, совершенно противоречит реальности.

Пабонка Дечен Ньингпо рассказывает историю о монахе, которому, в былые времена в Индии однажды ночью кармически привиделось, что он стал голодным духом. Чувствуя невыносимую жажду, он вышел из дома к близлежащей реке, но не смог увидеть ни капли воды. Он пересек высохшее русло, по которому должна была протекать река, повесил свою монашескую накидку на дерево и вернулся домой.

Утром, когда он проснулся, кармическая видимость мира голодных духов закончилась, но в качестве доказательства того, что его переживание не было простым сном, он нашёл свою накидку, свисающую с дерева на другом берегу реки. Предыдущей ночью тот монах испытал проявление кармы голодного духа. Все эти переживания – чувство невообразимой жажды, неспособность найти воду, хотя она обычно там была, обнаружение воды на следующее утро – исходили от его соб-

ственного ума, его собственной кармы.

В «Освобождении на вашей ладони» Пабонка Дечен Ньингпо предлагает использовать некоторые логические доводы из *дьюра* и *тариг*, такие как «человек, не имеющий кармы непосредственно увидеть гуру как будду, не может увидеть гуру как будду, потому что лишён достоверного ума, познающего, что гуру – будда».

Используя цитаты и логические доводы, мы пытаемся установить достоверный ум, способный непосредственно увидеть гуру как будду. Наш ум так ограничен и невежественен! Если наш ум так омрачён, как мы можем судить о том, будда кто-то или простое живое существо?

Возможно, мы не признаём, что нечто существует, если не можем увидеть это собственными глазами, но мы не ведаем столько вещей! Мы многое не видим. Говоря о реинкарнации, Его Святейшество Сонг Ринпоче отмечал, что мы не можем аргументировать, что чего-то не существует, на том основании, что мы этого сами не видим или не испытали. Есть бесчисленные феномены, которых мы не видим. Ринпоче говорил: «Если чего-то не существует, потому что вы этого не видите, значит, у вас нет затылка – вы же его не видите!». Помимо того факта что мы не можем судить о духовном уровне других людей, мы не способны даже увидеть свой собственный затылок. У нас не хватает силы ума даже на то, чтобы увидеть собственное лицо, не смотрясь в зеркало. И если мы не обернёмся, не сможем увидеть, что происходит за нашей спиной.

Мы также не видим, что творится в нашем теле. Для того, чтобы узнать, здоровы мы или нет, нам приходится обращаться к врачу. Когда у нас появляются симптомы болезни, мы вынуждены полагаться на врачей, аппараты и анализы крови, чтобы узнать, что происходит в нашем теле. Мы не понимаем даже такие грубые вещи как болезни. Мы также не понимаем наш собственный ум, со всеми его ментальными факторами. Чтобы узнать что-то о нашем уме, нам приходится опираться на учения Будды.

У нас нет не только всеведения, но даже ясновидения. Мы не можем читать мысли других или видеть их прошлую и будущую карму. Мы не способны даже вспомнить свою прошлую жизнь, хотя она существовала и наша нынешняя жизнь стала её продолжением. И, несмотря на то, что у нас будет следующая

жизнь, мы её не видим. Мы не видим даже ближайшее будущее. Мы не знаем, что произойдёт завтра – или даже сегодня вечером. Мы даже не можем с уверенностью сказать, останется ли наше сознание в этом теле через час. Не говоря уже о завтрашнем дне и об остальном будущем, мы не видим, что произойдёт даже через минуту. Мы вообще не видим, что случится в будущем – через час, минуту или секунду. Мы живём в полной тьме. Наш ум совершенно омрачён.

Пабонка Дечен Ньингпо объясняет, что люди с разными заболеваниями, меняющими их восприятие, не способны даже увидеть грубые, обычные вещи такими, как есть. Например, человек с болезнью желчи⁷² на самом деле видит белую снежную гору или белую раковину жёлтой. («На самом деле» видеть в гуру недостаток – то же самое, что «на самом деле» видеть белую снежную гору жёлтой). Пабонка Дечен Ньингпо также отмечает, что человек с расстройством лунга или ветра⁷³, на самом деле видит белые предметы как синие. А тот, у кого болезнь глаз, на самом деле видит падающие волоски.

Например, когда люди принимают ЛСД, дурман или другой наркотик-галлюциноген, у них возникают иллюзии, и они на самом деле видят вещи не так, как обычно. Они могут увидеть пыль как червяков или слышать голоса, хотя рядом с ними никого нет. Но на самом деле видеть или слышать всё это не означает, что оно реально существует.

В целом, если бы всё, что нам является, было истинным, Ямантака и другие гневные существа, которые кажутся гневными, должны были бы испытывать гнев. Но поскольку они просветлённые существа, мы знаем, что в действительности гнева у них нет.

Все эти примеры показывают, что в нашем воззрении нет ничего определённого, включая представление о благом друге. То, что мы на самом деле видим в наших гуру определённые недостатки, не является логическим доказательством того, что эти недостатки реально существуют, и гуру – не будды. Являющиеся нам вещи зависят от состояния нашего ума. Мы видим отражение нашего собственного ума, собственных взглядов. Если наш ум чист, мы будем видеть вещи чистыми, но чем грязнее и омрачённее наш ум, тем более нечистыми будут и воспринимаемые нами явления. Когда мы тренируем свой ум, приучая себя смотреть на гуру как на будду, если мы

замечаем в нашем гуру недостаток, нам нужно думать, что это наше нечистое воззрение. Если перед нами и предстанут пороки, мы не поверим, что у гуру на самом деле они есть, так же, как не верим в самобытие вещей, хотя они нам таковыми кажутся. Это защищает наш ум, чтобы видение недостатков не стало препятствием, заставляющим нас утратить преданность – корень пути к просветлению.

У нас, обычных существ, ум тяжело омрачён неведением с безначальных времён. Такому глубоко омрачённому уму невозможно увидеть в гуру будду.

Пабонка Дечен Ньингпо говорит:

Некоторые больные ошибочно воспринимают объекты. Поскольку неведение сделало ущербным наш обыденный ум, создающий иллюзии, возможно ли нам увидеть в гуру самого будду?

Мы убедились в том, что не обязательно видим даже обычные объекты так, как они существуют, а увидеть гуру как будду гораздо труднее. Поскольку мы не способны правильно воспринять даже обычные вещи, нам крайне трудно определить, обладает ли отдельно взятое существо просветлённым умом. Памятуя о том, что предстающая нам видимость вещей может не соответствовать реальности, мы, по крайней мере, начинаем больше склоняться к тому, что наши гуру могут быть буддами. И если мы начинаем думать, что кто-то может быть буддой, мы станем осторожнее в наших действиях по отношению к этому существу.

Одна простая и ёмкая причина, по которой мы не видим в гуру будду, состоит в том, что у нас нет воззрения совершенно чистого, святого ума будды. Всеведение – объект только всеведения. Всё мыслимое, познаваемое и совершаемое всеведущим умом, – объект только всеведущего ума. Архат, или даже бодхисаттва десятого бхуми не способны познать каждое действие святых тела, речи и ума будды.

Только всеведущий ум может определённо и безошибочно видеть умы других существ. Так как у нас нет всеведения и даже ясновидения, мы не способны судить других. Мы не можем сказать наверняка, является ли кто-то буддой или нет, можем только точно сказать, будда ли мы сами. Мы способны ясно видеть и судить свой ум; но не можем видеть или судить умы других. Помимо этого, нет никого, в ком мы можем быть до

конца уверены. Следовательно, невосприятие нами гуру как будды не означает, что наш гуру – не будда.

В «Освобождении на вашей ладони» Пабонка Дечен Ньингпо говорит, что мы не можем судить о том, кто наши друзья или собаки за дверью – боги или мары, не говоря уже о нашем гуру. Мы можем достоверно оценить только себя. Если мы отступим от этого больше, чем на шаг, остальное уже сомнительно. Поскольку у нас нет всеведения и даже ясновидения, мы не способны непосредственно видеть уровень чужого ума; следовательно, нужно сомневаться во всём остальном, кроме самих себя. Одно наше собственное мнение о том, что кто-то – обычное существо, потому что мы замечаем его недостатки, не доказывает, что этот человек обычен.

Гуру Будда Шакьямуни сказал: «Только подобные мне могут судить об уровне ума других. Если другие попытаются судить, будет упадок». Поскольку святой ум будды обладает всеведением, он может видеть умы других, а обычные существа – нет. Пытаясь судить других, мы можем создать неблаговую карму и привести к упадку наш собственный ум.

Вспомните цитату из «Сущности нектара», которую я приводил ранее:

*Пока мы не свободны от омрачающей неблаговой кармы,
Даже если все без исключения будды снизойдут прямо перед нами,
У нас нет удачи увидеть высшее святое тело, украшенное
святыми большими и малыми знаками –
Только этот нынешний облик.*

Пока мы не очистим свой ум от дурной кармы и загрязнений, даже если все до единого будды непосредственно предстанут перед нами, мы не сможем увидеть их как будд, украшенных тридцатью двумя святыми большими знаками и восемьюдесятью святыми малыми знаками как у Нирманакаи Будды Шакьямуни. Сейчас, поскольку поток нашего ума не свободен от омрачающей неблаговой кармы, нам не повезло видеть будд в их чистом просветлённом теле. У нас остаётся лишь нынешнее восприятие их как обычных существ, что является отражением нашего замутнённого ума; мы воспримем их только с недостатками, омрачениями и сансарическим страданием. Мы не способны видеть гуру иначе как в обычном облике.

Эта цитата крайне мощна, и её полезно вспоминать в нашей

медитации и в повседневной жизни. Почему мы не видим бесчисленных будд? Потому что наш ум омрачён нечистой кармой, которая этому препятствует. По этой причине мы не видим наших гуру как будд.

Поскольку наш ум нечист, даже если бы мы увидели бесчисленных будд, они предстали бы перед нами в обычном облике. Даже если наш гуру – на самом деле будда, мы не способны постичь его как будду. Бесчисленные будды могут привести нас к просветлению только проявляясь в обычном облике. Если бы они являлись в более чистой форме, у нас бы не хватило кармы их увидеть. Следовательно, нам очень повезло, что мы способны видеть гуру даже в облике обычного человека.

Главарь бандитов из местности Голок по имени Ариг Тё убил и покалечил много людей. Прибыв в Лхасу, чтобы посмотреть на статую Будды Шакьямуни, он не смог увидеть не только статую, но даже золотые масляные светильники в храме. Он увидел один мрак. Ужасно расстроившись, он отправился к одной из прошлых реинкарнаций ламы Гьялсе и спросил: «Почему я не вижу статую? И что мне сделать, чтобы очистить свой ум и её увидеть?». По совету этого ламы он сделал очистительные практики и тысячи подношений. Когда позже он опять пошёл в храм взглянуть на статую, то смог разглядеть лишь трон и масляные светильники: ему так и не удалось увидеть саму статую Будды Шакьямуни.

Мы также можем думать о следующем: «Всё бытие охвачено буддой: нет места, где не было бы будды. Нет бытия, которое не видел бы святой ум будды. Нет места, не объятого святым умом будды и его святым телом. Вокруг меня сейчас бесчисленные будды, но я их не вижу».

Мы должны понять с точки зрения тантрических учений, не сутры, каким же образом всё бытие охвачено буддой. На чём бы ни сосредоточился святой ум будды, он пребывает на этом объекте вместе с тонким ветром, колесницей этого ума. Где бы ни находился святой ум Дхармакаи, там же находится и тонкий ветер. Ум не может существовать без своей колесницы, ветра, так же как мы не можем пользоваться электричеством без его носителя – электропроводов. Хотя у тонкого ума и тонкого ветра разные функции, по сути они едины. Поскольку святой ум будды познаёт каждый существующий объект, нет ничего неохваченного всеведущим умом, а так как этот ум неотделим

от тонкого ума, там же находится и тонкий ветер. Этот чистый тонкий ум – Дхармакая, а тонкий ветер – Рупакая. Следовательно, в единении святого ума будды, Дхармакаи, и святого тела будды, Рупакаи, нет объекта, не охваченного буддой. Это одна из основных причин того, что всё бытие охвачено буддой.

Даже если мы не верим в то, что будда пребывает на нашей макушке, это не означает, что будды там нет. Будда, несомненно, там находится. Нет ни единого атома, не охваченного буддой; ни единого атома, где не было бы будды. Все будды пребывают прямо здесь, вместе с нами, мы просто их не видим. Мы видим их лишь тогда, когда наша карма чиста. Наша способность увидеть будду – просто вопрос наших кармических загрязнений. Очистив их, мы мгновенно увидим, что полностью окружены буддами. Поскольку будды уже здесь, иногда мне кажется, что их нет нужды откуда-то призывать. Практика призвания предназначена для нас, обычных существ, у которых много предрассудков и суеверий. Так как мы думаем, что будды находятся где-то ещё, призвание помогает нам породить больше веры в то, что они – перед нами.

Пабонка Дечен Ньингпо говорит, что, помимо будд, вокруг нас много и других существ, которые для нас невидимы. Например, перед нами могут быть и духи. Не видя духов, мы не можем сказать, находятся ли они перед нами, но не можем утверждать наверняка, что никаких духов там нет. Мы не видим богов, духов, нагов или многих других мирских существ. Возможно, в жизни мы часто встречаем будд, бодхисатв, даков и дакинью, но это не означает, что мы их узнаём.

Тот, у кого чистая карма, может увидеть будд где угодно. Именно наша нечистая карма омрачает наш ум так, что мы не видим будд. Делая предварительные практики, лама Цонкапа лицезрел в своей пещере всех Тридцать пять Будд, а также Манджушри и Будду Майтрею в окружении всех божеств и пандитов. Лама Цонкапа мог это делать, потому что очистил свою неблагодатную карму. Иногда лама Цонкапа воочию лицезрел неисчислимое количество божеств в различных проявлениях.

В буддийских святынях Индии большинство людей видят просто груды земли или развалины здания или трона, на котором когда-то восседал Будда. Несколько лет назад группа людей, включая пожилую женщину из Тибета, отправилась в

паломничество в Наланду. Никто из них ничего не увидел, но пожилая женщина увидела сидящего там Будду в человеческий рост со святым телом золотистого цвета. Кроме того, получая учения от Его Святейшества Далай-ламы, та женщина увидела Будду на своей ладони.

Я также слышал, что один мужчина с Запада, отправившись на озеро Палден Лхамо⁷⁴, которое может давать предсказания, по прибытии увидел на поверхности озера Ваджрасаттву и Ченрези. Некоторые люди проводят там недели, но ничего не видят. Всё зависит от кармы.

Когда лама Еше давал комментарий по Шести йогам Наропы в «Институте ламы Цонкапы» в Италии⁷⁵, каждое утро перед комментарием Лама делал среднее самопосвящение в мандалу тела Херуки Чакрасамвары. Однажды утром, в начале учения, Лама заплакал. Об этом мне рассказала Джейси Кили, американка, которая в то время была секретарём Ламы. Джейси увидела, что, когда Лама сел на трон, перед началом учения он плакал. Она поняла, что что-то сильно взволновало ум Ламы.

Когда Лама вернулся с учения, Джейси спросила его, почему он плакал. Лама сказал: «О чём ты говоришь? Я увидел своего гуру». Лама увидел Его Святейшество Триджанга Ринпоче, своего основного коренного гуру, который скончался за два года до этого. Никто больше не увидел в том зале Триджанга Ринпоче.

Всё это зависит не от объекта, а от воспринимающего ума. Дело не столько в том, существуют ли там объекты или нет, сколько в чистоте или нечистоте нашей кармы.

Наше восприятие обыденности вещей настолько сильно, что мы совершенно уверены в его истинности. Поскольку наша вера в то, что другие люди обычны, так неизбежно, нам очень трудно увидеть кого-то как просветлённое существо, даже если это правда. Окажись перед нами воплощение Тары или Ваджрайогини, наше воззрение и представление о ней как об обычном существе будет таким прочным, что нам будет трудно признать её просветлённым существом.

В древние времена, когда Гуру Будда Шакьямуни был в Индии, он проявлялся в теле Нирманакая, с тридцатью двумя большими и восемьюдесятью малыми святыми знаками, и обычные люди, как правило, видели ауру из лучей света на расстоянии руки от святого тела Будды. Однако шесть основателей

индуизма, которые осуждали Будду и соперничали с ним, воспринимали его как простого монаха; они не могли увидеть даже ауру Будды.

Даже если учитель полностью просветлён, это не означает, что ученик видит в нём просветлённое существо. Даже если наш гуру – будда, этого недостаточно: мы со своей стороны должны смотреть на него как на будду. Иначе мы будем подобны полностью посвящённому монаху Сунакшатре, который замечал у Гуру Будды Шакьямуни одни недостатки. Тогда нам будет невозможно породить благие качества.

В «Сущности нектара» сказано:

*Что касается видимости пороков, то Дэвадатта, Сунакшатра и тиртхики*⁷⁶

*Видели Основателя, свободного от всех скверн
И обладающего совершенством качеств,
Полным недостатков.*

*Подобно больному желтухой, видящему белую раковину жёлтой,
Поскольку покровы моей дурной кармы и омрачений так густы,
Я в безупречных вижу одни пороки.*

Возможно ли, чтобы у них были недостатки и пороки?

Как я раньше уже пару раз упоминал, Сунакшатра был помощником Гуру Будды Шакьямуни двадцать два года, но всё это время всегда воспринимал Будду лишь как обычного человека. Хотя Гуру Будда Шакьямуни стал просветлённым задолго до того, Сунакшатра никогда не смотрел на него как на Будду; все эти двадцать два года он не замечал в Будде ни единого достоинства, только одни недостатки. Он считал Будду Шакьямуни лишь лжецом. Почему он видел в Будде лжеца? Поскольку он смотрел на Будду только как на лжеца, именно так Будда ему являлся. Сунакшатра говорил: «Я служил Будде Шакьямуни двадцать два года и не видел в нём достоинств даже размером с кунжутное зёрнышко».

Когда Будда шёл просить милостыню и люди делали ему подношения, он объяснял последствия этой кармы. Однажды в небольшой деревушке девушка поднесла Будде горсть зерна, насыпав зерно в его чашу для подаяний. Тогда Будда предсказал, что в результате этого подношения в будущем она переродится архатом Супранихитой. Сунакшатра не смог поверить в то, что Будда сказал девушке. Как кто-то может стать архатом, просто

поднеся горсть зерна? У него возникло неверие в Будду, и он подумал, что Будда просто льстит девушке за её подношение. Сунакшатре, у которого не было ни всеведения, ни ясновидения, и в голову не пришло, что Будда сделал пророчество. Он даже не считал Гуру Будду Шакьямуни искренним.

Затем Будда спросил его: «Знаешь ли ты, что из посаженного в землю крошечного семечка может вырасти огромное дерево, покрывающее собой пятьсот лошадиных повозок?». Сунакшатра сказал: «Да, знаю». Будда ответил: «Нет, такого не существует». Сунакшатра возразил: «Существует, я знаю по опыту, что существует!». Тогда Будда сказал: «И я по своему опыту знаю, что благодаря подношению горсти зерна эта женщина может достичь архатства». На это Сунакшатре было нечего возразить.

Если со своей стороны мы не смотрим на нашего гуру как на будду, мы не увидим в нём будду. Если мы смотрим только на его недостатки, то увидим в своём гуру лишь изъяны. Смотря на него как на обычное существо, мы будем в нём видеть только обычное существо, как было с Сунакшатрой. Смотря на гуру как на будду, совершенствуясь в этом чистом воззрении, затем мы увидим его как будду.

Даже если наш гуру – будда, мы не обязательно видим в нём будду, так как то, что мы видим, соответствует нашей собственной карме. Если у нас чистый ум и чистая карма, мы видим будду; если наш ум омрачён нечистой кармой, мы видим обычное существо с недостатками.

Восприятие недостатков наших гуру не доказывает, что в действительности они у них есть; мы не можем сказать, что наши гуру – не будды, лишь потому, что замечаем в них гнев, привязанность, неведение и другие омрачения. То, какими нам являются вещи, в основном зависит от нас. Даже то, что мы называем «недостатком», зависит от нашего восприятия. Пабонка Дечен Ньингпо говорит в «Освобождении на вашей ладони», что если ученик хочет ложиться спать рано, он считает недостатком то, что его гуру ложится спать очень поздно, но если гуру ложится рано, он видит в этом достоинство. (Если вы живёте в одном доме, обычно ученику не положено ложиться спать, пока это не сделает его учитель). Это лишь один простой пример того, как сильно вещи зависят от нашего собственного толкования. То, чем мы что-то называем, – пороком или

достоинством – обусловлено нашими собственными определениями.

Очень часто проблемы возникают из-за непонимания того, что внешняя видимость, за которую мы цепляемся, необязательно является реальностью; это выходит за пределы нашего восприятия. Даже когда Гьялва Энсапа был близок к достижению просветления, обычные люди считали его сумасшедшим, потому что он казался им безумцем, не способным обуздать свой ум. Вспомните, как Наро Бончунг видел Миларепу. Наро Бончунг, бонский практик, хотел соперничать с Миларепой, потому что очень много о нём слышал. И после встречи с Миларепой Наро Бончунг говорил, что Миларепа – просто тощий старик с синей кожей, который выглядит так, словно его можно легко сдуть ветром. (Тело Миларепы было синим от холода, потому что он не носил одежды). Именно таким Миларепа явился Наро Бончунгу, хотя Миларепа был просветлённым существом и в его святом уме было богатство свершений, бескрайнее, как небо.

Хотя лама Еше много раз вел себя так, как будто разгневан, временами Лама говорил: «Объектом является живое существо, поэтому разве я могу на него гневаться?». *Живое существо* означает жалкое, омрачённое, страдающее существо. То, что говорил Лама, было реальностью, хотя это противоречило тому, что мы обычно воспринимали.

Также, хотя у ламы Еше не было восьми мирских дхарм, он вёл себя так, как будто цепляется за эту жизнь. И хотя у ламы не было жадности, он казался жадным в отношении некоторых вещей. Это иллюстрирует множество историй, и только позже мы осознали, что увиденное нами в прошлом не соответствует реальности, и у Ламы невероятные внутренние достоинства. Это было тесно связано с нашей кармой, с нашими собственными толкованиями.

В «Сущности нектара» сказано:

*Какие бы святые тела и деяния ни являлись,
Воистину, нет сомнений,
Что все Победоносные десяти сторон света
Являют святые тела, нас умиряющие,
Чтобы вести нас по пути к просветлению.*

Сострадательный Основатель Будда Шакьямуни сказал в

сутре «Встреча отца и сына»:

Я буду трудиться во благо живых существ, проявляясь в качестве Индры и Брахмы, а иногда в виде мары, но жители этого мира не смогут меня узнать. Я буду также принимать облик женщин и даже животных. Хотя у меня нет привязанности, я буду вести себя, словно привязан; хотя у меня нет страха, я буду казаться испуганным; хотя я не безумен, буду вести себя как безумец; хотя я не слеп, буду вести себя как слепец. Я буду в различных формах обуздывать живых существ. Живым существам с сильным гневом я буду являться гневливым. Живым существам с великой привязанностью я буду являться обладающим великой привязанностью, чтобы их обучать. Таким образом, я буду проявляться в любой форме, подходящей живым существам.

В учениях сутры также объясняется, что Будда будет проявляться даже как лишившийся веры или нарушивший все четыре коренных обета. Для людей с сильной привязанностью Будда будет проявляться в облике проститутки, чтобы их обуздать. Будда также будет являть себя виноторговцем или даже животным. Будда будет являться орлом, чтобы защищать других орлов, но обычные живые существа будут видеть лишь орлов, не Будду.

Используя цитаты и логические доводы, мы обретаем несомненное понимание того, что гуру – это будда, свободный от всех недостатков и обладающий всеми свершениями. Когда в нашем сердце возникнет уверенность, что гуру – это все будды, что гуру и все будды едины, мы осуществим преданность гуру.

В первую очередь, мы должны помнить абсолютный смысл гуру, то есть абсолютного гуру. Нам нужно осознать, что гуру, которого мы видим и слышим, – абсолютный гуру, Дхармакая, запредельная мудрость недвойственных блаженства и пустоты, вечный изначальный ум, у которого нет ни начала, ни конца. Поскольку этот абсолютный гуру – святой ум всех будд, все будды – гуру. На основе этого мы можем понять, что гуру – все будды, а все будды – гуру.

Именно поэтому выражение «Гуру-Будда» является осмысленным. С этим объяснением, просто говоря «гуру», мы можем естественным образом понять, что это значит – «будда», и нам не нужно использовать дополнительное обозначение «будда».

Нам нужно видеть каждого из наших гуру как будду, а каждого будду – как всех наших гуру. Например, из муки можно сделать много разнообразной пищи различных форм и вкуса: лапшу, хлеб, пирожные... Однако несмотря на все эти различные названия и формы, всё это мука. То же самое касается гуру. В глубине нашего сердца должна произвольно, естественно и постоянно рождаться мысль, что гуру – будда. Когда мы представляем божеств или думаем о будде, мы должны понимать, что это гуру. Эта мысль должна быть прочной, не должна длиться всего несколько часов или дней, а потом исчезать. Когда эта мысль станет устойчивой, это признак осуществления преданности гуру.

Когда несомненное понимание того, что гуру – воплощение запредельной мудрости будд, возникнет произвольно, однонаправленно медитируйте на него. Вновь и вновь выполняйте однонаправленную медитацию на это чувство. В конце концов вы увидите, что нет будды, отдельного от гуру, и гуру, отдельного от всех будд... Когда гуру и будды сливаются воедино, рождается постижение преданности гуру. Вода смешивается с молоком, они становятся одним целым, но по-прежнему называются молоком.

Конечная цель – это слияние воедино нашего собственного ума и святого ума гуру. Когда мы станем просветлёнными, наш собственный ум и святой ум гуру обретут единство в великом блаженстве Дхармакаи. На основе общего пути мы завершаем тантрический путь, особенно стадий порождения и завершения Высшей Йога-тантры, обретая ясный свет, иллюзорное тело и единение. Мы пресекаем все наши омрачения и осуществляем вместерождённый изначальный ум ясного света, запредельную мудрость недвойственных блаженства и пустоты и протяжённость этого ума, великое блаженство Дхармакаи, являющиеся святым умом гуру. В то время мы достигаем просветления в сущности гуру. Мы достигаем просветления гуру: наши тело, речь и ум становятся неотделимы от святых тела, речи и ума гуру.

Для подготовки к этому отныне мы должны достичь гармонии со святым умом гуру, всё больше к нему приближаясь. Важно готовиться к слиянию нашего ума со святым умом гуру, готовиться к достижению просветления гуру.

В традиции ламы Цонкапы не говорят, что мы едины с

гуру, что мы будды, или, что наш собственный ум – Дхармакая, святой ум гуру или божества. Но, практикуя тантру, мы должны породить божественную гордость, поэтому на это и медитируем.

Даже если нам неловко признать, что наш нынешний омрачённый ум – просветлённый ум гуру, всё же, когда мы практикуем тантру, нам необходимо уже сейчас сохранять божественную гордость того, чем мы станем в будущем. Хотя эта идея философски некорректна и её можно оспорить в диспуте, данная медитация действенна для тех, кто практикует тантру.

2. Даже в наши дни все будды и бодхисаттвы до сих пор трудятся ради живых существ

В настоящее время все будды и бодхисаттвы трудятся во благо всех живых существ, включая нас. Они делают это не иначе как в облике учителей, которые нас непосредственно ведут, даруя нам три свода обетов, устные передачи, посвящения, комментарии по сутре и тантре и наставления. Каждое слово их учения ведёт нас к просветлению. Если наши гуру – не те бесчисленные будды и бодхисаттвы, что трудятся ради нас, больше нет никого, на кого можно указать как на наших проводников к просветлению. Следовательно, наши гуру – будды.

*Обузданные не смывают неблагу карму водой;
Они не избавляют скитальцев от страданий своими руками;
И не передают собственные свершения другим.
Они освобождают, открывая истинную природу.*

Знакомя западных людей с тем, что будды и бодхисаттвы трудятся во благо живых существ, я обычно рекомендую им вначале использовать в качестве примера свой собственный опыт сострадания, поскольку это облегчает понимание. Когда мы чувствуем к кому-то сострадание, мы хотим помочь, а не навредить, этому человеку. Иными словами, мы пытаемся принести ему благо своими телом, речью и умом. Хотя мы не чувствуем сострадание к каждому живому существу, мы делаем всё возможное, чтобы помочь тем, кому мы сострадаем. Если бы мы испытывали сострадание ко всем живым существам, то пытались бы посылить им помощь всем. Это логично.

Но у некоторых людей больше сострадания, чем у нас; их сострадание становится всё сильнее и обширнее, охватывая

большее число живых существ, чем наше. Эти люди больше помогают и меньше вредят другим, чем мы. Мы не можем отрицать, что это так. Некоторые люди страдают не только своим друзьям, но также и посторонним и даже врагам: они страдают не только тем, кто им помогает, но даже тем, кто не помогает или даже активно им вредит.

На собственном опыте мы можем увидеть, что наше сострадание можно взрастить, если мы продолжим медитировать на страдания нашей собственной сансары, на общие и особые страдания низших миров и на страдания других живых существ. Если мы действительно смотрим на то, как страдают другие живые существа, наш ум, несомненно, изменится, даже во время медитации. Подобные медитации влияют на ум, преобразуя его в сострадание. Если мы продолжим в них усердствовать, у нас, несомненно, будет усиливаться сострадание ко всё большему количеству живых существ.

Бодхисаттвы чувствуют *великое* сострадание, что означает сострадание ко всем живым существам. Они не только желают, чтобы все живые существа были свободны от страдания, но на самом деле берут на себя ответственность за их освобождение. Даже начинающие бодхисаттвы, те, кто только что породил бодхичитту и вступил на путь Махаяны, полностью отказались от заботы о себе и поисков собственного счастья. Они заботятся только о других живых существах. Каждое действие их тела, речи и ума сосредоточено на помощи другим. Они думают только об этом. Каждое их движение, даже вдохи и выдохи, предназначено для других живых существ. Всё, что они делают, — едят, идут, сидят, спят — направлено только на благо других.

Это напоминает мне о Ген Джампе Вангду, который часто по вечерам навещал ламу Еше и меня в затворническом центре «Тушита», чтобы побеседовать, и иногда рассказывал нам о своей жизни. Однажды он сказал: «Последние семь лет я ни разу не был у кого-то в гостях ради собственной цели». Ген Джампа Вангду имел в виду не то, что за последние семь лет вообще не был ни у кого в гостях, а то, что не ходил ни к кому в гости ради себя. Обычно он не сообщал людям о своих духовных достижениях: ему не было свойственно считать их большим делом или много рассказывать о них другим. Но Лама и я были его очень близкими, лучшим друзьями. (Это было ещё до того, как я получил от него передачу учений о затворничестве

по пилюлям [чу-лен], которое провёл пару раз до его кончины). Поскольку Лама и я очень нравились Ген Джампе Вангду, он больше с нами откровенничал.

Каждый раз, когда Ген Джампа Вангду навещал нас в «Тушите», это было наилучшее время; мы очень любили его визиты. Самым большим развлечением были его рассказы о собственных переживаниях в медитации, а также об опыте других йогов и о том, что он делал в прошлом. Геше-ла рассказал нам, что в монастыре Сера в Тибете он был очень непослушен, никогда не усердствовал в учёбе и только и делал, что дразнил других монахов и с ними дрался.

Хотя Ген Джампа Вангду не говорил открыто, что обрёл бодхичитту, было ясно, что бодхичитта породилась у него за семь лет до того. Гораздо раньше он также осуществил девять стадий безмятежности.

Поскольку даже начинающий бодхисатва делает всё только ради других живых существ, нет никаких сомнений в том, что это делает будда. Все будды завершили тренировку ума в сострадании и страдают всем до единого живым существам, включая нас. Их сострадание уже более не может развиваться; оно абсолютно. Следовательно, все будды трёх времён должны трудиться во благо всех живых существ и их вести. В силу сострадания у них нет другого выбора.

Поскольку есть существа, в чьём святом уме сострадание достигло совершенства, которые трудятся во благо других и их ведут, если они не наши гуру, то кто ещё? Наши нынешние гуру – будды, которые трудятся во благо живых существ, включая нас.

Однонаправленно сосредоточиваясь поочерёдно на каждом из своих гуру, думайте: «Этот гуру – будда». Словно начитывая мантру, повторяйте: «Этот гуру – будда, этот гуру – будда, этот гуру – будда...». Повторите это двадцать один раз, половину круга чётков, круг чётков, в зависимости от того, сколько у вас времени. В то же время старайтесь укрепить свой ум в преданности, которая видит в каждом гуру будду.

Мы можем использовать те же самые логические доводы в отношении знания. Есть другие люди с большими знаниями, чем у нас. Не стоит думать, что существует лишь то, что мы знаем и испытали, а того, чего не знаем и не испытали, нет. Есть

люди с большими знаниями, даже в мирском образовании, и есть те, чьи знания гораздо обширнее наших. Некоторые люди могут помнить прошлые жизни и видеть будущие жизни и другие отдалённые феномены. У таких людей гораздо больше знаний и способности помогать другим.

Но есть и существа, знания которых совершенны; они беспрепятственно и непосредственно видят все явления прошлого, настоящего и будущего. Единственный ум, в котором все знания совершенны, – это всеведущий ум, просветлённый ум будды. Всеведущий ум будды непосредственно и постоянно видит всё бытие и знает уровень ума и особенности всех без исключения живых существ и все подходящие способы освободить их от страдания и привести их к большему счастью и просветлению.

Поскольку есть те, кто завершил всё обучение и использует это знание во благо живых существ, если они не наши гуру, тогда кто ещё? Помимо наших нынешних гуру, нет никого, на кого мы могли бы указать как на этих будд.

И вновь, думая о каждом своём гуру, повторяйте: «Этот гуру – будда, этот гуру – будда, этот гуру – будда...». С однонаправленным сосредоточением укрепляйте свой ум в преданности. Сохраняя это сосредоточение, некоторое время пребывайте в полной убеждённости в том, что ваши гуру – будды.

Более того, будды обладают совершенной силой вести живых существ. Они могут проявляться любым способом, соответствующим уровню ума живых существ, и затем открывать святыми телом, речью и умом методы, подходящие сознанию каждого живого существа. Поскольку есть существа, обладающие всецелой силой приносить благо другим и помогающие им, то если они не наши гуру, кем ещё они могут быть? Нет никого другого, кто может быть этими существами, кроме наших нынешних гуру.

Опять, думая о каждом своём гуру, повторяйте: «Этот гуру – будда, этот гуру – будда, этот гуру – будда...». С однонаправленным сосредоточением укрепляйте свой ум в преданности.

У будд есть все эти три качества – безграничное сострадание, всеведение и совершенная сила, но основной фактор, побуждающий их вести живых существ, – это их сострадание. Если бы у будд были всеведение и совершенная сила, но не было бы сострадания, существовала бы опасность, что они не стали бы

воспитывать всех живых существ. Но поскольку они завершили развитие сострадания и сострадают каждому, без исключения, омрачённому страдающему живому существу, у них нет выбора – только трудиться ради каждого живого существа, не проводя между ними различий: их святой ум связан безграничным состраданием, охватывающим всех живых существ. Мы можем это понять, соотнеся с нашими собственными ежедневными переживаниями. Если мы чувствуем к кому-то хотя бы толику сострадания, мы не станем вредить этому человеку и, по мере наших знаний и сил, постараемся ему помочь.

Будды, несомненно, трудятся во благо живых существ и их ведут. Даже бодхисаттвы, которые ещё не просветлены, трудятся ради нас, так почему бы это не делать буддам? Будды достигли полного просветления лишь для того, чтобы быть способными вести живых существ.

Будды не просто желают, чтобы живые существа были свободны от страданий, сами ничего для этого не делая. Они не просто отдыхают на своём ложе или на пляже, ожидая, чтобы кто-то другой трудился над освобождением живых существ от страданий. Великое сострадание означает не только желание, чтобы все живые существа стали свободны от всего страдания, но и принятие на себя ответственности за их освобождение. Затем порождается особый подход: «Я буду трудиться над освобождением живых существ от страдания и сам, единолично, приведу их к просветлению». После этого возникает бодхичитта: «С этой целью мне нужно достичь просветления». Итак, даже перед порождением бодхичитты, уже есть помыслы о принятии на себя ответственности за всех живых существ.

Следовательно, нет сомнений, что просветлённые существа, завершившие развитие сострадания ко всем живым существам, трудятся на наше благо и нас ведут. Вначале мы должны проявить для себя это положение, применяя цитаты и логические доводы, перед тем, как обратиться к нашим гуру. На основе возникшей в это веры затем мы можем рассмотреть наших гуру. Тогда тема преданности гуру обретёт вкус и наполнится смыслом.

Также полезно помнить о четырёх причинах, по которым Будда – достойный объект Прибежища: Будда свободен от всех страхов; Будда искусно уводит живых существ прочь от всех опасностей и освобождает их от всех страхов; Будда сострадает

всем живым существам, не считая одних близкими, а других – чужими; и Будда трудится во благо всех живых существ, вне зависимости от того, принесли они ему пользу или нет. Иными словами, помощь Будды живому существу не зависит от того, нравится ли он этому существу и получил ли от него подношения. Следовательно, будды, несомненно, нам сострадают и нас ведут.

Кроме того, так как будды ведут даже животных, тупых и не способных говорить, они должны вести всех живых существ. Мы обрели не только человеческое рождение, но и драгоценную человеческую жизнь, разумны и коммуникабельны, поэтому нас легко вести. Поскольку мы не только слышим и понимаем слова Дхармы, но также и верим в Дхарму Будды, нет сомнений в том, что будды должны нами руководить. А кто эти проводники-будды? Никто иные, как наши нынешние гуру.

И вновь повторяйте: «Этот гуру – будда, этот гуру – будда, этот гуру – будда...» и преобразуйте свой ум в преданность гуру, видя гуру как будду. Проведите однонаправленную медитацию, некоторое время пребывая в чистой мысли о преданности.

Поскольку у будд есть эти качества всеведения, сострадания и силы и они никогда не лгут, они должны трудиться во благо живых существ. Бесчисленные будды прошлого, настоящего и будущего трудятся ради живых существ, включая и нас. Если наши нынешние гуру – не будды, ведущие нас к просветлению, то кто ещё это делает? Больше никого не найти. Так мы приходим к выводу, что наши гуру – будды.

Мы должны прийти к тому же заключению, что наши гуру – будды, на основе этого и последующих положений: «Гуру – исполнитель деяний всех будд» и «Ваджрадхара заявил, что гуру – будда». Когда мы приходим к выводу, что наши гуру – будды, и наш ум преобразуется в преданность, нам нужно некоторое время удерживать это переживание, пребывая в однонаправленной медитации. Сначала мы проводим анализ; потом, когда доказали себе это положение и наш ум преобразован в преданность, которая видит гуру как будду, остаёмся в этом состоянии как можно дольше. С таким преобразованием мы испытываем большую радость, так как по природе преданность умиротворённа и приятна.

Затем нам нужно продлить переживание, не только во время

медитации, но и после того как мы встаём и выходим из комнаты для медитации после сессии. Мы не должны думать, что наша обычная жизнь совершенно не связана с тем, что происходит на сиденьи для медитации. Главное – продолжать переживание, удерживая весь оставшийся день ум в состоянии преданности, достигнутом во время утренней медитативной сессии. Мы должны прожить всю жизнь в этом состоянии ума, в этом опыте пути.

Это называется «извлечением сущности днём и ночью». Это наполняет нашу жизнь смыслом двадцать четыре часа в сутки, потому что с такой преданностью мы постоянно накапливаем заслуги. Всё, что мы делаем, делается с преданностью и направлено на эту преданность, что само по себе приносит величайшее очищение и создаёт наибольшие заслуги.

Куцанг Джамьян Монлам сказал:

Будды и бодхисаттвы, пришедшие в прошлом, до сих пор трудятся во благо живых существ. Если вы действительно способны это признать, все они собрались в опытном гуру.

Это означает, что даже в нынешнее время будды и бодхисаттвы трудятся во благо живых существ, включая нас, через нашего гуру. Если мы способны это признать, коренной гуру, которого мы визуализируем на своей макушке или в своём сердце, – это все будды и бодхисаттвы, трудящиеся ради нас и других живых существ. Этот нынешний гуру воплощает в себе их всех.

В «Освобождении на вашей ладони» Пабонка Дечен Ньингпо говорит:

Мой гуру изрёк, что на макушке каждого живого существа восседает совершенный будда.

3. Гуру – исполнитель деяний всех будд

В течение наших безначальных перерождений и до сих пор все добродетельные учителя, с которыми мы встретились, – те, кто дал нам монашеские и тантрические посвящения и учения – это одно существо, абсолютный гуру, проявившийся в различных формах, с разными именами. Когда восходит солнце или луна, миллиарды их отражений непроизвольно возникают во всех водоёмах на земле – в океанах, реках, прудах и даже в нескольких каплях воды. Подобным образом будды непроиз-

вольно и без усилий трудятся во благо живых существ, указывая различные способы, которые им подходят. Все наши добродетельные учителя – Дхармакая, совершенный гуру, из которого происходят все будды, Дхарма и Сангха. Совершенный гуру, Дхармакая, святой ум всех будд, связанный безграничным состраданием, охватывающим всех живых существ, проявляется в обычном облике наших гуру.

Если вы проанализируете смысл молитв в «Гуру-пудже», то увидите, что вся практика основана на этой медитации о том, что гуру вершит деяния всех будд, а исполнитель деяний всех будд должен быть рождён из Дхармакаи.

В «Сущности нектара» сказано:

*Благие друзья, открывающие путь,
Подобны одной луне в небе, отражённой
Беспрепятственно и одновременно
Во всех водах этого мира.*

*Сутра гласит: “Запредельная мудрость будд
Является без усилий в святых телах*

*Самбхогакаи, Нирманакаи и в обычных благих друзьях
Чистым и нечистым объектам усмирения”.*

В наших прошлых жизнях нас вело множество различных добродетельных учителей, в многообразии внешних проявлений, но мы не должны считать их отдельными от наших нынешних благих друзей. Наши гуру помогли нам засеять семена Дхармы в наших прошлых жизнях, они направляли нас из низших миров в высшие, включая нашу нынешнюю драгоценную человеческую жизнь, позволяя нам накапливать благую карму. Во время безначальных перерождений эти благие друзья ведут нас ко всё большему счастью и просветлению. Те же самые гуру, что ведут нас в этой жизни, руководили нами в прошлом, и всё ещё будут нас вести, когда мы станем бодхисаттвами десятого бхуми, вплотную приблизившись к просветлению.

Дхармакая, святой ум всех будд, запредельная мудрость недвойственных блаженства и пустоты, – это абсолютный гуру. Дхармакая вечна, не имеет ни начала, ни конца и пронизывает собой все феномены. Поскольку этот святой ум связан безграничным состраданием, охватывающим всех бесчисленных живых существ, то, когда созревает карма живого существа он, не медля ни минуты, проявляется в форме, соответствующей

карме живого существа.

Для тех, кто обладает чистым умом, таких как высокие бодхисаттвы, Дхармакая проявляется в форме Самбхогакаи Будды. Для низших бодхисаттв, тех, кто достиг великого пути заслуг Махаяны, она проявляется как Нирманакая. Она также проявляется в обычных человеческих формах, чтобы вести живых существ. Она может проявляться в виде монаха или мирянина, мужчины или женщины, богатого или нищего. Она может проявиться в облике нищего, чтобы позволить другим накопить заслуги благотворительностью. Тем, кто имеет сильную привязанность, она может явиться в виде проститутки. Дхармакая также может проявляться в виде животных, духов и в других разнообразных формах. В способах её проявления нет ничего определённого. Она может проявляться даже в материальных предметах, таких как мосты или вода, в соответствии с особенностями и нуждами живых существ. Однако, хотя она проявляется в различных формах, все они по своей сути едины.

Когда один актёр носит костюмы царя, нищего, крестьянина или торговца, мы осознаём, что это один и тот же актёр переодевается в разные костюмы. Помните, как Будда Шакьямуни вёл живых существ в различных проявлениях, а также, как Ченрези усмирял живых существ в Тибете в облике царя, министра, переводчика, судьи и так далее.

Во многих текстах ламрим, особенно в «Освобождении на вашей ладони», положение о том, что гуру вершит деяния всех будд, используется как основной логический довод, доказывающий, что гуру – будда.

В *дьюра* объясняются четыре различных условия: непосредственное условие⁷⁷; само-условие, которое может быть причиной – например, семя производит свой собственный результат – росток; причинное условие⁷⁸ и условие видения – например, сострадание порождается условием видения страданий живых существ. Поскольку увиденный объект становится условием порождения сострадания, страдающие живые существа являются условием видения.

Все учения и другие деяния в Дхарме наших гуру считаются происходящими из само-условия Дхармакаи, так же, как росток произрастает из его семени. Откуда возникают все учения, ведущие нас к просветлению? Из само-условия, Дхармакаи. А в ком пребывает Дхармакая? Не на кого указать, кроме наших

благих друзей.

Также само-условие всех добродетелей, накопленных в нашем уме, – это Дхармакая, а в чьём уме пребывает это само-условие Дхармакаи? В святом уме гуру. Следовательно, наши гуру – будды.

Таков основной логический довод, обычно используемый Его Святейшеством Лингом Ринпоче и Его Святейшеством Триджангом Ринпоче, и, кажется, о том же говорится в «Освобождении на вашей ладони». Почему-то мне трудно это понять. Кажется, что, когда наш ум готов, то есть более очищен, мы можем почувствовать, что это истина, но когда ум омрачён, нам этого не ощутить.

Наш ум так омрачён, что, сколько бы будд ни хотели нам явиться в виде будды, у нас нет кармы увидеть их в этой чистой форме. Чтобы нас усмирить, будды осуществляют свои деяния в обычном облике наших благих друзей, который соответствует нашей удаче или заслугам. Поскольку у нас нет заслуг на то, чтобы на самом деле встретить будд в виде будд, будды являют сходные с нами формы, а затем обучают нас Дхарме. Пабонка Дечен Ньингпо говорит, что это поможет нам осознать, что гуру – будда, и что деяния всех будд приходят к нам через гуру. Даже если бы мы могли видеть самого будду, у него нет деяний выше, чем у наших нынешних гуру, раскрывающих нам учения.

Поскольку всё, что мы способны увидеть, – это нечистые формы, будды не могут явиться нам иначе как в облике обычных существ, то есть – с видимыми недостатками. Нет другого смысла в *обычном существе*, чем этот.

Если бы будды проявлялись в более чистых формах, чем те, которые мы видим сейчас, у нас не было бы кармы их воспринять и получать от них учения. Поскольку наш ум омрачён нечистой кармой, мы не можем видеть святое тело будды или слышать его святую речь. И если бы будды проявлялись в более низких формах, чем те, что мы можем видеть сейчас, таких как животные, нам было бы трудно их узнать и в них поверить. Мы также не смогли бы с ними общаться или получать у них учения. Следовательно, чтобы нас вести, будды пришли к нам в обычных формах наших благих друзей, что в точности соответствует уровню нашего сознания и нашей карме. Иными словами, наши гуру – те, кто вершит деяния всех будд, подобно

послам, действующим от имени своей страны. Например, многие американские послы по всему миру работают представителями американского правительства, а оно действует через этих послов.

Буддам приходится проявляться в обычных формах наших гуру, потому что у них нет другого способа непосредственно вести нас своими учениями, советами и другими путями. Общаясь с нами, эти обычные формы спасают нас от рождения в низших мирах, освобождают от сансары и приводят к просветлению. Поскольку эти нынешние обычные формы – единственное, что может напрямую привести нас к просветлению, бесчисленные будды невероятно добры, принимая простой человеческий облик, чтобы мы могли их видеть и получать от них учения и советы. Иначе мы бы совсем пропали.

После того, как в нашем сердце родится твёрдое понимание того, что все наши гуру – будды, добравшись до истоков, мы выясняем, что будды – основа преобразования наших гуру. А дойдя до истоков будд, мы убедимся, что они являются преобразованиями Ваджрадхары, поэтому все наши гуру – преобразования Ваджрадхары. Ваджрадхара – наш гуру. Если непонятно, откуда произошёл Ваджрадхара, это – великое блаженство Дхармакаи, проявленное в виде божества. Проследив основу преобразования наших собственных гуру до её источника, мы осознаем, что это Дхармакакая, запредельная мудрость всех будд. А что это? Это абсолютный гуру. Запредельная мудрость всех будд, которая имеет один вкус в пространстве Дхармакаи, проявляется в обычных формах наших гуру, святых телах преобразования.

В «Призывании Ламы издалека»⁷⁹ Пабонка Дечен Ньингпо говорит:

*Игра разнообразных проявлений,
Усмиряющих живых существ с различными наклонностями,
Это деяния самой Самбхогакаи милосердных учителей.
Молю тебя, Лама, Нирманакая, будь всегда со мной неразлучен
В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.
Игра нераздельных Трёх Тел, явленных в форме Ламы,
Едина с самой сущностью всех милосердных учителей.
Молю тебя, Лама, единство Трикаи,
будь всегда со мной неразлучен
В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.*

В «Сущности нектара» сказано:

Следовательно, что бы мне ни являлось,

Суть всего этого в том, что оно – воплощение

Каждого из бесчисленных Победоносных бесчисленных земель будд,

В которых пресечены все пороки, а все качества доведены до совершенства.

Ламы линии преемственности учили другому практичному способу видения гуру как будды и всех действий гуру как деяний всех будд. Когда медиум призывает духа, стоит ему подумать о духе, как тот сразу же входит в тело медиума и начинает через него говорить. Когда говорит дух, это не означает, что говорит сам медиум, хотя для этого дух использует его тело. Пока дух не покинет медиума, мы всегда приписываем любое действие духу, не медиуму.

То же самое с защитниками Дхармы. Оракул, чьё тело подходит для принятия запредельной мудрости, может призвать того защитника, просто произнося его имя или читая молитву. Защитник мгновенно входит в тело оракула и затем делает предсказания, даёт благословения или исцеляет от болезней. Мы говорим, что защитник делает нам предсказания, мы не говорим, что с нами беседует оракул. Хотя мы видим обычное человеческое тело оракула, а не форму защитника, мы осознаём, что, пока защитник находится в теле оракула, именно он, а не оракул, пророчествует, даёт благословения и совершает другие деяния.

Если защитники Дхармы и даже обычные мирские духи, несвободные от кармы и омрачений, мгновенно приходят, когда мы о них думаем, почему это не могут сделать будды? Стоит нам подумать о будде, как он тут же к нам прибывает. Как только мы порождаем веру в то, что гуру – это будда, будда рядом с нами.

Стоит нам поверить в то, что будда есть, будда сразу же к нам является. Есть поговорка: «Когда бы мы ни подумали, что будда пребывает на нашей ладони, на нашей макушке, в нашем сердце или перед нами, будда находится именно там». В одном коренном тантрическом тексте также говорится, что будда пребывает везде, где мы верим в то, что он там, – на мышцах, венах, мускулах, суставах или других частях нашего тела. Например, в поле заслуг «Гуру-пуджи» мы представляем много

будд и бодхисаттв – божеств мандалы Гухьясамаджи – на святом теле гуру. Мы должны признать, что святое тело гуру покрыто буддами; каждый его атом заполнен буддами. Веря в это, мы получаем благословение святых тела, речи и ума всех будд через святое тело гуру.

Поскольку даже обычный дух мгновенно входит в медиума, когда тот думает о духе, как только мы думаем о том, что гуру – будда, несомненно, будда мгновенно прибывает в то святое тело. Иначе у будд не может быть даже обычных сверхспособностей, которыми обладают духи.

У будд всеведущий ум, безграничное сострадание ко всем живым существам и совершенная сила, поэтому они приходят к нам, стоит нам о них подумать. У будды всеведущий ум, и всё бытие пронизано этим всеведением. Нет ни единого объекта, не пронизанного всеведением. Поэтому, когда мы думаем, что наш гуру – будда, будда, несомненно, находится рядом с нами.

Так же, как все действия тела, речи и ума оракула в то время, когда защитник Дхармы находится в его теле, являются действиями защитника, все деяния святых тела, речи и ума гуру – это деяния будд, дают ли они нам учения или ругают нас и осыпают ударами. Все деяния будд вершатся через эти обычные формы. Видим ли мы в наших гуру достоинства или недостатки, всё это – деяние будд.

Если мы тщательно исследуем этот способ медитации на преданность гуру, станет ясно, что гуру – будда, и все действия гуру – деяния будд. Гуру, которые раскрывают учения и ведут нас мирными и гневными путями, вершат деяния всех будд.

В «Хвале взаимозависимости» лама Цонкапа объясняет, что высшее деяние будды – это раскрытие учений живым существам. Из всего бесчисленного многообразия деяний будд, направленных на воспитание живых существ, наивысшее деяние – дарование Дхармы. Даяние учений – лучший способ освободить живых существ от страданий и привести их к освобождению и просветлению. Наши нынешние гуру – те, кто вершит высшее деяние будд; они те, кто открывает различные учения, необходимые для нашего освобождения и просветления.

Просто даруя нам устную передачу мантры ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, наш гуру, несомненно, ведёт нас к просветлению. Получение устной передачи оставляет в нашем уме отпечатки и тем самым засеивает семя всего пути к просветлению.

Рано или поздно, в этой или в будущих жизнях, когда мы накопим достаточно заслуг, этот отпечаток позволит нам осуществить путь, содержащийся в ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Благодаря посеву этого семени мы даже гораздо позже в этой жизни сможем понять учения яснее и глубже. И этот отпечаток со временем позволит нам получить переживания на всём пути к просветлению.

Даже если это произойдёт не в этой жизни, в нашем следующем рождении семя, посаженное получением устной передачи мантры ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, прорастёт, и мы станем знаатоками смысла этой мантры и пути, который она содержит. Вспомните историю о Васубандху и голубе. Один голубь любил сидеть на крыше затворнического скита великого индийского пандита Ачарья Васубандху, когда тот вслух читал текст «Сокровищницы знания». Через какое-то время голубь умер. Проверив, кем переродился этот голубь, Васубандху обнаружил, что он родился сыном в семье, жившей в небольшом городке под его пещерой. Зная, что этот мальчик станет его учеником, Васубандху спустился с гор и спросил семью, может ли он стать опекуном ребёнка. Семья согласилась отдать сына Васубандху. Ребёнок стал учеником Васубандху, а позже – монахом по имени Ачарья Стхирамати (Лопён Лоден), написавшим четыре комментария к «Сокровищнице знания», слова которой он слышал от Васубандху, когда был голубем и сидел на крыше его скита.

Существует множество подобных историй, показывающих, какие невероятные результаты приносит простое слушание слов Дхармы. Лишь услышав слова «Сокровищницы знания», тот голубь в своей следующей жизни стал знатоком этого учения. Следовательно, нам нужно слушать устные передачи, сосредоточиваясь на звучании слов и памятуя о том, что слушание приносит великое благо.

Если даже гуру, который просто даёт нам устную передачу ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, приводит нас к просветлению, нет сомнений в том, что это делают и другие гуру, дарующие нам обеты, посвящения и комментарии и совершающие другие деяния Дхармы. Наши гуру дают нам три уровня обетов – пратимокши, бодхисаттвы и тантры, а также устные передачи, посвящения, комментарии по сутре и тантре и личные советы. Их действия, несомненно, ведут нас к просветлению. Учения

ламрим объясняют, что это деяния будд, Дхармакаи, святого ума всех будд. Следовательно, поскольку святой ум наших гуру – Дхармакая, они будды.

Всё, что для нас делают наши гуру, защищает нас от омрачений и кармы, причины страдания, и, таким образом, от самого страдания. Все их действия, даже их ругань, очищают нашу неблагую карму. Всё, что они делают, также засеивает в нашем уме семена пути к просветлению, что приводит нас к свершениям на пути. Засеивая в наш ум семена, они, несомненно, приводят нас к просветлению.

Итак, если наши нынешние гуру – не будды, и их действия не являются деяниями будды, невозможно указать на кого-то другого как на будд, ведущих нас к просветлению. Поэтому наши гуру должны быть буддами.

Преобразовав свой ум в преданность, которая видит наших гуру как будд, а их действия – как деяния будд, мы должны некоторое время сохранять это переживание, однонаправленно медитируя на вывод о том, что каждый из наших гуру – будда и он вершит деяния всех будд.

Также, если действия наших гуру – дарование нам обетов, устных передач, посвящений, комментариев и наставлений – не являются деяниями будд, ведущих нас к просветлению, нам придётся заключить, что все наши гуру – обычные существа и эти обычные существа раскрывают нам Дхарму и ведут нас к просветлению. Пообещав нами руководить, будды настоящего и будущего исчезли. Если к просветлению нас ведут обычные существа, все будды, похоже, спят или где-то отдыхают. С мышлением предвзятого ума что-то не так, потому что он приходит к выводу, что бесчисленные будды прошлого, настоящего и будущего не трудятся во благо живых существ и их не ведут.

Это означало бы, что у будд нет всеведения, нет сострадания к нам или совершенной силы нас вести. Или это означает, что нет будды. Согласно такому образу мышления, похоже, отдельные живые существа, которые нас учат, гораздо более способны и искусны в руководстве нами, чем просветлённые существа трёх времён. Это никак не может быть истиной. У будды всеведущий ум, безграничное сострадание ко всем живым существам и совершенная сила направлять их на пути. Только тот, кто обладает всеми этими тремя качествами, именуется «будда».

Будды, которым приходится опираться на обычных живых существ, наших гуру, для осуществления их трудов во благо других, подобны царю, просящим милостыню у нищих, чтобы не голодать. Поскольку обычные живые существа тогда были бы могущественнее и искуснее всех будд в осуществлении трудов во благо других, не было бы нужды стремиться к просветлению.

Также, даже если обычный человек с сострадательным, искренним сердцем нас не обманывает, разве могут нас обманывать будды? Будды, породившие сострадание, не могут пообещать нас вести, а потом этого не делать. Будды никоим образом не будут лгать или обманывать живых существ. Их великое сострадание никогда этого не допустит, потому что функция сострадания – не причинять вреда живым существам. Вред живым существам – следствие омрачений, а у будд нет омрачений, даже у архатов их нет.

Поскольку нет сомнений в том, что у будд безграничное сострадание ко всем живым существам, они определённо должны нас вести. Так как действия наших благих друзей ведут нас к просветлению, если они – не ведущие нас будды, больше никого не найти.

Вновь придите к выводу, что ваши гуру должны быть буддами, и что они вершат деяния всех будд. Однонаправленно медитируйте на этот вывод, сохраняя в своём уме преданность, которая смотрит на каждого из них как на будду.

Ум ученика впитывает в себя деяния всех будд через гуру. Во время затворничества или в другие периоды, когда мы выполняем мощную практику Дхармы, возможно, нам снится, что наш гуру нами очень доволен и что-то нам дарит или даёт совет. Вот любопытный вопрос: почему нам приснился такой сон? Хотя мы напрямую не сообщили нашему гуру, чем занимаемся, когда мы совершаем большую очистительную практику или приносим большое благо учениям или другим живым существам, нам снится, что наш гуру очень нами доволен. Это происходит, когда мы сделали что-то очень хорошее, сильно радующее всех будд. Сделав то, что принесло нам великое очищение или обширные заслуги, мы порадовали всех будд.

И наоборот, когда мы совершили или рискуем совершить тяжкий проступок, нам может присниться, что наш гуру рас-

строен, болеет или нас ругает, даже хотя он непосредственно не знает, что мы поступили неверно.

Подобные сны о благом друге имеют глубокий смысл и могут быть связаны с учениями сутры и тантры о преданности гуру. Они помогают нам понять, что обычный облик нашего гуру – проявление всех будд и что все будды трудятся через гуру, чтобы нас вести. Через гуру будды могут общаться с нами даже в сновидениях.

Сакья Пандита сказал:

*Хотя солнечные лучи очень горячи,
Без увеличительного стекла они не могут зажечь огонь.
Так же и благословения будд
Без гуру не могут проникнуть в ученика.*

Даво Ринчен, ученик Гьялва Гоцангы, сказал нечто подобное:

*Когда препятствующие омрачения очищены,
Сила солнца сосредоточивается на труте
Зависимым происхождением ясного увеличительного стекла.
Когда мысль о пороках очищена,
Благословения будд десяти сторон света
Входят в ум ученика
Благоприятствованием гуру со всеми его совершенствами.*

В прошлом в Солу Кхумбу, когда не было спичек, люди разжигали огонь, используя огниво и камень, чтобы добыть искру, поджигавшую сухую траву или листву и зажигающую пламя. Сакья Пандита привёл несколько другой пример: с увеличительным стеклом. Каким бы горячим ни было солнце, если нет увеличительного стекла, солнце не зажжёт огонь. Подобным образом, сколько бы ни было будд, без гуру в этом обычном облике они не могут нас вести. Сколько бы у них ни было качеств и силы, будды должны опираться на гуру в его обычном облике. Только через эту форму они пресекают наши омрачения, причину страдания и загрязнения в потоке нашего ума, а затем приводят нас к освобождению и просветлению.

Даже если солнце светит и у нас есть сухая трава или трут, без увеличительного стекла нам не разжечь огонь. Однако когда лучи солнца попадают на трут через увеличительное стекло, огонь возникает беспрепятственно. Так и благословения будд, подобные солнцу, приходят через гуру, подобного увеличи-

тельному стеклу, к умам учеников, подобным труту. Хотя огонь возникает благодаря лучам солнца, проходящим через увеличительное стекло, саму функцию огнива выполняет увеличительное стекло. Подобно увеличительному стеклу гуру сжигает омрачения в уме ученика.

Без этих гуру в их обычном облике мы не можем получить благословения будд, также нам не получить учений, благо от деяний будд, и так далее. У будд есть всеведение, сострадание и совершенная сила, но они не могут уничтожить наши омрачающие эмоции и развить наш ум без гуру. Все будды способны вести нас только через наших гуру. Следовательно, хотя будд бесчисленное множество, без святых тел наших гуру в обычной форме мы пропадём. Эти обычные проявления для нас столь важны и драгоценны, потому что без них у нас нет возможности получить руководство.

В сутре «Незапятнанное небо» также сказано:

Мы должны считать благого друга драгоценнее татхагат. Почему? Хотя будды очень сострадательны и искусны, без само-условия гуру деяния будд не могут войти в поток сознания живых существ, которые являются объектами усмирения.

Так же, как солнце может выполнять функцию возгорания трута только в зависимости от само-условия увеличительного стекла, все будды прошлого, настоящего и будущего способны вести учеников к просветлению только в зависимости от гуру. Даже сами будды не могут возникнуть без гуру: они рождены из гуру. Буддхаджняна объясняет: «Перед словом “гуру” не стоит даже имя “будда”». Следовательно, нам нужно считать наших гуру драгоценнее всех будд десяти сторон света.

Другой действенный способ медитировать – это думать о том, что гуру подобен верёвке, а мы – человеку, попавшему в глубокую огненную яму. Быть в сансаре – всё равно, что гореть в огне. Когда мы падаем в пылающую яму, люди, стоящие над ней, не могут нас спасти без верёвки. Подобным образом без гуру все будды трёх времён и десяти сторон света не могут вести нас к просветлению.

Правильно вверить себя гуру – всё равно, что ухватиться за верёвку, которую посылают нам будды. Держась за эту верёвку, мы, несомненно, спасёмся из огненной ямы. Если мы держимся за наших гуру, если правильно им себя вверяем, мы, несом-

ненно, можем спастись от страданий сансары, особенно от трёх низших миров, а также от низшей нирваны.

Неправильное вверение себя гуру подобно игнорированию верёвки, которую нам бросили сверху. Если мы не ухватимся за верёвку, нам не спастись. Несмотря на то, что есть бесчисленные будды, если мы не вверяем себя нашим гуру, сколько бы мы ни поклонялись тем другим буддам, у них не будет способа нас непосредственно вести. Если мы неправильно вверяем себя нашим гуру, этим аспектам, в которых проявились все будды трёх времён, чтобы нас направлять на пути, у будд не будет способа спасти нас от сансары и привести к просветлению.

4. Ваджрадхара заявил, что гуру – будда

Во второй главе тантрического текста «Два исследования» Ваджрадхара говорит:

Во времена упадка я, именуемый Ваджрасаттвой, пребуду в облике духовного наставника. С целью приносить благо живым существам я буду пребывать в обычных формах.

В тантрическом тексте «Ваджрный шатёр» Ваджрадхара говорит:

В грядущие времена упадка я буду являться ребёнком и в различных формах в качестве средства.

В том же тексте Ваджрадхара отмечает:

В последний пятисотлетний период⁸⁰ я буду являться в святом теле главы учеников. В то время поверьте, что это я, и породите преданность.

В другой тантре сказано:

В конце времён Всеобъемлющий Владыка⁸¹ сам проявится в обычном теле святого благого друга и будет вести скитальцев эпохи упадка.

Помимо этих цитат из тантрических сочинений есть также цитаты из сутр. Однажды на высокой горе на юге Индии, где Гуру Будда Шакьямуни давал учения, бодхисаттва Амогхадарши спросил Будду: «Сейчас мы можем получать учения от Будды, но что нам делать в будущем, когда ты выйдешь за пределы печали? Кто будет нас вести?». Гуру Будда Шакьямуни ответил: «Амогхадарши, в будущем, во времена упадка, я буду проявляться в облике духовных наставников и

настоятелей монастырей. Чтобы приводить умы живых существ к созреванию, я также буду являть рождение, старение, болезнь и смерть. Не беспокойтесь о том, что не встретите меня во времена упадка. В те времена я буду настоятелем монастыря или учителем».

Иными словами, Гуру Будда Шакьямуни изрёк, что в будущем намерен принимать обычные формы и демонстрировать сансарические тяготы рождения, старения, болезни и смерти. Амогхадарши задал этот вопрос от лица всех живых существ, и ответ Будды предназначался не только для Амогхадарши, но и для всех живых существ.

Также, в сутре «Великий ушедший за пределы печали» Будда объясняет:

Хотя я явил уход за пределы печали в этой великой земле Дзамбу, в конечном итоге я не до конца ушёл за пределы печали. Хотя я явил зачатие в утробе матери в этой земле Дзамбу, это было лишь для того, чтобы мои мать и отец признали меня своим сыном. Моё святое тело не было рождено из груди привязанности. Моё святое тело не страдает от голода и жажды, но, чтобы соответствовать существам этого мира, я являю голод и жажду. Помимо этого, я являю себя обычным существом для отдельно взятых существ. Уже бесчисленные кальпы я обладаю глубокой мудростью. Хотя я полностью вышел за пределы мира, рождённого цеплянием, я являю хождение, сидение и другие действия. Я являю головные боли, боли в желудке, боли в спине и нарывы. Я омываю ноги, руки, лицо и рот и чищу зубы зубной палочкой. Хотя отдельные живые существа верят, что у меня есть все эти напасти, моё святое тело их начисто лишено.

Есть много подобных цитат, где Гуру Будда Шакьямуни говорит, что будет проявляться в мире на благо живых существ. Хотя у самого Будды нет страдания, он являет себя страдающим, но у Будды нет пороков, он просто являет пороки.

Кроме того, в прошлом, когда Будда Шакьямуни был бодхисатвой Брахмой Самудрааджей, он породил бодхичитту и совершил пятьсот особых молитв в присутствии своего гуру Ратнагарбхи. Он молился: «В будущие времена раздоров и пяти упадков, когда жизненный срок людей в этом мире сократится до ста лет, я буду вести и умирять живых существ того времени, которых остальным из тысячи будд благой кальпы окажет-

ся слишком трудно усмирить». Будда добровольно взял на себя эту ответственность. Эту цитату, которую обычно приводят в разделе о преданности гуру, можно также соотнести с данным положением.

Сейчас мы живём в эпоху раздоров, и мы – живые существа, к которым Будда породил великое сострадание и которых обещал вести. Нет сомнений в том, что Будда нас ведёт. Мы должны себя спросить: «Кто Будда, который ведёт меня к просветлению в это время раздоров?». Гуру Будда Шакьямуни, ведущий нас, – не кто иной, как наши нынешние гуру, указующие нам путь к просветлению. Кроме наших гуру, никого не найти. Следовательно, наши гуру это определённо Гуру Будда Шакьямуни.

Есть много цитат из Гуру Будды Шакьямуни и Будды Ваджрадхары, где объясняется, как, чтобы в будущем вести живых существ, они будут проявляться в облике благих друзей и в различных других формах. Кто ещё способен на это, кроме наших нынешних благих друзей? Если учителя, которых мы представляли в поле заслуг, – не воплощения Ваджрадхары, на кого ещё мы можем указать? Помимо этих благих друзей, больше не на кого указать как на ведущих нас к просветлению. Следовательно, наши благие друзья это, несомненно, будды.

Подобные истории и цитаты дают нам больше чувства и облегчают порождение преданности, корня пути. Они помогают нам предположить, что гуру – будда. Они помогают избавиться от неверного представления о том, что гуру – обычное существо, а не будда.

Медитируйте на это положение, а затем сделайте вывод, что каждый из ваших гуру – будда. Определённо решите для себя, что каждый гуру по сути своей – Гуру Будда Шакьямуни или Ваджрадхара, давший обещание усмирить живых существ эпохи упадка, которых усмирить очень трудно. Как только вы придёте к этому выводу и докажете себе, что каждый из ваших гуру – будда, поддерживайте свой ум в этом состоянии преданности гуру.

13. ДИСПУТ С НАШИМ ПРЕДВЗЯТЫМ УМОМ



Есть краткий, но действенный приём, который ламы Элинии преемственности использовали для медитации на четыре положения о том, как видеть в гуру будду, согласно объяснениям в «Освобождении на вашей ладони» и других текстах ламрим. Этот метод помогает отсечь некоторые ложные взгляды в отношении практики преданности гуру. Мы делаем аналитическую медитацию, дискутируя с нашим предвзятым умом, видящим у гуру недостатки, и его побеждая. Мы ведём диспут с нашим собственным предвзятым умом до тех пор, пока у него не закончатся ответы.

Вначале представьте всех своих гуру, никого не исключая. Затем спросите свою предвзятость: «Все они – мои Гуру-Будды?». Просто задайте вопрос – не выдвигайте никаких доводов, доказывающих, что они будды. Предвзятость, ваш оппонент в диспуте, ответит: «Хотя ты говоришь, что все эти гуру – будды, ты просто это воображаешь».

Затем вы выдвигаете первое положение о том, как видеть гуру как будду: *Ваджрадхара заявил, что гуру – будда*. Вы говорите предвзятому уму: «Мои гуру – будды. Почему? Потому что во многих сутрах и тантрах Ваджрадхара говорит, что в грядущие времена упадка Будда будет проявляться в обычном облике, а Будда не лжёт живым существам. В тантрическом тексте «Два исследования» Ваджрадхара говорит: “Во времена упадка я, именуемый Ваджрасаттвой, пребуду в облике духовного наставника. С целью приносить благо живым существам я буду пребывать в обычных формах”». Есть подобные цитаты из «Ваджрного шатра» и многих других текстов. Следовательно, мои гуру – будды.

Когда вы приводите эти цитаты, чтобы противостоять своей

предвзятости, она спорит: «Нет-нет! Всё не так! Даже если ты всё это мне процитируешь, это всё равно не означает, что все эти гуру – будды. Это значит, что среди всех этих гуру лишь один – будда».

Тогда вы спрашиваете: «Так который из них будда?». Визуализируя перед собой всех своих гуру, вы проверяете каждого из них со своей предвзятостью: «Этот будда?». Предвзятость отвечает: «Нет. Этот – не будда, потому что, как я вижу, у него есть недостатки. Он очень гневливый (или нетерпеливый, невежественный, похотливый, безнравственный или жадный...)». Поскольку предвзятый ум пытается выискать недостатки, он их, несомненно, найдёт.

Вы указываете на другого гуру: «А этот – будда?». Предвзятость опять отвечает: «Ой, нет – в этом я вижу много недостатков». По мере того, как вы проверяете так каждого своего гуру, одного за другим, ваш предвзятый ум будет указывать на недостатки их всех. Предвзятость увидит пороки во всех гуру без исключения; вопрос лишь в том, большой это недостаток или маленький.

Затем вы спорите: «Если ты утверждаешь, что гуру – не будда, потому что замечаешь в его действиях ошибки, получается, среди всех твоих гуру нет будды – ведь ты у каждого из них нашёл пороки. В таком случае ни один будда не трудится тебе на благо. Из-за этого ты – самое неудачливое живое существо, ведь тебя покинули все будды».

С великим состраданием будды заботятся обо всех живых существах как об объектах усмирения. Они заботятся о живых существах больше, чем те заботятся о самих себе. Если вы покинуты всеми буддами, это значит, что будды предвзяты, ведя одних живых существ, а других нет, и что их обещания – ложь.

Когда Гуру Будда Шакьямуни был бодхисаттвой, следующим пути, его мотивацией в достижении просветления были труды во благо всех живых существ. Разве возможно, чтобы после достижения просветления Будда перестал ради тебя трудиться? Это невозможно! Если у Будды была такая мотивация ещё до вступления на путь Махаяны, он, несомненно, трудится ради тебя и сейчас. Поэтому среди этих благих друзей определённо есть один будда».

Следуя своему предвзятому уму, вы придёте к выводу, что утверждения Ваджрадхары и Гуру Будды Шакьямуни неверны,

что они лгут и поэтому не являются достойными объектами Прибежища. Если Будда лжёт живым существам, значит, вы никому не можете доверять. Тогда нет никого, кто мог бы спасти вас от сансары, особенно от низших миров и от низшей нирваны: нет никого, кто мог бы вас вести.

Продолжайте спорить со своим предвзятым умом. «Если никто из твоих гуру не является буддой, значит, все они – просто обычные существа с недостатками. Тогда не на кого указать как на будд, ведущих тебя к просветлению. Открывая тебе учения – даруя обеты, устные передачи, посвящения, комментарии и прочее – эти обычные существа ведут тебя к просветлению, а будды – нет, что приводит к абсурдному выводу, что эти обычные существа искуснее будд. Эти обычные существа много трудятся для того, чтобы привести тебя к просветлению, а будды для тебя ничего не делают. Будда где-то прячется или вообще является сказочным персонажем. Возможно ли, что буддам приходится опираться на этих благих друзей, обычных живых существ, чтобы трудиться ради твоего блага? Это будет подобно богатому царю, которому приходится просить пищу у нищего на улице. Возможно ли, чтобы обычные существа вели тебя к просветлению, а будды ничего не делали для твоего блага?».

Следуя за своей предвзятостью, вы совершаете большую ошибку, так как заключаете, что у Будды нет всех тех качеств, которые объясняются в учениях. Это приводит вас к ошибочному выводу, что у будд нет к вам сострадания и они лишены всеведения или силы вас вести. Вы делаете логичный вывод, что на самом деле никакого будды нет. Затем вы заключаете, что в Индии не было Гуру Будды Шакьямуни, явившего двенадцать деяний⁸², включая просветление. Тогда вы противоречите историческому факту. Вы говорите, что существующее не существует.

После достижения просветления, Дхармакаи, будда без усилий являет Самбхогакаю и Нирманакаю ради блага других. Даже чтобы воспитать одно живое существо, будда может явить миллионы форм и различными деяниями тела, речи и ума вести это живое существо сообразно уровню его ума. Предвзятость нашёптывает нам, что буддам невозможно без усилий трудиться во благо других самостоятельно: им нужно опираться на помощь обычных живых существ, добродетель-

ных учителей. Это означало бы, что будды не достигли просветления.

Продолжайте спорить со своей предвзятостью. «Даже если ты сейчас это не понимаешь, Гуру Будда Шакьямуни и другие просветлённые существа испытали на собственном опыте, что Будда способен без усилий трудиться во благо живых существ, не полагаясь на помощь других. Несомненно, есть просветлённые, которые подобным образом трудятся ради других. Из всех их деяний высшим деянием будды с целью приведения живых существ к просветлению является открытие учений. Твои гуру исполняют все деяния будд, приводящие тебя к просветлению; следовательно, они будды».

Если предвзятость затем начнёт настаивать: «Эти гуру – не будды, потому что я на самом деле вижу у них недостатки. Я не просто о них слышал – я вижу их своими глазами», дискутируйте с нею следующим образом. «Ты говоришь, что никто из твоих гуру не является буддой, потому что на самом деле видишь у них недостатки. Существует ли всё, что ты “видишь на самом деле”? Несмотря на то, что твоя смерть может наступить в любой момент, на самом деле ты веришь в то, что твоя жизнь постоянна, что ты проживёшь много лет. И хотя у “я” и других феноменов нет самобытия, на самом деле ты видишь их самосущими, что совершенно противоположно реальности. Если у тебя болезнь желчи, ты на самом деле видишь белую раковину или снежную гору жёлтыми, а если болезнь ветра, на самом деле видишь белые вещи синими».

Многих вещей, которые мы на самом деле видим, не существует. Мы на самом деле видим вещи постоянными, на самом деле видим вещи истинно существующими, на самом деле видим вещи в сновидениях и в иллюзиях и верим, что они истинны. Вы можете опровергнуть предвзятый ум многими другими примерами, которые я уже приводил.

«Ты на самом деле видишь много несуществующих вещей; следовательно, то, что ты на самом деле видишь недостатки у своих гуру, само по себе не доказывает, что в реальности у них они есть. Твои гуру необязательно существуют так, как тебе кажется. Разве невозможно, что пороки, которые ты видишь, – отражение твоего собственного, полного иллюзий, ума?».

Предвзятость с этим спорит: «Если гуру – будды, почему я их такими не воспринимаю?». Вы отвечаете: «Есть много других

феноменов, которые существуют, но ты их не видишь, или видишь неверно. Ты не видишь вещи непостоянными и пустыми от самобытия, даже хотя они существуют именно так. То, что ты не видишь своих гуру как будд, не доказывает, что они не будды. Единственный человек, о котором можно с уверенностью сказать, будда это или нет, – мы сами. Ни о ком другом судить мы не можем».

Как объяснил лама Цонкапа, также можно думать, что гуру даже намеренно являет кажущиеся недостатки, чтобы усмирить наш ум и вдохновить нас на практику гуру-йоги. Исходя из совета ламы Цонкапы, задайте своему предвзятому уму следующие вопросы: «Разве твой гуру не может намеренно являть недостатки ради твоего блага? Разве это не может быть будда в обычном облике?». Когда вы зададите такие вопросы своему предвзятому уму, ему будет очень трудно на них ответить.

Здесь суть не в том, что вы пытаетесь доказать, что чей-то ещё гуру – будда. Вы пытаетесь убедиться, что ваш *собственный* гуру – будда. Помню, геше Рабтен Ринпоче однажды дебатировал с кем-то в монастыре Сера Дже на предмет того, является ли собственный гуру геше Рабтена буддой или нет. Геше Рабтен ответил на вопрос, сделав жест рукой, означающий, что его оппонент должен закрыть рот. Затем геше Рабтен сказал: «Тебе нет нужды спорить о том, является ли мой гуру буддой. Это моя ответственность, и я всё понимаю. Тебе же нечего об этом сказать».

В отношении ваших собственных гуру вам нужно думать: «Мои гуру – будды». Это не обсуждается: для вас это – практика. И не только практика, но главная практика. Это основа всех остальных практик ламрим. Если говорить о моих отношениях с моими гуру, это именно так. Сколько бы другие ни хотели со мной спорить о том, что мои гуру – не будды, с моей стороны это не вызывает никаких вопросов.

В завершение этой особой медитации на преданность гуру, в которой вы дискутируете с вашим предвзятым умом, предвзятость может сказать: «Зачем тебе смотреть на гуру как на будду? Только потому, что кто-то является гуру, это необязательно означает, что он должен быть буддой. Я тоже гуру – обучаю Дхарме, и у меня есть ученики – и по собственному опыту знаю, что я не будда. Моим ученикам не нужно смотреть на меня как

на будду, потому что я не будда. Как я могу им приказать считать меня буддой?».

Доктор Ник [Рибуш] поднял этот вопрос, когда мы с ним вместе работали над переводом этой части темы, посвящённой преданности гуру, о диспуте с предвзятым умом для исправленного издания первой книги по первому копановскому курсу «Золотое солнце исполнения желаний». Тот же вопрос поднимают ламы линии преемственности, когда объясняют, как пресечь ошибочные представления при медитации на преданность гуру. Услышав этот вопрос, вы можете быть потрясены и решить, что он верен. Если ваше понимание несовершенно, есть опасность, что это повлияет на вашу практику преданности гуру, заставив вас утратить или привести в упадок любой небольшой имеющийся у вас опыт преданности гуру.

Как я уже объяснил, это всё равно, что думать во время медитации на доброту других живых существ: «Ну и я был матерью другим и был добр к ним». Это бесполезно и не поможет вам породить бодхичитту. Ваши мысли о том, что вы также были матерью всем живым существам, хотя это и так, не способствуют осознанию вами доброты других живых существ. Такие мысли не принесут блага, но мысли о том, что живые существа были вашей матерью и проявляли к вам доброту, полезны, потому что тогда страдания других станут для вас нестерпимы и у вас возникнут любовь и сострадание. Из этих чувств породится бодхичитта, устремление к достижению просветления ради живых существ. Вся цель заключается в помощи другим. Мысль «я был матерью всем остальным живым существам и был к ним добр» не помогают вам достичь своей цели, просветления, ради блага живых существ.

Здесь сходная ситуация. Хотя ваш довод верен, он вам не поможет. Весь смысл в том, что ради освобождения бесчисленных живых существ из океана страданий сансары и утверждения их в просветлении вам нужно практиковать преданность гуру. Вы должны это понять. Иначе вы рискуете подумать: «Этот тибетский буддизм – странная штука. Я преподаю другим Дхарму, но я не будда». Тогда у вас возникнут сомнения в ламриме и особенно – в этой первой и самой важной медитации.

Вы дискутируете с предвзятым умом следующим образом: «Ты говоришь, что твои ученики не могут медитировать на тебя как на будду, потому что ты не будда. Но разве твоим уче-

никам не нужно породить преданность, пресекая мысли о твоих недостатках и смотря на твои достоинства? Разве твоим ученикам не нужно посвятить себя тебе как своему гуру в мыслях и на деле, где “мысль” означает признание тебя буддой? Если, из-за того что ты не будда, ты не ведёшь своих учеников, обучая их преданности гуру, у них не будет способа защитить ум от дурных мыслей. Тогда они будут создавать неблагодарную карму и испытывать страдания в аду многие кальпы. Это значит, что ты бросаешь своих учеников в ад».

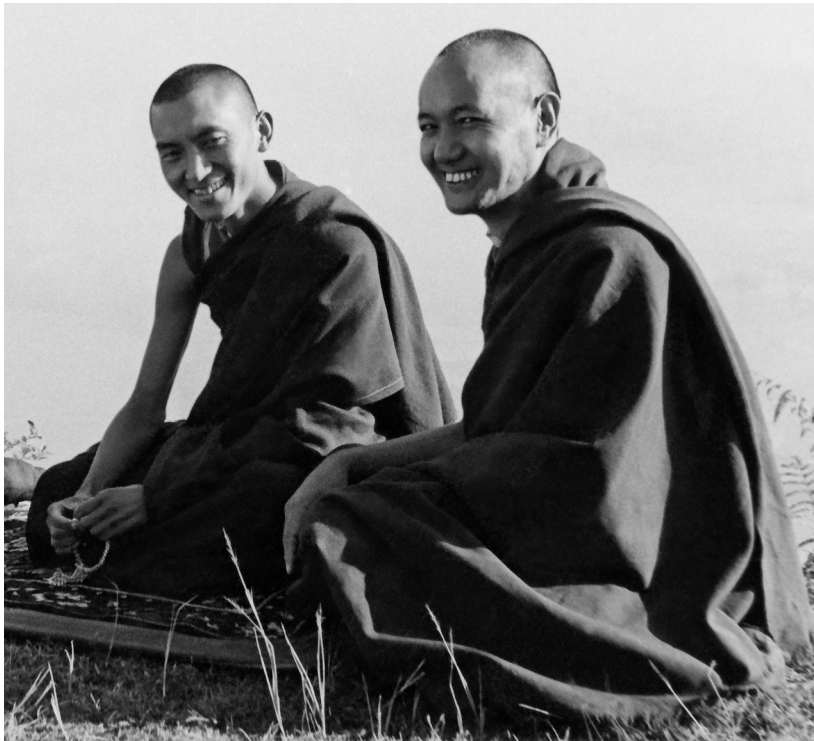
Если вы преподаёте Дхарму другим, вам нужно объяснять тему преданности гуру как можно больше – из сострадания, чтобы вести ваших учеников и защищать их ум. Объясняя эту тему с хорошей мотивацией, вы ничем не рискуете. Суть в том, что вы делаете это ради учеников, чтобы они могли достичь просветления.

Конечно, это не означает, что всегда нужно говорить о преданности гуру. Лучше затрагивать эту тему, когда вы видите, что для этого настало время. Если вы пытаетесь говорить о преданности гуру, когда другие не могут это воспринять, это может создать больше препятствий.

Обучение преданности гуру – долг учителя, а практика преданности гуру – долг ученика. Если тема преданности гуру не разъяснена, это ошибка учителя, а если после разъяснения её не практикуют, это ошибка ученика.

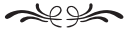
Вывод этой особой аналитической медитации на преданность гуру, в которой мы ведём диспут с нашим предвзятым умом, не только в том, что в наших воззрениях нечему доверять, но также и в том, что Ваджрадхара заявил, что гуру – будда, гуру – исполнитель деяний всех будд и даже в наши дни будды и бодхисаттвы до сих пор трудятся ради живых существ, включая нас. Даже если мы не визуализируем наших гуру в виде будд, мы однонаправленно сосредоточиваемся на чувстве, что они будды. Мы поддерживаем ум в этом состоянии, признавая своих гуру буддами, как можно дольше.

Неверные мысли о гуру обычно не возникают в начале, когда, только встретившись с Дхармой, мы впервые слышим учения. Лишь через некоторое время нас начинает обуревать множество заблуждений о практике преданности гуру и вещи предстают перед нами в дурном свете. Тогда эта медитация особенно полезна.



(На фото – Лама Сона Ринпоче и лама Еше, Копан, Непал, 1977 г.)

14. ДОБРОТА ГУРУ



Развитие почтения памятованием о доброте гуру

Второй основной раздел вверения себя гуру в мыслях – это развитие почтения к нему памятованием о его доброте. На самом деле тибетское слово *ю-па* означает не просто почтение, но, скорее, благоговение. В этом разделе четыре положения:

- а) гуру добрее всех будд;*
- б) доброта гуру – в обучении Дхарме;*
- в) доброта гуру – в благословении потока нашего ума;*
- г) доброта гуру – во вдохновении нас на практику Дхармы даянием материальных даров.*

Основная доброта гуру состоит в обучении нас Дхарме.

Памятуя о доброте наших гуру, мы должны вспоминать об их доброте в руководстве нами не только в этой жизни, но и на протяжении безначальных рождений. Наши гуру – это абсолютный гуру, Дхармакая; следовательно, наши нынешние гуру – это все гуру из предыдущих жизней, которые руководили нами вплоть до нашего нынешнего драгоценного человеческого тела, и они же будут вести нас к просветлению в будущих жизнях. Каждый из наших гуру был добр к нам с безначальных рождений в сансаре, добр к нам в этой жизни и будет добр в будущем, пока мы не достигнем просветления. Признание доброты нашего гуру в прошлом, настоящем и будущем углубляет признание нами его доброты.

В этой связи полезно понять смысл выражения «владыка изначального единства» [тиб. *zung jug dang po'i gon po*], которое встречается в одной из строф молитвенного обращения в

«Гуру-пудже»⁸³. Памятью об истинном смысле «гуру», мы можем увидеть всех гуру в наших прошлых жизнях как одно целое. Все наши гуру – те, кто даровал нам обеты и учения во всех наших прошлых жизнях, нынешние гуру и те, кто у нас будет в будущем, – просто одно существо: владыка изначального единства, изначальная Дхармакая.

Все наши прошлые, нынешние и будущие гуру – одно целое, и они ведут нас посредством условного гуру, который проявляется в соответствии с нашей кармой. Его мы можем видеть и от него получаем непосредственное руководство. Все эти гуру – из наших прошлых жизней, наши нынешние гуру и гуру в будущих рождениях.

Этот владыка изначального единства, эта Дхармакая, этот абсолютный гуру, связан безграничным состраданием, охватывающим каждое из бесчисленных живых существ. Почему абсолютный гуру трудится ради нас, живых существ? Благодаря состраданию ко всем живущим. Сострадание подобно пилоту, который летает на самолёте в различные места, перенося людей всюду, куда они пожелают. Абсолютный гуру связан совершенным состраданием, состраданием ко всем без исключения живым существам.

Медитируя на доброту гуру, полезно читать важные строфы из «Сущности нектара» (см. Приложение 5) и первые несколько строк из сокращённого варианта «Призывания Ламы издалека» (см. Приложение 2), соотнося их с каждым из наших гуру. Те, кто изучал «Освобождение на вашей ладони», могут использовать раздел из «Сущности нектара» для расширения своей медитации на доброту гуру. Если вам не удалось ознакомиться с «Освобождением на вашей ладони», вы можете применять «Сущность нектара» как руководство в своей медитации на доброту гуру и практике радования гуру своими действиями. Эти строфы очень полезны для моего ума.

Слова «Сущности нектара» глубоки и действенны, как и строфа в конце молитвенного обращения к ламам линии преемственности:

*Сострадание бесчисленных Победоносных
Проявилось в святом теле высшего благого друга, открывающего путь.
Милосердный коренной гуру,*

Молю, благослови поток моего ума!

а) Гуру добрее всех будд

В этом положении две части:

- 1) гуру добрее всех будд в целом;
- 2) гуру добрее Гуру Будды Шакьямуни в частности.

В то время как с точки зрения достоинств гуру равен всем буддам, с точки зрения доброты он гораздо добрее всех будд трёх времён. Более того, гуру добрее даже нынешнего основателя Дхармы Будды, Гуру Будды Шакьямуни, который также добрее всех будд трёх времён.

1) Гуру добрее всех будд в целом

В «Сущности нектара» сказано:

Это не только мои спасители,

Единые по сути со всеми Победоносными:

Постоянно ведя меня нектаром святой Дхармы,

Они в своей доброте куда превосходят всех будд.

Также в молитвенном обращении «Гуру-пуджи» сказано:

Ты указываешь безошибочный путь Татхагат

Необузданным блуждающим умам,

Неусмирённым бесчисленными буддами прошлого,

Существам эпохи упадка, которых трудно подчинить.

О сострадательный спаситель, к тебе обращаюсь!⁸⁴

В течение наших безначальных перерождений бесчисленные будды нисходили и вели бесчисленных живых существ к просветлению, но мы не смогли к ним примкнуть и получить от них руководство. В своих учениях ламрим Пабонка Дечен Ньингпо даёт нам некоторое представление о том, сколько будд являлось в нашем мире.

Между Буддой Махашакьямуни и Буддой Раштрапалой в наш мир приходило семьдесят пять тысяч будд, но они нас не усмирили. Это не означает, что в то время нас не было в сансаре, – у нас просто не было кармы на то, чтобы те будды нас воспитали. Как объясняется в учениях винаи, Гуру Будда Шакьямуни делал подношение этим семидесяти пяти тысячам будд в первую неисчислимую кальпу его пути к просветлению.

Затем пришёл Будда Бхадракара, а между Буддой Бхадракарой и Буддой Индрадхваджей в этом мире явилось семьдесят шесть тысяч будд, но у нас вновь не хватило удачи на

то, чтобы они нас вели. Когда нисходил каждый из этих будд, у бесчисленных других живых существ была карма на то, чтобы их привели на путь и утвердили в просветлении, но мы остались позади; у нас не было кармы на то, чтобы они нас усмирили. Гуру Будда Шакьямуни делал подношения этим семидесяти шести тысячам будд во вторую неисчислимую кальпу его пути.

После этого, между Буддой Дипамкарой и Буддой Кашьяпой, семьдесят семь тысяч будд пришли в этот мир; но, хотя каждый из них усмирил бесчисленных живых существ и привёл их к просветлению, у нас не было кармы на то, чтобы они нас усмирили. Мы вновь остались позади. Гуру Будда Шакьямуни делал подношения этим семидесяти семи тысячам будд в третью неисчислимую кальпу его пути.

Согласно общей колеснице сутры, милосердный основатель Гуру Будда Шакьямуни накопил заслуги, служа и делая подношения всем этим буддам три неисчислимые великие кальпы, но особенно согласно Махаяне, как объясняется в сутре «Лунного светильника» и в других махаянских сутрах, Будда поднёс служение неисчислимому количеству десяти миллионов будд, равному числу песчинок реки Ганга. Хотя являлось такое невообразимое количество будд, ни один из них не смог нас усмирить. Однако теперь нас, которых не смогли усмирить все те предшествующие будды, ведут наши нынешние гуру.

Из тысячи будд этой благой кальпы трое будд низошли в наш мир перед Гуру Буддой Шакьямуни. В нынешнюю кальпу, когда продолжительность жизни людей в этом мире достигла восьмидесяти тысяч лет, явился Будда Кракуччханда и, раскрыв Дхарму, усмирил бесчисленных живых существ и привёл их к освобождению и просветлению, но мы остались позади, и он не смог нас вести. Когда жизненный срок людей сократился до сорока тысяч лет, явился второй Будда, Канакамуни, и, раскрыв Дхарму, усмирил бесчисленных живых существ и привёл их к просветлению. Однако мы остались позади: у нас не было кармы на то, чтоб нас вёл этот будда. Когда жизненный срок людей сократился до двадцати тысяч лет, пришёл Будда Кашьяпа и, раскрыв Дхарму, усмирил бесчисленных живых существ и привёл их к освобождению и просветлению. Мы же вновь остались позади. Хотя все эти будды явились, раскрыли Дхарму и привели к просветлению бесчисленных живых существ, у нас не хватило удачи на то, чтобы быть в их числе.

Однако теперь нами руководят наши нынешние гуру – кто может быть добрее? Таким образом, наши нынешние гуру добрее всех тех бесчисленных будд.

Наши гуру словно дают нам пищу, когда мы голодаем и находимся на краю гибели, в то время как будды нас кормят, когда у нас уже достаточно еды. Либо можно сказать, что наш гуру подобен проводнику, который внезапно, неожиданно приходит и ведёт нас в безопасное место, когда мы в ужасе, заблудились и одиноки в тёмном и опасном месте, окружённом стаями хищников. Будды же подобны тем, кто приходит нам на помощь днём, когда мы радостно и бесстрашно гуляем в прекрасном цветочном саду. Иными словами, когда мы накопили достаточно заслуг, чтобы видеть будд, наш ум уже находится в возвышенном состоянии и его мало тревожат омрачения и скверны.

В молитве «Призывание Ламы издалека» Пабонка Дечен Ньингпо говорит:

Размышляя о том, как ты укажешь превосходный безошибочный путь

Мне, несчастному скитальцу, которого оставили все будды, – Лама, я вспоминаю тебя.

В бесчисленных вселенных были неисчислимы будды, но никто из них нас не усмирил. В течение наших безначальных прошлых жизней у нас не хватало удачи на то, чтобы получать учения непосредственно от тех будд и достичь просветления. Неисчислимы другие живые существа, которые вместе с нами блуждали в сансаре, стали просветлёнными, но мы до сих пор не обрели никаких духовных свершений. Мы жалки и несчастны. Мы подобны кости в мясе, которая несъедобна, и потому её выбрасывают. Мы подобны ученику, которого выгнали из школы, потому что ему невозможно помочь.

Бесчисленные другие живые существа достигли просветления во время наших безначальных перерождений, но мы остались позади, что очень ясно показывает, насколько эгоистичным и неусмирённым был наш ум. Хотя наш ум остался прежним и мы так жалки, наш гуру показал нам полный и безошибочный путь к счастью в будущих жизнях, освобождению и просветлению. Даже если каждый конкретный гуру по отдельности не раскрыл полный путь, все наши гуру вместе взятые

это сделали. Следовательно, они невероятно добры, и, не упуская эту возможность, мы должны практиковать этот путь на основе правильного вверения себя нашим благим друзьям.

2) Гуру добрее Гуру Будды Шакьямуни в частности

У чакравартина Аранеми была тысяча сыновей, которые станут тысячей будд этой благой кальпы. Когда у них родился альтруистический ум бодхичитты, каждый из них поклялся усмирить отдельную область живых существ. За исключением сына по имени Брахма Самудрараджа, который позже стал Гуру Буддой Шакьямуни, все остальные из тысячи сыновей молились о том, чтобы вести живых существ в благие времена в этом мире. Мы не попали в их число, потому что те бодхисаттвы не могли породить альтруистическую устремлённость по отношению к нам. Гуру Будда Шакьямуни был единственным, кто дал особый обет вести живых существ эпохи раздоров, когда срок жизни сократится до ста лет, и жизнь станет очень трудной из-за взрыва пяти упадков, с обилием войн, голода и других несчастий. Когда Брахма Самудрараджа породил бодхичитту, он произнёс пятьсот великих молитв перед лицом его гуру Будды Ратнагарбхи о том, чтобы снизить в мир во время эпохи упадка и усмирить живых существ тех времён, которых так трудно усмирить и которых оставили все остальные будды. Боги похвалили этого бодхисаттву: «Ты подобен белому лотосу среди тысячи будд!».

В эту эпоху упадка Гуру Будда Шакьямуни, основатель нынешней Дхармы Будды, явился в мир в Индии, стране арьев, раскрыл Дхарму и привёл к просветлению бесчисленных живых существ.

Когда Магадхабхадри пригласила Гуру Будду Шакьямуни прибыть из дальних краёв в её дом в Магадхе с молитвой-призыванием «Защитник всех без исключения существ...»⁸⁵, Будда достиг её дома за время, которое требуется на то, чтобы вытянуть руку. Даже за этот миг Будда по пути освободил семь тысяч живых существ на дорогах и в лесах. Это был лишь один частный случай – других было великое множество. Однако, хотя во время всех этих событий Гуру Будда Шакьямуни освободил так много живых существ, включая животных, мы не попали в их число.

Гуру Будда Шакьямуни преподавал Дхарму в Раджгире и мно-

гих других местах, но у нас не хватило удачи на то, чтобы стать его непосредственными учениками и услышать учения от самого Будды, достичь свершений на пути и стать просветлёнными наряду с его другими последователями. Мы остались позади; у нас не было кармы быть усмирёнными Гуру Буддой Шакьямуни. Теперь, когда учение Будды заходит, как солнце, и этот мир скоро погрузится во тьму, наши гуру нас ведут, раскрывая Дхарму. Хотя Гуру Будда Шакьямуни добрее всех остальных будд трёх времён, наши благие друзья ещё добрее Будды.

После ухода Гуру Будды Шакьямуни в мир явилось множество великих йогоинов и пандитов, подобно звёздам в небе. Семь патриархов – шравак Кашьяпа, Ананда, Упагупта и другие⁸⁶ – усмирили такое великое множество живых существ, ведя их по пути к освобождению и просветлению! Однако у нас не хватило на это кармы. Даже один из архатов, Упагупта, принёс невообразимо обширное благо живым существам. Каждый раз, когда один из его учеников становился архатом, Упагупта бросал палочку в огромную яму, двенадцать локтей диаметром и шесть локтей глубиной, которую вырыл в земле. Он до краёв наполнил эту огромную яму палочками. У Упагупты был миллион восьмьсот тысяч учеников, которые напрямую познали пустоту. Даже один этот архат освободил столько живых существ, но у нас не хватило кармы на то, чтобы в то время он привёл к освобождению и нас.

Шесть украшений – Нагарджуна, Асанга и другие⁸⁷ – обогатили этот мир, и явились также два высших существа – Шакьяпрабха и Гунапрабха – как и восемьдесят махасиддхов: такие великие йогоины, как Сараха, Тилопа, Наропа, Индрабхути и прочие⁸⁸. Каждый из них принёс невообразимое благо живым существам, ведя их по пути к освобождению и просветлению. Хотя все эти пандиты и йогоины явились и привели к созреванию стольких живых существ, у нас не хватило заслуг на то, чтобы они нас усмирили. Все эти пандиты и йогоины оставили нас позади.

В Тибете также было много, много йогоинов. В древние времена в Тибете явилась великая троица – Настоятель (Шантаракшита), Наставник (Падмасамбхава) и Царь Дхармы (Трисонг Децен). У Падмасамбхавы было двадцать пять особых последователей, которые достигли высоких духовных сверше-

ний. Они усмирили множество живых существ и привели их на путь к освобождению и просветлению, но и тогда у нас не хватило кармы на то, чтобы они стали нашими проводниками.

Много великих йогов явилось в традициях ньингма, кагью и сакья. В Драк Йерпа, святом месте около Лхасы, было восемь великих ньингмапинских йогов, практиковавших Тайную Мантру. Кунга Ньингпо и другие великие пандиты, известные как Пять владык сакья, принесли благо невообразимому количеству живых существ, приведя их на путь к освобождению и просветлению. Марпа, Миларепа и многие другие ламы кагью также родились в Тибете. В одном учении объясняется, что даже среди учеников Миларепы двадцать восемь достигли просветления за одну жизнь, как и он сам, а тысячи других осуществили ясный свет и иллюзорное тело, как и остальные свершения на пути к просветлению. Столько великих йогов явилось в Тибете, но у нас не было кармы на то, чтобы кто-либо из них нас усмирил. Мы остались позади.

У нас также не было кармы увидеть ламу Атишу или любого из кадампинских геше и получить от них учения. У нас не было кармы увидеть даже ламу Цонкапу и его учеников, основателей традиции гелуг и прослушать их наставления. Невероятное число живых существ получило учения у ламы Цонкапы и его учеников и под их руководством достигло освобождения и полного просветления. Но мы остались позади; у нас не хватило кармы на то, чтобы они нас усмирили.

Подобно звёздам в небе, невообразимое количество святых существ – будд, бодхисаттв, пандитов с высокими прозрениями и йогов – явились в Индии, Тибете и других местах и освободили бесчисленных живых существ, но у нас не хватило кармы на то, чтобы получить от них учения, или чтобы они нас обуздали. Создав неблагодатную карму, мы скитались в низших мирах, и у нас не хватало удачи на то, чтобы они нас усмирили. Во время безначальных перерождений и до сих пор нашим постоянным местом жительства была и есть сансара, особенно низшие миры.

Подобно выброшенной кости, мы были отброшены Гуру Буддой Шакьямуни, всеми индийскими пандитами и всеми великими тибетскими йогонами. Однако поскольку нас ведут наши нынешние гуру, они гораздо лучше всех прочих святых существ. Если бы мы не встретили наших нынешних гуру, мы

были бы совершенно невежественны. Нас называли бы людьми лишь потому, что внешне у нас человеческий облик. Если бы мы не встретились с нашими нынешними гуру, у нас вообще не было бы возможности практиковать Дхарму Махаяны, создавать причину временного и абсолютного счастья и пресечь причину страдания. У нас бы не было возможности подготовиться к счастью в будущих жизнях, освобождению и просветлению.

Если бы наши нынешние гуру нас не вели, что бы с нами стало? Мы бы совершенно потерялись. Никто бы не вёл по пути к счастью в будущих жизнях и особенно к освобождению и полному просветлению. Следовательно, наши гуру крайне добры, добрее всех будд вплоть до Гуру Будды Шакьямуни и даже самого Гуру Будды Шакьямуни. Мы должны думать: «Как невероятно добры мои гуру, которые меня ведут!».

В своём молитвенном обращении великий бодхисаттва Тхогме Зангпо говорит:

*Ты освобождаешь крайне глупых и упрямых,
Которых не смогли освободить многие сугаты,
Из океана сансары, который так трудно пересечь.
К тебе, драгоценный Владыка Дхармы, обращаюсь!*

Соотнесите эту строфу с собой. Поскольку вы так глубоко невежественны, упрямы и трудноусмиримы, все будды вас оставили позади. Подумайте о себе, осознавая вашу собственную природу, затем – о доброте вашего гуру, освобождающего вас из океана сансары, который трудно пересечь.

*Как упоминается в молитвенном обращении «Гуру-пуджи»,
На закате солнца учений Премудрого
Ты вершишь деяния Победителей
Ради множества скитальцев, лишённых спасителя.
О сострадательный спаситель, к тебе обращаюсь!»⁸⁹*

Сейчас учения Будды подобны заходящему солнцу, они вот-вот исчезнут из нашего мира. Однако, когда живые существа совсем заблудились, гуру – единственные спасители и объекты Прибежища для нас и остальных – вершат деяния всех будд. Памятуя об этой строфе, медитируйте на доброту гуру.

Никто из предшествующих будд и великих йогинов не смог нас усмирить; мы были брошены, как ребёнок, оставленный в

одиночестве в джунглях, полных диких зверей, тёмной безлунной ночью. Представьте что вы – ребёнок, потерявшийся в незнакомом месте в крошечной тьме ночи. Вы будете в ужасе! У вас нет света, и не к кому обратиться за помощью... Вы будете в жалком состоянии. Когда вы заблудились и вас охватывает ужас, неожиданное появление перед вами человека со светильником будет подобно чуду! Если этот человек заслуживает вашего доверия и может вывести вас из джунглей, вы будете считать этого спасителя вашей жизни невероятно добрым и драгоценным.

Однако доброта этого человека – ничто по сравнению с добротой наших гуру, которые спасают нас от страданий сансары, включая невообразимые страдания низших миров. Мы заблудились в сансаре и скитаемся по ней во мраке неведения, без света мудрости Дхармы, атакуемые множеством сансарических страданий. Мы лишены проводника, оставлены всеми предшествующими буддами, включая даже Гуру Будду Шакьямуни, и всеми пандитами и йогинами прошлых времён. В это тяжелейшее время наши нынешние гуру являют нам свет мудрости Дхармы и ведут нас к освобождению и просветлению. Нет большей доброты, чем эта.

Сейчас, когда мы глубоко невежественны и неспособны увидеть каких-либо будд и бодхисаттв, наши нынешние гуру невообразимо добры, являя себя в обычных формах, которые точно соответствуют уровню нашего ума. Только посредством этих нынешних обычных форм мы можем жить под руководством всех бесчисленных будд трёх времён. Показывая нам обычный облик, наши гуру невероятно добры, потому что тем самым они позволяют всем буддам вести нас к просветлению. Этот обычный облик невероятно драгоценен, ведь без него нас не может вести никто из бесчисленных будд.

Я думаю, что даже внешние проявления гуру, с которыми у нас есть кармическая связь, – важный фактор в данной медитации, потому что все будды ведут нас через облик этого человека, с которым мы были кармически связаны в прошлом. Не будь кармической связи с этим конкретным человеком, он не мог бы так нам помочь. Это можно понять на основе нашего собственного опыта: когда у нас нет с кем-то кармы, мы никогда не установим с ним связь, встречая этого человека или слушая его учения.

Без этих обычных проявлений мы никак не можем получать учения, применять их на практике и достичь освобождения или просветления. Без этих обычных проявлений мы бы совсем заблудились. О нас было бы некому позаботиться, некому направлять нас на верном пути к счастью в будущих жизнях, к освобождению и просветлению.

Для нас это единственный способ достичь просветления и затем привести к этому состоянию всех живых существ. Следовательно, подобные обычные проявления, с недостатками, невероятно добры и драгоценны.

Продолжайте развивать в себе почтение, памятуя о доброте гуру. Здесь акцент ставится не столько на внешнем почитании, сколько на почтении в нашем сердце, на преданности. Эта медитация на гуру, проявляющемся в обычном облике, также становится частью памятования о доброте гуру.

б) Доброта гуру – в обучении Дхарме

В своих прошлых жизнях в качестве бодхисаттвы Гуру Будда Шакьямуни жертвовал самым дорогим, чтобы получить всего одну строфу учения. Например, когда он родился царём Вьилингалитой, он вонзил в своё святое тело тысячу гвоздей. Когда он был рождён царём Ганашанапалой, он зажёл на своём святом теле тысячу светильников. Когда он был царём Суварной, ему пришлось позволить жестоким якшам сожрать его любимую жену и сына. Будучи царём Утпалой, он, используя свою кожу как бумагу и одну из своих костей как перо, записал услышанные им учения своей собственной кровью.

Лама Атиша также преодолел много трудностей и столкнулся со многими опасностями, чтобы получить учения, во время тринадцати месяцев путешествия на корабле в Индонезию.

Когда царь Дхармы Тибета отправил двадцать одного ученика на обучение в Наланду, чтобы возродить Дхарму в Тибете, все они, кроме двоих, умерли от жары. Тибетским царям Дхармы, Лхаламе О и Джангчубу О пришлось отказаться от собранного золота для приглашения в Тибет ламы Атиши, а Лхалама Еше О даже пожертвовал своей жизнью ради распространения учений. Они упорно добивались своих целей, несмотря на великие трудности.

Нам же нет нужды переносить даже малую толику таких

тягот. У нас есть возможность слушать, размышлять и медитировать на обширные и глубокие наставления поэтапного пути к просветлению. Только благодаря доброте наших гуру нам так необычайно повезло.

Из «Сущности нектара»:

*Если сказано, что доброте дарования одной строфы учения
Невозможно отблагодарить совершением подношений кальпами,
Числом равными количеству букв [в этой строфе],*

*Как измерить доброту того, кто указал полный, чистый
путь?*

Касательно доброты гуру в раскрытии учений, Панчен Лосанг Чокьи Гьялцен сказал:

*Даже если я буду подносить всё – своё тело, жизнь и имущество – столько кальп, сколько слогов Дхармы мне было препода-
но, я никак не сумею отблагодарить тебя за доброту, Владыка,
Дже Чокьи!*

Также сказано, что, даже совершая подношения в течение шести кальп, мы не смогли бы отблагодарить гуру за доброту в даровании нам устной передачи шестислоговой мантры ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ.

Нам не отблагодарить за доброту гуру, обучающего одной строфе Дхармы, даже если бы мы делали ему подношения столько кальп, сколько слогов в этой строфе. И, целыми кальпами поднося нашим гуру три тысячи галактик во вселенной, полные драгоценностей исполнения желаний, мы не смогли бы отблагодарить их за доброту обучения нас одному слову Дхармы. Подобное подношение – ничто по сравнению с бескрайними небесами блага от этого одного слова. Следовательно, нет сомнений, что мы не способны отблагодарить наших гуру за доброту в открытии нам всего пути к просветлению. Сколько бы кальп мы ни делали подношения, мы никогда не воздадим им за эту доброту.

Когда наш гуру даёт нам учения, каждое слово приближает нас к просветлению. Каждое слово, которое мы слышим, уменьшает наше неведение и оставляет в уме благой отпечаток, который позже поможет нам осуществить путь. С каждым словом мы становимся ближе к просветлению. Даже не говоря о слушании комментария, просто услышав устную передачу

одной мантры или строфы учения, мы, несомненно, приближаемся к полному просветлению.

Вспомните историю о том, как Гуру Будда Шакьямуни давал учения пятистам лебедям, которые просто слышали его слова. Сразу после смерти все пятьсот лебедей переродились людьми, потому что услышали слова Дхармы. Более того, все они стали Сангхой, не просто соблюдающей монашеские обеты, но и постигшей пустоту. Вспомните также историю, которую я рассказал раньше, о Васубандху и голубе.

В «Сущности нектара» сказано:
*Если человек страдает в тюрьме,
 И кто-то его освобождает оттуда,
 А затем приводит в место совершенных наслаждений,
 Мы определённо считаем это великой добротой.
 Следовательно, когда наши гуру нам открыли
 Способы избежать трёх дурных делов,
 Милосердно даровав нам возможность немного насладиться
 Совершенствами богов и людей,
 Ясно указали нам лучший метод
 Умиротворения всех пороков сансары и нирваны
 И ведут нас к непревзойдённому состоянию Трёх Тел, –
 Почему эта доброта не является высшей?*

Мы должны сравнивать доброту гуру, дающего нам Дхарму, с добротой врача или целителя, излечивающего от рака. Если бы у нас был рак и мы боялись умереть, это было бы для нас невыносимо. Денно и ночью мы искали бы помощи. Найдя врача, который может исцелить нас от рака, мы считали бы его очень добрым и драгоценным. Весь остаток своей жизни мы были бы благодарны ему за такой дар.

Но доброта врача, исцеляющего от рака, – ничто по сравнению с добротой нашего гуру. Даже если гуру даёт нам лишь устную передачу мантры или одну строфу учения, мы получаем от этого благо, бескрайнее, как небо. Если мы не боремся с истинной причиной рака – неблагодатной кармой и омрачениями – наше выздоровление будет лишь временным. Мы не очистим карму и омрачения одними лекарствами или операцией.

Если бы мы голодали до смерти и кто-то дал нам пищу или деньги, мы бы считали этого человека, спасшего нам жизнь, очень добрым и драгоценным. Однако эта помощь не сравнит-

ся с безграничным благом, которое мы получаем от гуру, дарующего нам устную передачу одной мантры или одну строфу учения. Доброта гуру к нам безгранична, как небо.

Если бы мы были слепы, и кто-то отдал нам один из своих глаз, чтобы мы вновь прозрели, мы сочли бы это невероятным милосердием. Но это не сравнить с добротой гуру, дарующего нам око мудрости Дхармы, чтобы мы увидели, каковы причины счастья и страдания. Наш гуру помогает нам увидеть всё разнообразие сансарических страданий – общие страдания сансары и специфические страдания в каждом из миров, особенно в низших мирах, а также их причины: он помогает нам увидеть весь путь к просветлению. Око мудрости Дхармы, данное нам нашим гуру, позволяет нам понять каждую тему Дхармы, а каждое понимание помогает нам пресечь скверны в потоке ума и развить благие качества. Эта доброта безгранична, как небо.

Рассмотрите пример с человеком, который, выпив яд, приняв пищу и лекарства, близок к смерти. Если к нему приходит сведущий врач и берётся за его лечение, заставляя его извергнуть яд, превращая пищу в лекарство, а лекарство – в нектар бессмертия, мы бы сказали, что такой врач невероятно добр.

Подобно этому человеку, мы выпили много яда недобродетели, ввергающего нас в низшие миры. Объясняя способы раскаяния и очищения, гуру помогает нам признаться в содеянном, очистить недобродетели, накопленные в ходе безначальных рождений, и воздерживаться от совершения этих проступков в дальнейшем.

Мы также накопили заслуги, но лишь с целью иметь хорошее здоровье, долгую жизнь, богатство, власть, репутацию и другие бессмысленные вещи. Гуру преобразует наше мышление в чистое, помогая нам направить заслуги, накопленные посредством наших благих действий, на счастье в будущих жизнях. И благодаря чистому посвящению заслуг гуру помогает нам преобразовать добродетели, созданные нами ради счастья в будущих жизнях, в причины освобождения и просветления. Следовательно, нет никого добрее нашего гуру.

Наши нынешние гуру невероятно добры, потому что ведут нас к полному просветлению, раскрывая безошибочные учения Махаяны. Подумайте о том, что все их действия – дарование обетов, устных передач, посвящений, учений и личных наставлений – ведут нас к просветлению. В первую очередь, мы

можем думать об их доброте в открытии Дхармы Будды, затем, в особенности, Дхармы Махаяны, позволяющей нам достичь не только хорошего перерождения в следующей жизни и освобождения от всей сансары, но и полного просветления. И если мы получили тантрические учения, мы можем медитировать на доброту гуру, который, раскрывая тантру, быстро дарует нам просветление – за одну жизнь или даже за несколько лет. Подумайте, как невероятно добр к нам гуру: нет большей доброты.

Как упоминается в «Гуру-пудже», доброта гуру тройка⁹⁰. Различают три вида его доброты согласно сутре и три – согласно тантре. В сутре три вида доброты – это дарование устных передач, учений и комментариев. В тантре это раскрытие учений, дарование трёх уровней обетов и тантрических наставлений.

Мы также можем думать о доброте наших гуру, помогающих нам встретиться с учениями ламы Цонкапы, которые особенно ясны по сравнению с другими учениями.

В «Сущности нектара» сказано:

*В силу доброты наших святых наставников
Мы встретились с учением Джамгона Ламы,
Которое трудно отыскать даже за тысячи кальп,
И уверились в методах его учения.*

Лама Цонкапа известен как Джамгон Лама («джам» означает «нежный, мягкий», а «гон» – «спаситель» или «защитник»), потому что он един с Манджушри (по-тибетски «джампельянг»), воплощением мудрости всех будд.

Учение ламы Цонкапы особо упомянуто в разделе о доброте гуру в «Сущности нектара», потому что его наставления по сутре и тантре обладают многими исключительными качествами. Чтобы оценить встречу с учением ламы Цонкапы и обрести в него веру, мы должны понять эти исключительные качества. Молитвы, написанные Пабонкой Деченом Ньингпо⁹¹ и Гунгтангом Тенпе Дронме⁹² обычно читаются в конце практик, чтобы посвятить заслуги процветанию учения ламы Цонкапы. В обеих этих молитвах описываются исключительные качества учений ламы Цонкапы по ламриму и тантре.

Осознание того, как нам повезло, что мы встретились с учениями ламы Цонкапы, зависит от их изучения и также от

освоения других учений, потому что мы не можем до конца оценить уникальность учений ламы Цонкапы, не сравнив их с другими. Безусловно, учения ламы Цонкапы особенны по сравнению с учениями других религий, но они также исключительны и в буддизме.

Уникальность учений ламы Цонкапы о философии и тантре несомненна, но мы видим, что даже его учения по ламриму – нечто из ряда вон выходящее, если их сравнить с другими буддийскими и небуддийскими учениями. Чем больше мы понимаем, как чисты и драгоценны учения ламы Цонкапы, тем больше будем ценить доброту гуру, нам их преподающего.

Конечно, можно достичь просветления во всех четырёх традициях тибетского буддизма Махаяны: ньингма, кагью, сакья и гелуг. Хотя в других традициях объяснения самых трудных и тонких положений, возможно, не так ясны и подробны, как наставления ламы Цонкапы, человек, в прошлом накопивший большие заслуги, всё равно сможет обрести прозрения ламрима и тантры. В некоторых случаях, однако, поскольку учения являются выражением опыта йогоинов с высокими свершениями, их легко понять неверно. Люди с большими заслугами, которые практикуют правильное вверение себя благому другу, возможно, засеяли столько семян для обретения прозрения, что всё равно способны достичь правильных духовных свершений. Тем не менее, учения ламы Цонкапы отличаются удивительной ясностью, особенно в объяснении наиболее трудных положений сутры, в частности – практики безмятежности и воззрения прасангики мадхьямаки о пустоте, и тантры, в частности – способа обретения иллюзорного тела.

Учения ламы Цонкапы необыкновенно ясны, особенно в наиболее сложных положениях пути, где другие учёные наставники, даже великие знатоки медитации, совершают ошибки. Например, в практике безмятежности есть два основных препятствия медитации: возбуждённость и отвлечение, вызванные привязанностью, а также – притуплённость. У обоих факторов есть грубые и тонкие уровни. Многие практикующие медитацию совершают ошибки в отношении притуплённости, которую очень трудно распознать: они думают, что их медитация совершенна, хотя на самом деле находятся под воздействием тонкой формы притуплённости. В своих учениях, в том числе,

по ламриму, лама Цонкапа даёт невероятно чёткие объяснения темы безмятежности.

Если вы монах или монахиня, вы можете медитировать, особенно сосредоточиваясь на доброте гуру, который направил вашу жизнь к освобождению, даровав вам обеты и помогая их соблюдать. На основе этой важнейшей практики вы способны достичь освобождения и покончить со всем страданием в сансаре и его причинами. Даже если вы почти не занимаетесь формальной практикой и ничего не делаете, только едите, спите и ходите в туалет, вы постоянно, денно и ночью, накапливаете заслуги, соблюдая свои обеты.

Вы также можете думать обо всех недостатках мирской жизни, которая подобна всепоглощающему огню, и понять, что от них защищены. У мирян нет свободы практиковать Дхарму: они – в глубокой западне со множеством внутренних и внешних проблем. В уме – все омрачения, а внешне полно препятствий. У них нет времени на практику Дхармы, потому что им приходится заниматься множеством бессмысленных дел. Подумайте обо всех проблемах и отвлечениях мирской жизни, а затем – о преимуществах соблюдения монашеских обетов. Так медитируйте на доброту гуру, даровавшего вам обеты.

В «Сущности нектара» сказано:

В силу доброты наших драгоценных гуру

Мы отрекаемся от семейной жизни, которая подобна пребыванию в центре пламени,

И затем, соблюдая праведное поведение мудреца в уединённом месте,

Наслаждаемся высшим вкусом нектара святой Дхармы.

Мирянин может соблюдать восемь обетов, все пять обетов мирянина⁹³, некоторые из них или только обет Прибежища⁹⁴. Такие обеты также являются основой освобождения и позволяют накопить обширные заслуги. Если вы приняли даже всего один из пяти обетов мирянина, поскольку этот обет соблюдается до самой смерти (обеты пратимокши принимаются на всю жизнь, а обеты бодхисаттвы – вплоть до просветления), вы постоянно, денно и ночью, накапливаете заслуги, с того мгновения как приняли обет и до смерти. Когда вы едите, идёте и спите – и даже если вы в коме – вы непрерывно создаёте заслу-

ги. Если же вы приняли все пять обетов, вы, безусловно, непрерывно накапливаете ещё больше заслуг.

В «Сутре цветочной гирлянды»⁹⁵ объясняется, что заслуг, накопленных одним человеком, соблюдающим обеты и подносящим Будде крошечный светильник, где масла – с горчичное зерно, а фитиль размером с волосок, гораздо больше, чем созданных всеми живыми существами трёх миров, не соблюдающими никаких обетов, если бы они стали богатыми и могущественными чакравартинами и каждый из них совершил обширное подношение света каждому из бесчисленных будд, используя для этого океан масла и фитиль размером с гору Меру. Даже мирянин, соблюдающий восемь, пять или меньше обетов или просто один обет Прибежища, накапливает невообразимые заслуги, делая одно лишь крошечное подношение гуру и Трёх Драгоценностям или занимаясь благотворительностью. Поскольку обеты даровали нам наши гуру, в повседневной жизни мы способны творить невероятные добродетели. Все эти блага, которые мы получаем, соблюдая обеты, приходят благодаря доброте наших гуру.

Мы также можем соотнести доброту наших гуру с обетами бодхисаттвы. Не соблюдая обеты бодхисаттвы, мы не достигнем просветления; соблюдая же, достигнем. Всеми безграничными заслугами, которые мы накапливаем ежесекундно, с момента принятия обетов бодхисаттвы, мы также обязаны доброте наших гуру.

Также рассмотрим посвящения. Без принятия большого посвящения мы не сможем вступить во врата Ваджраяны: не сможем слушать тантрические учения или практиковать тантру. Это означает, что у нас не будет возможности быстро достичь просветления или освободить других живых существ от страдания и привести их к просветлению.

Нам никак не удастся достичь просветления без сведущего ваджрного гуру, засеивающего в нашем уме семена Четырёх Тел, даруя нам благословения четырёх полных посвящений Высшей йога-тантры. Каждое посвящение оставляет потенциал или семя в уме ваджрного ученика. Например, получение посвящения сосуда позволяет медитировать на стадию порождения и её осуществить, а также оставляет в нашем уме особый отпечаток обретения Нирманакаи. Получение тайного посвящения позволяет медитировать на путь иллюзорного тела и его

осуществить, а также оставляет в нашем уме особый отпечаток обретения Самбхогакаи. Получение посвящения мудрости позволяет медитировать на ясный свет и его осуществить, а также оставляет в нашем уме особый отпечаток обретения Дхармакаи. Получение четвёртого посвящения, посвящения слова, позволяет медитировать на путь единения и его осуществить, а также оставляет особый отпечаток обретения состояния единения Ваджрадхары или Свабхавикакаи, которое является абсолютной природой всеведущего ума будды. Мы получаем всё это благодаря нашим ваджрным гуру.

Когда мы думаем о продвижении по ваджраянскому пути с самого начала и до просветления и о том, как мы становимся просветлёнными, получив посвящение от ваджрного гуру, нам легко осознать доброту гуру и его значимость в достижении просветления.

Мы можем размышлять о доброте гуру в общем, обширно, а затем медитировать на частные примеры доброты каждого из наших гуру. Мы должны всем сердцем памятовать о доброте гуру.

Кроме того, нам нужно помнить, что мы обрели человеческое тело с восемью свободами и десятью дарованиями, и всё наше нынешнее счастье, богатство и удобство – следствие нашей прошлой практики нравственности, даяния и им подобного. В прошлых жизнях наш гуру даровал нам обеты и учения о карме, и затем мы смогли создавать причины обретения человеческого тела, практикуя нравственность и даяние. Как следствие – это человеческое тело, так и его причина – нравственность были получены благодаря доброте гуру.

Мы можем увязать различные практики, которыми занимаемся в повседневной жизни, с добротой гуру. Все добродейания, что мы совершаем, всё обретаемое нами понимание Дхармы и все заслуги, которые мы ежедневно создаём, исходят от наших нынешних гуру. Например, когда мы делаем простирания и начитываем имена Тридцати пяти Будд, произнося каждое имя, мы очищаем много кальп отдельных неблагих карм. За несколько минут, которые уходят на чтение молитвы ламрим, мы засеиваем семя всего пути к просветлению, благодаря которому рано или поздно его достигнем. Даже во время одной сессии практики Дхармы мы способны извлечь для себя столько пользы, совершая простирания, подношения и медитируя на

бодхичитту и другие темы ламрима! Мы обретаем все эти блага в повседневной жизни благодаря доброте наших благих друзей. В конце каждой практики мы должны помнить, что возможностью накапливать все эти заслуги мы обязаны доброте гуру. Именно наши нынешние гуру позволяют нам создавать все заслуги, причину счастья в будущих жизнях, освобождения от сансары и полного просветления.

Один высокий амдосский лама, Мипам Янгчен, от которого Кирти Ценшаб Ринпоче получил много учений, сказал в своём учении ламрим, написанном в стихотворной форме, что всё – даже место, где мы выполняем нашу практику, – это проявление гуру. Все наши удовольствия и все условия, необходимые для практики Дхармы, – воплощения гуру.

Даже хотя мы, возможно, этого не осознаём, всем нашим счастьем мы обязаны нашим гуру. Каждая хорошая вещь, в прошлом, настоящем и будущем, исходит от наших гуру. Нет сомнений в том, что, чем больше мы изучаем и практикуем Дхарму, тем больше у нас сострадания и мудрости и тем больше мы способны приносить благо другим живым существам. Это благо становится всё обширнее. Всё это следствие доброты гуру. Каждое благо, которое мы приносим живым существам благодаря пониманию и практике Дхармы, исходит от доброты гуру.

В этой жизни мы не только можем достичь желаемого – счастья в будущих рождениях, освобождения от сансары и просветления, но способны осуществлять все эти три великих смысла ежеминутно. Например, даже если без мотивации бодхичитты мы делаем обходы ступ или подношения, либо простираемся перед статуей, ступой или писанием Будды, просто в силу святого объекта мы создаём причину просветления и, между прочим, освобождения из сансары и всего счастья в будущих жизнях. Всё это возникает благодаря доброте гуру.

Если бы мы не встретили наших благих друзей и они нами не руководили, хотя мы и родились людьми, наша жизнь прошла бы впустую. У нас было бы тело человека, но ум ничем не отличался бы от ума животного. Лишь благодаря доброте наших благих друзей мы стали настоящими людьми, кем-то больше, чем животное. Лишь благодаря доброте благих друзей мы способны слушать учения и понимать их смысл и тем

самым готовиться не только к счастью в будущих жизнях и освобождению, но и к полному просветлению. Наша способность трудиться ради достижения этих целей и их достичь зависит только от доброты наших благих друзей.

Без наших гуру мы не можем даже оставить в своём уме отпечаток слушания слов Дхармы, не говоря уже о медитации на путь к просветлению или обретении свершений. Этот шанс дан не всем – на самом деле, он есть лишь у немногих. У большинства людей даже нет возможности оставить отпечаток пути к просветлению. Даже если мы не можем медитировать, у нас, по крайней мере, есть шанс заложить в своём сознании отпечатки полного пути к просветлению посредством слушания учений гуру. Хотя сейчас мы, возможно, не способны обрести духовные свершения, рано или поздно, благодаря отпечаткам, мы сумеем полностью понять слова и их смысл и осуществить путь. Благодаря этому мы достигнем просветления.

в) Доброта гуру – в благословении потока нашего ума

Порождение в нашем уме всех свершений на пути – от преданности гуру до объединённого состояния более-не-учения, зависит от гуру, благословляющего наш ум. Возникновением каждой благой мысли в нашем уме мы обязаны доброте гуру, благословляющего наш ум.

Доброта гуру в благословении потока нашего ума означает, что, медитируя на ламрим, мы способны преобразовать свой ум в эту медитацию. Так, при медитации на любовь или сострадание мы способны преобразовать свой ум в любовь или сострадание; при медитации на Прибежище или преданность гуру – в преданность Трём Драгоценностям или гуру; при медитации на непостоянство и смерть – в помысел о непостоянстве и смерти: мы чувствуем, что не только смерть неизбежна и может прийти в любой момент, но и что явление этой жизни быстро и нам нужно практиковать Дхарму. Несмотря на то, что у нас, возможно, не будет истинных прозрений в этих медитациях, мы обретём некоторый опыт. У нас может не возникнуть прочных, произвольных, сильных переживаний, характеризующих подлинное прозрение, но наше сознание во время медитации будет меняться. Это считается добротой гуру в благословении нашего ума.

Есть много историй о великих йогилах и пандитах прошло-

го, которые обрели высшие свершения в тантре, служа своим гуру и получая от них благословения. Поскольку умы этих великих йоговинов были благословлены их гуру, они смогли породить необычайные свершения. Наропа без медитации обрёл запредельную мудрость вместиорождённого великого блаженства, поскольку прошёл через двенадцать великих тягот, из-за которых чуть не погиб (см. главу 18). Испытывая каждую из этих великих тягот, он получал посвящение от своего гуру, Тилопы, и свершения на каждом уровне пути происходили произвольно, в положенное время.

Лама Цонкапа сказал:

Если ты слушаешь, то не можешь понять слов; если размышляешь, не можешь постичь смысл; если медитируешь, не можешь породить в своём уме прозрения. В такие моменты, когда разум крайне слаб, рекомендуется опираться на силу поля заслуг. Когда слушание, размышление и медитация не оказывают должного воздействия, если при этом ты взываешь к гуру в молитве, всё это будет быстро и легко осуществлено. Даже это признак того, что твой ум благословлён.

Лама Цонкапа советует в такие трудные времена, когда способности нашего ума ограничены, опираться на особое поле заслуг гуру и к нему обращаться. Представляя гуру неотделимым от божества, мы опираемся на особое поле заслуг, возвращающее нашу преданность и дарующее нам благословения. Таким обращением мы накапливаем заслуги и очищаем омрачения. Тогда мы попадаем прямо в цель, что означает: наши практики слушания, размышления и медитации становятся успешными и действенными.

Когда при обращении к гуру в нашем уме возрастают прозрения и переживания, это признак того, что гуру благословил наше сознание. Если, сколько бы мы ни размышляли и ни медитировали, в нашем уме никогда не возникает никаких переживаний, лучшая практика для устранения препятствий – это обратиться к гуру в молитве. Благодаря молитвам, обращённым к гуру, наш ум получает благословение и мы быстро и легко обретём прозрения.

Тилопа сказал:

Лучший из всех способов духовного роста – это гуру.

Раньше я рассказывал вам историю о Наропе, когда он был пандитом-привратником в монастыре Наланда и почти потерпел поражение в диспуте с индуистом. Тогда Наропа обратился к своему гуру Тилопе и тот снизошёл на его макушку. У Наропы тотчас же возникла необычайная мудрость, и он победил в диспуте. Это также пример доброты гуру в благословении ума.

Обращения к гуру обладают огромной силой даже в разрешении мирских проблем, например, когда мы заболеваем или нам вредит дух и, кажется, ничто не помогает. Мы можем освободиться от этой напасти, молясь гуру. Также, чтобы гуру благословил ум ученика, ему не нужно обязательно жить на этой земле, подобно курице с её цыплятами.

Когда медитирующий аскет из монастыря Сера Ме, Ген Вангду, выполнял практику *чу-лен*⁶⁶ в Ориссе в восточной Индии, он жил в лесу в очень простом домике, как туземец в джунглях. Его жилище представляло собой только четыре деревянных столба с подобием крыши наверху. Он рассказывал, что по ночам приходили дикие звери и дрались друг с другом. Они так шумели, что он ожидал увидеть утром много трупов, но ничего не находил.

Однажды к хижине подошёл медведь и собрался в неё влезть. Ген Вангду стал горячо и однонаправленно молиться фотографии своего коренного гуру, Его Святейшества Триджанга Ринпоче. Он просил: «Если ко мне заберётся медведь, пусть он меня не сожрёт или пусть сожрёт побыстрее». Пока он молился, медведь ушёл, не попытавшись вломиться в его лачугу. Ген Вангду говорил, что с тех пор у него возникла нерушимая преданность Его Святейшеству Триджангу Ринпоче.

Как упоминается в учениях ламрим, лучший способ устранить препятствия – это молитва гуру. Когда у нас проблемы, будь то с нашей практикой Дхармы или даже с обычными делами, мы должны горячо и однонаправленно молиться гуру, при этом глядя на него не как на обычное существо, а как на будду. В экстренных случаях, как правило, даётся совет молиться коренному гуру.

Когда Пабонка Дечен Ньингпо сталкивался с трудностями, и, казалось, ничто не могло ему помочь, он семь раз повторял мантру имени своего коренного гуру и молился ему. Тогда все его труды завершались успехом.

Святыми устами Гьялвы Гоцангпы:
*Столько людей медитируют на стадию порождения,
 Но нет ничего выше медитации на гуру.
 Столько людей начитывают мантры,
 Но нет ничего глубже молитвы гуру.*

г) Доброта гуру – во вдохновении нас на практику Дхармы даянием материальных даров

Гуру ещё добр к нам потому, что радует нас и вдохновляет на практику, даруя нам пищу, одежду и другие материальные вещи. Поскольку материальные вещи нам нравятся больше Дхармы, гуру способен привести нас на путь, обеспечивая материальными удовольствиями, благодаря чему мы продолжаем следовать гуру и практиковать Дхарму.

Иногда у нас могут возникать дурные мысли о гуру, потому что, выполняя его требования, мы пострадали, а он даже не удосужился выразить свою благодарность или нас похвалить. В такие моменты мы можем увидеть нашего ламу в чёрном свете, счесть его бессердечным и полным лишь себялюбия. Удовлетворяя наши временные потребности, лама может изменить ситуацию: сделать нас счастливыми, породить у нас преданность и удержать от создания неблагой кармы.

Также, когда мы особо не заботимся о практике Дхармы, гуру, исполняя наши временные желания, может вдохновить нас на преобразование ума и следование его советам. Гуру дарит подарки тем, кого больше не интересует практика Дхармы, и тем самым может вернуть интерес этих людей к практике. Когда нас, например, утомляет учение, гуру угощает нас чашечкой кофе, и тогда мы способны слушать дальше.

В «Молитве о добродетели с начала до конца» лама Цонкапа говорит:

*Да соберу вокруг себя учеников, вначале – материальными дарами,
 А затем – полностью насыщая их Дхармой.
 Как сказано,
 Всё счастье и все совершенства трёх времён обретаются добротой гуру.*

Это потому, что все заслуги трёх времён создаются благодаря доброте гуру в его различных проявлениях. Такая добро-

та неоценима, даже в конце пути к просветлению.

Мы можем усомниться: «Всё это не следует из доброты одного гуру – в разные времена было много гуру». Когда возникает эта мысль, нам нужно размышлять о преобразении всех наших различных гуру: абсолютного гуру, Дхармакаи, святого ума всех будд, запредельной мудрости недвойственных блаженства и пустоты. Подобно множеству рек, впадающих отовсюду в океан, святой ум всех будд становится одного вкуса в пустоте. Дхармакайя, абсолютный гуру, проявляется во всех наших гуру в соответствии с нашей собственной кармой. С этим пониманием мы увидим всех наших гуру как одно существо и всех наших нынешних гуру единими со всеми нашими гуру в прошлом. Всё наше счастье в прошлом, настоящем и будущем обретается от наших нынешних гуру.

Пабонка Дечен Ньингпо говорит, что наш собственный гуру – воплощение всех будд, а все будды – проявления нашего гуру. Святой ум всех будд одного вкуса в сущности Дхармакаи, нераздельном блаженстве и пустоте. Затем из этой Дхармакаи проявляется гуру, подобно пузырьку воздуха из океана, который, в свою очередь, возникает из всех стекающих в него рек. Осознав это, мы узнаем, что все будды ста видов, пяти видов, трёх видов⁹⁷ и одного вида, то есть Ваджрадхары, – проявления гуру. Нет ни Ваджрадхары, ни иного божества, отдельного от гуру. В действительности нет будды, отдельного от наших гуру.

Если гуру нами доволен, довольны все будды, если он доволен, огорчены и все будды. Осуществлением одной практики преданности гуру осуществляются практики бесчисленных будд. Если мы не выполняем эту одну практику преданности гуру или ошибаемся в ней, мы не добьёмся успеха, сколько бы разнообразных аспектов будды мы ни пытались практиковать. Но преуспев в этой одной практике преданности гуру, мы преуспеем и в практиках всех будд.

Получая посвящения, выполняя практики, проводя затворничества и начитывая мантры различных божеств, мы должны осознавать, что на самом деле пытаемся обрести гуру. Мы можем это понять, размышляя об истинном смысле гуру – абсолютном гуру.

После строфы о проявлении доброты гуру в том, что он

помог нам встретиться с учениями ламы Цонкапы, далее в «Сущности нектара» сказано:

*Следовательно, мои благие друзья –
Спасатели, вызволяющие меня из низших миров;
Кормчие, перевозящие меня через океан сансары;
Проводники, ведущие меня в высшие миры и к освобождению.*

Если мы изучили страдания в низших мирах и получили полное представление обо всех этих страданиях, у нас появится сильное ощущение доброты гуру, защищающего нас от многих калып мучений. Но не понимая страданий в низших мирах, мы не оценим доброту гуру, спасающего нас от них.

На этом этапе подумайте обо всех страданиях сансары: о шести, четырёх или трёх видах⁹⁸ общего страдания и о частных страданиях в каждом из миров. В каждом мире – океаны страдания. Гуру освобождает нас из океана сансарического страдания, подобно кормчему, перевозящему людей на корабле через океан, куда они пожелают.

Чем обширнее наши знания об общих и частных страданиях сансары, тем сильнее мы ощущаем доброту благого друга, кормчего, освобождающего нас из океана сансары.

Под высшими мирами следует понимать тело счастливого скитальца, человека или бога, а под освобождением – освобождение от сансары и также полное просветление или великое освобождение.

*Врачи, исцеляющие хроническую болезнь омрачений,
Потоки воды, гасящие великий огонь страдания,
Светильники, рассеивающие тьму неведения,
Солнца, освещающие путь к освобождению.*

Омрачения, поток которых безначален, подобны хронической изнурительной болезни; наш благой друг полностью исцеляет болезнь омрачений так, чтобы мы никогда больше её не испытали. Даже если обычный врач даёт нам лекарство, чтобы помочь нам выздороветь, это лишь временное исцеление, никак не умиротворяющее причину болезни, омрачения. Благой друг – истинный врач, потому что он пресекает омрачения, из которых возникают 424 болезни и все остальные проблемы.

Помните о доброте благого друга – врача, исцеляющего вас от хронической болезни омрачений.

*Освободители, вызволяющие меня из оков темницы сансары,
Дождевые облака, проливающие дождь святой Дхармы,
Родственники и друзья, приносящие благо и избавляющие от
вреда,*

Родители, всегда с любовью окружающие меня заботой.

Вызволяющие меня из оков темницы сансары означает, что гуру разрывает непрерывную цепь из двенадцати звеньев. И гуру, подобно брату или сестре, всегда помогает нам избавиться от наших проблем.

Крайне полезно читать эти строфы и медитировать на их смысл, соотнося их с каждым из наших гуру.

Тренируя свой ум в корне, в преданности и памяти о доброте гуру, мы чувствуем, что гуру находится в нашем сердце – словно он и есть наше сердце. Мы ощущаем, что гуру – самое важное и драгоценное в нашей жизни. Затем возникает почтение к гуру, которое приносит нам невообразимые заслуги и великое очищение. Благодаря этому правильное вверение себя благому другу возникает естественно и легко. В зависимости от того, насколько хорошо мы тренируем ум и сколько у нас преданности и постижения доброты гуру, мы счастливы, вверяя себя гуру и следуя его советам. Тогда наша практика преданности гуру становится очень успешной.

В «Шестиразовой Гуру-йоге» сказано:

Обычные и высшие достижения, все без остатка,

Зависят от правильного вверения тебе, защитник.

Постигнув это, я готов тело и жизнь даже полностью отдать.

Благослови вершить только то, что радует тебя!

Этот подход позволяет нам быстро достичь просветления, даже за одну краткую жизнь времён упадка, как это случилось с Миларепой. Поскольку у Миларепа было это достижение, забота о гуру больше, чем о собственной жизни, он пожертвовал собой, чтобы последовать за своим гуру, Марпой. Благодаря мощной гуру-йоге Миларепа смог достичь просветления за несколько лет.

Доброта гуру в «Гуру-пудже»

В разделе «Гуру-пуджи» о простирианиях⁹⁹ вначале описываются качества гуру, а затем говорится о его доброте. Очень полезно медитировать на каждую строфу, размышляя о доброте каждого из наших гуру.

*О Гуру, единый с Ваджрадхарой,
Чьё сострадание мгновенно дарует высшее достоинство
Трёх Тел сферы великого блаженства,
Лотосам стоп твоего драгоценного тела поклоняюсь!*

Наши гуру дают нам все учения о полном пути к просветлению как по ламриму, так и по тантре, а также – посвящения: они обучают нас самым сокровенным, глубоким способам достижения просветления за эту короткую жизнь. Практикуя это, мы можем стать просветлёнными уже в этой жизни. Это подобно достижению просветления за одно мгновение, по сравнению с одним днём даже в первом виде горячих адов, в аду Постоянного возрождения, который равен девяти миллионам лет в мире людей. По сравнению с безначальностью и одним днём жизни существа в аду, наши гуру даруют нам просветление за мгновение. Наши учителя необычайно добры, раскрывая нам учения всего пути, что может даровать нам просветление, сферу великого блаженства, высшее достоинство Трёх Тел – в одно мгновение.

*О изначально чистое осознание бесчисленных Победоносных,
Обладая высшим методом усмирения, ты принимаешь любую форму*

*И являешься мне в облике монаха в шафранных одеждах.
Твоим стопам, святой спаситель, поклоняюсь!*

В этой второй строфе говорится о доброте гуру, который проявляется в любой форме, подходящей для нашего ума. Хотя есть бесчисленные формы будд, мы не можем видеть будд в их истинном облике и поэтому не способны получать от них учения в этой форме. Следовательно, гуру невероятно добр, являя себя в его нынешнем виде, соответствующем уровню развития нашего ума, и ведя нас с помощью разнообразных учений.

*Единственный источник полного благоденствия,
Уничтоживший все пороки и их следы,*

*Сокровищница безмерных драгоценных достоинств,
Твоим стопам, досточтимый Гуру, поклоняюсь!*

В этой строфе, когда мы читаем строку об уничтожении всех пороков и их следов, полезно размышлять обо всех наших омрачениях – о каждом из них – и вспоминать обо всех неблагоприятных поступках, которые мы из-за них совершили. Затем мы должны подробно рассмотреть все страдания в низших мирах, которые породила эта неблагая карма.

Например, нам нужно помнить все разнообразные проблемы, являющиеся следствием неблагой кармы – не только старость, болезнь и смерть, но и голод, эпидемии, болезни, конфликты в отношениях и множество других неприятностей. Кто полностью устраняет все наши трудности и их причину – неблагую карму и омрачения? Наши гуру.

Мы должны особенно думать о том, что необходимо устранить неблагие действия и омрачения, приводящие к невообразимому страданию в восьми горячих и восьми холодных адах, а также в промежуточных адах. Сколько бы боли мы ни испытывали от жара и холода в мире людей, это ничто по сравнению с муками ада. Кто может положить конец всем нашим страданиям в горячих и холодных адах и их причине? Наши гуру.

Мы также должны подумать о голодных духах, чьи страдания для нас были бы нестерпимы. Мы бы не выжили без пищи или даже без капли воды в течение семи дней, но голодные духи испытывают такие величайшие страдания сотни лет. Кто полностью прекращает невыносимые страдания, которые мы испытываем в мире голодных духов? Наши гуру.

Затем нам нужно задуматься обо всех животных, которые невероятно глупы, страдают от жары и холода и друг друга пожирают. Человек не смог бы вытерпеть страдания животных, он даже не стерпел бы свою неспособность объяснить, что ему нужно. Даруя нам учения, наши гуру – единственные, кто может полностью положить конец всей нашей карме и омрачениям, приводящим к таким страданиям в мире животных.

Когда мы читаем строку «Единственный источник полного благоденствия», нам нужно помнить о том, что каждая создаваемая нами заслуга – деяние гуру, ведь этим мы обязаны доброте гуру. Кто дарует нам всё благоденствие в прошлом, настоя-

щем и будущем, и все качества святых тела, речи и ума будды? Наши гуру. Всё хорошее, что у нас есть сейчас и будет в будущем, вплоть до просветления, приходит благодаря доброте гуру. Наши гуру – сокровищница невообразимых заслуг, источник всего счастья и благоденствия, а также единственная причина покоя. Поэтому мы простираемся перед святыми стопами наших гуру.

*По природе единые со всеми буддами,
наставники всех существ, включая богов,
Источники восьмидесяти четырёх тысяч чистых дхарм,
Вы сияете посреди собрания святых.
Вам, благодетельным гуру, поклоняюсь!*

Читая эту строфу, мы должны думать о том, что каждый наш гуру – это все будды; каждый гуру – это Манджушри, Тара, Ваджрапани и все прочие будды. И поскольку каждый гуру – все будды, каждый гуру – источник всей Дхармы, всех восьмидесяти четырёх тысяч учений. Без каждого из наших гуру нет ни Будды, ни Дхармы, ни Сангхи.

*Гуру трёх времён и десяти сторон света,
Трёх высшим Драгоценностям и всем, достойным почитания,
С нерушимой верой, почтением и океаном вдохновенной хвалы
Я поклоняюсь в формах, бесчисленных, как частицы вселенной.*

Объекты простираения включают в себя не только живых существ, но и статуи, священные писания, ступы и прочие святые объекты. Здесь нужно помнить о том, что без гуру нет Трёх Драгоценностей, благодаря которым мы можем накапливать заслуги. Без гуру нет даже ни единой статуи, которой мы можем делать подношения и там самым создавать заслуги; нет ни единого писания, которое мы можем изучить, чтобы оставить в своём сознании отпечаток пути; нет ни единой ступы, благодаря которой мы можем очиститься и накопить добродетели. Любая заслуга, создаваемая нами в отношении любого святого объекта, возникает исключительно благодаря доброте каждого из наших гуру.

О святых объектах мы можем думать: «Гуру проявился в этих формах, чтобы помочь мне очистить ум и накопить заслуги». Это такой лёгкий способ накопления заслуг, словно он даже не зависит от нашей добродетельной мотивации! Даже

если наша мотивация не имеет отношения к Дхарме, простое лицезрение святых объектов, обход вокруг них, простираясь перед ними и совершение им подношений мгновенно становится причиной просветления, освобождения от сансары и счастья в сотнях тысяч будущих жизней. И, конечно, это влияет и на нынешнюю жизнь. Поскольку мы очищаем столько неблагодатной кармы, уменьшаются наши проблемы в этой жизни.

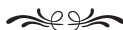
Святые объекты значительно упрощают очищение тяжкой неблагодатной кармы и накопление обширных заслуг, что позволяет нам обрести свершения на пути к просветлению. Мы также должны понимать, что все эти святые объекты существуют благодаря доброте гуру. Осознавая, что смысл гуру – это Дхармакая, святой ум всех будд, мы видим, что эти святые объекты возникли благодаря доброте гуру или проявлению гуру через них, чтобы освободить нас от сансары и привести к просветлению.

Как упомянуто в этих строфах, гуру даровал нам все учения о полном пути к просветлению, с начала и до конца. Если бы мы практиковали эти учения, если бы следовали гуру, а не своему эгоистическому уму, то уже стали бы просветлёнными, или, по крайней мере, у нас были бы какие-то постижения на этапах пути к просветлению.

Здесь и в «Шестиразовой Гуру-йоге» говорится, что наши гуру, несомненно, даруют нам просветление за одно мгновение и лишь мы виноваты в том, что им не следовали. Наши гуру были к нам невероятно добры, даруя нам обеты и тем самым защищая нас от неблагодатной кармы и позволяя накапливать заслуги. Таким образом, каждый из наших гуру ведёт нас от нашего нынешнего состояния к просветлению. Каждый из них невероятно добр.

Именно так надо медитировать на доброту гуру, используя строфы из «Гуру-пуджи». Очень полезно читать или напевать эти строфы медленно, медитируя на их смысл.

15. ВВЕРЕНИЕ СЕБЯ ГУРУ НА ДЕЛЕ



Как вверить себя гуру на деле

С преданностью гуру, смотря на гуру как на будду, мы сможем правильно вверить себя благому другу мысленно, а затем естественным образом вверить ему себя и на деле. Мы сможем легко и с радостью следовать советам гуру, практикуя учения согласно его наставлениям, и это – наилучший способ вверения на деле. Правильное вверение себя гуру на деле легко возникает вследствие правильной преданности ему в мыслях. То, насколько мы способны вверить себя гуру на деле, определяется качеством нашего вверения в мыслях.

Благодаря тренировке ума в преданности, которая видит в гуру будду и порождает к нему почтение, мы, памятуя о доброте гуру, храним его в своём сердце, считая самым драгоценным в своей жизни. Благодаря этому чувству у нас не будет ни единой трудности в исполнении любого его наказа, даже если он попросит нас о чём-то тяжком. Мы не сочтём это бременем и будем с радостью выполнять работу, считая её самым стоящим делом в своей жизни. По своему опыту мы будем знать, что следовать советам гуру проще, если у нас сильна преданность. Если же преданность слаба, даже мелкое поручение станет для нас тяжёлой ношей.

Вот три способа вверить себя гуру на деле:

- 1) *следование советам гуру;*
- 2) *почитание и служение;*
- 3) *совершение материальных подношений.*

1) **Следование советам гуру**

Основная практика или наилучшее подношение состоит в

первом способе: в следовании советам гуру, что означает исполнение святых желаний гуру телом, речью и умом. Это лучший способ очистить загрязнения и накопить заслуги. Если вы радуете гуру, исполняя его желания, это само по себе быстрый путь к просветлению.

Миларепа сказал:

У меня нет материальных подношений. Моё подношение Отцу-Гуру – это моя практика.

Он также сказал:

Я столько усердствую и страдаю, выполняя свою практику! Это подношение, радующее моего Отца-Гуру. Я воздаю моему Отцу-Гуру за его доброту своей практикой.

Поскольку Миларепа был аскетом, у него не было материальных вещей для подношения и его подношением гуру была практика. Практикой Миларепы было выполнение всего того, что Марпа ему поручал после их встречи, включая строительство башни, совершение затворничества и осуществление всего пути к просветлению.

Здесь под *отцом* имеется в виду духовный наставник, который окружает нас совершенной заботой, и на кого мы полностью полагаемся сейчас и в будущих жизнях. Благой друг воспитывает нас, как родители – своего ребёнка. Отблагодарить Отца-Гуру практикой означает следовать советам гуру, практиковать Дхарму и достичь свершений на пути к просветлению.

2) Почитание и служение

Почитание и служение включают в себя всё почтительное поведение, описанное в «Пятидесяти [строфах] об Учителе» и в «Сущности нектара», такое как вставание, когда учитель входит в комнату, простирая, омовение и подношение украшений и ароматных масел святому телу; уборка, приготовление пищи и другие услуги. Мы должны прочесть «Пятьдесят [строф] об Учителе» и затем применять эти учения на практике.

3) Совершение материальных подношений

Мы делаем материальные подношения, если у нас есть такая возможность. В учениях ламрим упоминается, что, хотя гуру не ищет материальных даров, ученики всё равно делают ему лучшие подношения по мере своих возможностей. Опять же, как и

в практике преданности гуру, мы делаем материальные подношения ради самих себя, для накопления заслуг.

Вверение себя благому другу на деле этими тремя способами быстро очищает тяжкие омрачения и накапливает обширные заслуги. Тогда просветление не заставит себя ждать.

В «Шестиразовой Гуру-йоге» о вверении на деле сказано в следующей строфе, которая является самой сутью самой правильного вверения себя гуру, разъяснённого в «Пятидесяти [строфах] об Учителе»:

*Обычные и высшие достижения, все без остатка,
Приходят от правильного вверения тебе, Защитник.
Постигнув это, я готов тело и жизнь также полностью
отдать.*

Благослови вершить только то, что радует тебя!

Это означает, что отныне и вплоть до просветления мы должны стараться только радовать благого друга нашими телом, речью и умом.

После медитации на восемь преимуществ правильного вверения себя гуру, тренировки ума в преданности, которая видит гуру как будду, и порождения почтения к нему с памятованием о его доброте, каждый совет нашего гуру подобен драгоценности исполнения желаний. Ведь каждый раз, когда мы следуем его советам, мы очищаем немислимое количество дурной кармы и омрачений. Следование советам гуру приносит самое мощное очищение и избавляет от тяжкой неблагодатной кармы, накопленной в прошлом. И каждый раз, когда мы исполняем наказы гуру, мы приближаемся к просветлению. Всё – счастье не только в этой, но и в будущих жизнях, освобождение и просветление – возникает благодаря следованию каждому наставлению. Искренние практикующие видят в каждом совете своих гуру драгоценность исполнения желаний, которая осуществляет все их собственные благие устремления и приносит удачу в их трудах на благо всех живых существ.

В учениях ламрим также объясняется, что следование каждому совету гуру является причиной обретения Самбхокаки, святого тела полного наслаждения, поскольку святая речь гуру – проявление тонкого ветра.

Я часто говорю монахам в Копане, как им повезло, ведь вся монастырская программа, с утра до ночи, была создана их гуру.

В течение их жизни в монастыре почти единственное, что они делают, – это следование советам гуру. Даже такое простое действие как подметание пола становится способом очищения неблагодатной кармы и омрачений и накопления заслуг. Как только монахи поступают в монастырь, всё, что они делают, даже подметание пола по утрам – происходит по распоряжению гуру.

Если мы знаем все преимущества, наша жизнь в монастыре будет очень радостной; мы будем счастливы с утра до вечера. Каждый день, следуя советам гуру, мы создаём великое множество причин временного и абсолютного счастья в этой и будущих жизнях. Тогда ничто не доставит нам такое колоссальное удовольствие, как ежедневное исполнение пожеланий учителя.

Мы должны мыслить точно так же, если работаем в Дхарма-центре. Выполнение любых поручений нашего гуру приносит большое благо и наполняет нашу жизнь глубоким смыслом. Даже если мы не преподаём Дхарму, работая в Дхарма-центре, мы создаём условия для того, чтобы много других людей могли практиковать святыя учения и следовать безупречному пути к просветлению. Если мы часто размышляем об этом в повседневной жизни, то будем очень счастливы. Мы должны постоянно, днём и ночью, хранить гуру в своём сердце. Когда мы практикуем «Гуру-йогу ламы Цонкапы», Гуру Лама Цонкапа входит в наше сердце и в нём пребывает, и тогда мы весь оставшийся день храним его в сердце и трудимся ради него. Это само по себе и есть практика гуру-йоги. Вся работа, которую мы выполняем с утра до вечера, становится практикой Дхармы. Это также дарит нам счастье, и каждый день мы с радостью трудимся в Дхарма-центре.

Когда мы живём рядом с гуру, служение ему само по себе становится нашей практикой гуру-йоги. Нам не нужно искать отдельную от этого гуру-йогу. Нет необходимости отдельно медитировать на святое тело гуру, поскольку мы реально находимся рядом со святым телом гуру. Совершение простираний и подношений, а также служение нашему гуру – это и есть практика гуру-йоги, которую мы только себе воображаем во время пудж. Не думайте, что гуру-йога имеет отношение только к сидению и визуализации либо к произнесению каких-то молитв и вообще не связана с личными отношениями.

Во время пудж мы представляем существ в поле заслуг – непосредственных и косвенных гуру, будд, бодхисаттв, архатов,

даков и дакинй и защитников Дхармы – в качестве разнообразных проявлений гуру, а затем возносим им хвалу, делаем мудры, мысленно омываем гуру и ставим подношения на алтарь. Мы используем сосуд, чтобы подносить воду отражению поля заслуг в зеркале, и ритуальный шарф (*хадак*), олицетворяющий подношение одежд, но всё это – лишь замена собственно подношения омовения и одежд гуру. Всё вышеперечисленное предназначено для очищения нашего собственного ума. Гуру-Будда не нуждается в омовении; мы это делаем ради очищения наших собственных скверн и накопления заслуг, чтобы обрести прозрения и свершения на пути к просветлению. Когда мы на самом деле подносим гуру омовение – наполняя ванну водой, омывая гуру и поднося ему одежды – мы выполняем реальную гуру-йогу подношения омовения, которую лишь визуализируем во время практики «Джорчо» и в других пуджах сутры и тантры.

В пуджах мы размещаем на алтаре различные подношения, а затем, с мудрами, делаем восемь видов подношений¹⁰⁰ и пять видов чувственных подношений¹⁰¹. Однако, подношение нашему гуру чая, пищи, одежд, цветов, приятных звуков и так далее является настоящей практикой подношения. Тогда мы накапливаем гораздо больше заслуг, чем при визуализации совершения восьми подношений, как расставленных на алтаре, так и мысленно преображённых, божеству во время пудж или садхан.

Однако мы не должны думать, что раз служим гуру, нам не нужно делать остальные практики. Мы должны стараться выполнять и другие практики гуру-йоги как можно больше, поскольку это методы быстрого завершения накопления заслуг.

Когда мы безупречно служим гуру, который физически живёт рядом с нами, все наши свершения на пути будут сами собой возрастать секунда за секундой. Подношение служения гуру, наивысшему полю заслуг, – кратчайший путь к завершению трудов по накоплению заслуг.

В сутре «Сущность земли» сказано:

Все заслуги от совершения подношений невообразимым миллионам будд, а также от даяния и практики нравственности превосходит одно мгновение подношения служения гуру.

Когда мы служим нашему гуру, убираясь в его доме, нам нужно думать, что гуру – это все будды и бодхисаттвы, и что мы убираем их обитель. Когда мы подносим гуру даже стакан воды, нам нужно представлять, что гуру – это все будды и бодхисаттвы десяти сторон света. Поскольку подношение даже одной поре на коже гуру создаёт больше заслуг, чем подношения всем буддам трёх времён, нет сомнения в том, сколько блага приносят реальные подношения самому гуру. И хотя мы уже получаем такое благо, наша практика станет действеннее, если мы будем медитировать на то, что гуру, когда ему служим, – это все будды и бодхисаттвы, потому что это поможет нам постоянно сохранять преданность гуру и пресекать дурные мысли о нём.

Практиковать гуру-йогу рискованно, если вы не понимаете, как правильно это делать, и не понимаете всего ущерба от неверной практики. Вам также грозит большая опасность, если вы живёте рядом с гуру и ему служите, но не знаете, как практиковать гуру-йогу. Вы можете за секунду создать карму перерождения в аду Неистошцимого страдания, где будете страдать целыми кальпами. Подобно электричеству, гуру может принести вам безмерное благо, но одновременно нести в себе большую опасность.

Не менее вдохновляющими могут быть строфы из «Сущности нектара», в которых подробно описано, как радовать святой ум гуру делами. Эти строфы ясны и красноречивы. Особенно полезны строфы, в которых говорится о Наропе, Миларепе, Чаюлве и других великих йогилах, выполнявших особую практику преданности гуру и достигших невероятных прозрений. Они упомянуты как превосходные примеры, которыми мы должны подражать.

Раздел о вверении себя гуру на деле начинается со следующей строфы:

Каждое благо в сансаре и за её пределами

Приходит благодаря милости гуру.

Хотя мне никогда всецело не отблагодарить его за доброту,

Ради этого буду стараться радовать его.

Это означает, что всё испытываемое нами счастье исходит от доброты гуру. Даже если мы никогда не отблагодарим его за доброту, не нужно сдаваться, потому что мы способны жить с

долгом, который не в состоянии выплатить в этой жизни. Нам следует по-прежнему пытаться отблагодарить гуру за доброту и для этого радовать его святой ум.

*Так же, как засеивают семена в плодотворном поле,
Хотя гуру не зависит от подношений и почитания,
Чтобы быстро завершить великое накопление моих заслуг,
Почему бы мне не попытаться засеять семена в этом высшем
поле,
Совершая подношения и проявляя почтение?*

Мы можем усердно трудиться, сея семена, их удобряя и так далее, чтобы вырастить урожай в обычном поле, но на само это поле не приходится возлагать надежды. Так и с высшим полем гуру. Гуру не зависит от подношений и почитания. И все мои гуру в точности таковы.

Гуру – высшее поле заслуг, потому что, как я уже объяснял, именно в отношении гуру – следуя его советам, его почитая, служа ему и делая подношения – мы накапливаем самые большие заслуги. Чтобы быстро завершить накопление заслуг, мы должны стараться делать гуру подношения и проявлять к нему почтение. Истинный смысл подношений – не в том, чтобы просто дарить гуру нечто материальное, но в том, чтобы радовать его святой ум. Таково наилучшее подношение.

В «Пятидесяти [строфах] об Учителе» сказано:

*Даяние гуру всегда становится подношением всем буддам.
Подношение гуру приносит великие заслуги, и этим накоплением
мы осуществляем высшие свершения.*

Также сказано:

*Если ты богат, поднеси своё лучшее имущество гуру, как это
делал лама Дромтонпа и другие.*

Опять же, в «Пятидесяти [строфах] об Учителе» сказано:

*Тот, кто желает обрести непрерывную удачу и счастье,
должен подносить гуру всё редкое и необычайное или даже то,
что чуть выше среднего.*

Святыми устами Лхасовы:

Если у нас есть хорошие вещи для подношения, но мы подносим что-то плохое, наша самаяя придёт в упадок. Но нет поро-

ка, если у нас есть лишь бедные подношения или гуру доволен бедными подношениями.

Ученикам следует подносить всё, что наиболее радует гуру, а гуру не должны ни на толику цепляться за материальные вещи. Кадампинский геше Шарава сказал:

Гуру – это тот, кто радуется практике и прозрениям учеников и не имеет ни малейшей привязанности к материальным вещам.

Вне зависимости от того, слышим мы или видим, что гуру доволен. Гуру – это тот, кто радуется нашей практике, а не материальным подношениям. Именно так и должно быть. Однако если мы замечаем, что наш благой друг рад материальным дарам, было бы ошибкой думать, что в этом есть что-то плохое. Это неверное вверение себя благому другу. Множество раз, чтобы сделать ученика счастливым, высокие ламы демонстрируют радость от получения материальных подношений.

Предыдущее воплощение Пари Ринпоче, Пари Дордже Чанг, высокий лама из монастыря Сера в Тибете, однажды получил в качестве подношения баранью ногу от человека, который зарабатывал на жизнь продажей текстов по Дхарме. Пока этот человек находился рядом с Ринпоче, учитель казался очень довольным и сказал: «О, какая забота с вашей стороны! Теперь я сделаю мо-мо!». Но сразу же после ухода этого человека Ринпоче выбросил баранью ногу в отхожее место, потому что она была добыта печатью и продажей писаний Дхармы. Употребление пищи, купленной на деньги, заработанные продажей статуй или текстов Дхармы, считается тяжелой неблагодатью кармой и причиной большой скверны. Пари Дордже Чанг не отдал это мясо другим людям, потому что это стало бы той же самой неблагодатью кармой. Он явил удовольствие от получения этого подношения, но затем тут же от него избавился. Это – искусный метод, который используют высокие ламы, руководя живыми существами. Даже принимая подношение, они это делают ради блага ученика, чтобы тот мог накопить заслуги.

В «Сущности нектара» далее говорится:

Сказано, что подношение одной поре на коже гуру,

*Разъяснившего нам безошибочный путь,
Создаёт больше заслуг, чем почитание множества арьев и
совершение им подношений,
А именно: шраваков, пратьекабудд, бодхисаттв и будд.*

В этой строфе говорится о силе гуру. Не говоря уже о подношениях нашему гуру и его почитании, даже подношения ученикам нашего гуру создаёт гораздо большие заслуги, чем подношения всем бесчисленным буддам, бодхисаттвам и архатам, а также всем статуям, ступам и священным писаниям в десяти сторонах света. Как я уже объяснял, мы накапливаем такие заслуги, когда, думая о нашем гуру, даём даже стакан воды или конфету его ученику или члену семьи или кормим его собаку.

*Многие святые существа, такие как Наропа, Миларепа,
Дромтонпа, Сакья Пандита и Чаюлва,
Не колеблясь, отдавали своё тело, жизнь и богатство
Своим гуру и обрели множество свершений.*

Ни секунды не колеблясь, Наропа сразу же выполнял всё, что его гуру Наропа советовал ему сделать как бы ненароком. Тем самым он пережил двенадцать больших и двенадцать малых тягот. Из-за двенадцати больших тягот Наропа чуть не погиб. Каждый раз, когда Наропа был на грани гибели, Тилопа приходил и его благословлял, чтобы его здоровье восстановилось. Миларепа является одним из самых вдохновляющих примеров человека, который имел несравненную преданность благому другу. Ради практики Дхармы Миларепа совершил невероятные подношения, претерпел множество лишений и в результате достиг большого успеха, став просветлённым всего за несколько лет. Я подробнее опишу истории о Наропе и Миларепе позже (см. главу 18).

Кроме того, примеры Дромтонпы, Сакья Пандиты и кадампинского геше Чаюлвы используются для иллюстрации правильного вверения себя благому другу. Ранее я описывал, как эти великие йогины испытали мощное очищение вследствие служения своим гуру (см. главу 7).

В «Сущности нектара» далее сказано:

Поэтому я буду стремиться усердно почитать гуру и служить ему своими телом и речью,

*Например, поднося все дорогие моему сердцу вещи,
Простираясь, вставая, массируя и оmyвая,
Почтительно обращаясь, восхваляя и так далее.*

Под «вставанием» имеется в виду то, что мы встаём со своего сиденья, увидев своего гуру.

Вверяя себя гуру, мы должны быть очень счастливы, если у нас есть возможность сделать ему подношения. Вначале мы медитируем на единство нашего гуру с нашим особым божеством. Как всегда советовал Его Святейшество Сонг Ринпоче, когда мы визуализируем божество, нам нужно думать о гуру, а когда видим гуру, следует думать о божестве. Размышляя о качествах гуру, мы проявляемся в бесчисленных телах, равных количеству наших прошлых жизней, и делаем простираания. Затем мы предлагаем себя в услужение гуру и в сопровождении прекрасных звуков восхваляем его своей речью. Так мы подносим ему служение телом и речью.

После этого мы подносим гуру явные, расставленные [на алтаре] подношения, а также мысленно преобразованные. Например, мы представляем, что преобразуем все наши заслуги трёх времён в разнообразные подношения, а затем предлагаем их гуру. Именно так и делаются различные подношения, как материальные, так и мысленные.

Что касается того, как вверить себя гуру на деле, в хинаянских учениях объясняется, что днём можно массировать святое тело или умащивать его благовониями, как и его одежды; ночью же – стелить постель для гуру, подносить одежды и прочее. Это служение телом.

Если говорить о служении речью, когда мы упоминаем святое имя гуру, мы предварительно произносим то или иное почтительное обращение и только потом – имя. Именно поэтому, когда тхеравадинские монахи говорят о своём настоятеле или к нему обращаются, они соединяют ладони и произносят: «Досточтимый такой-то». В тексте о монашеском посвящении объясняется: «Сначала произнеси это, а потом уже святое имя». В ходе полного монашеского посвящения в гелонги сангдён лопён задаёт тем, кто принимает посвящение, ряд вопросов, чтобы выяснить, есть ли у них препятствия к получению посвящения, а затем даёт им советы, как обращаться к настоятелю и другим учителям.

Когда Его Святейшество Линг Ринпоче или Его Святейшество Триджанг Ринпоче приводили цитаты из учения Пабонки Дечена Ньингпо, они всегда говорили: «Кьябгён Пабонка Дечен Ньингпо». *Кьяб* означает «Прибежище», а *гён* – «спаситель». Здесь используется особый эпитет, который выражает превосходные качества учителя.

Служение речью – это также говорить «я это сделаю», когда наш гуру даёт нам наставление. Почтительные обращения при разговоре с нашими добродетельными учителями или когда мы задаём им вопросы, тоже являются служением речью.

Каждый раз, когда мы подносим гуру стакан воды, чашку чая, пищу или омовение, это нужно делать с гуру-йогой, смотря на гуру как на будду. Когда мы служим нашему гуру, нам, по возможности, нужно вспоминать о втором поле заслуг в «Гурупудже», где святое тело гуру украшено мандалой Гухьясамаджи. Мы должны стараться воспринимать пять психофизических совокупностей гуру как пять Дхьяни-Будд, а все поры на его коже – как двадцать одну тысячу архатов. (Здесь мы говорим не об обычных архатах: на самом деле они – проявления будды). Осознавая это, мы подносим нашему гуру одежды или предлагаем другое служение. Также нужно думать об абсолютном гуру, Дхармакае, святом уме всех будд, который пронизывает всё пространство и у которого нет ни начала, ни конца. Это наиболее глубокая медитация на гуру-йогу, и любое служение, которое мы подносим нашему гуру с таким осознанием, создаёт невообразимые заслуги.

Особенно я буду денно и ночью пытаться без отвлечений

Практиковать полный, безупречный постепенный путь:

Лучший способ порадовать гуру моими тремя вратами.

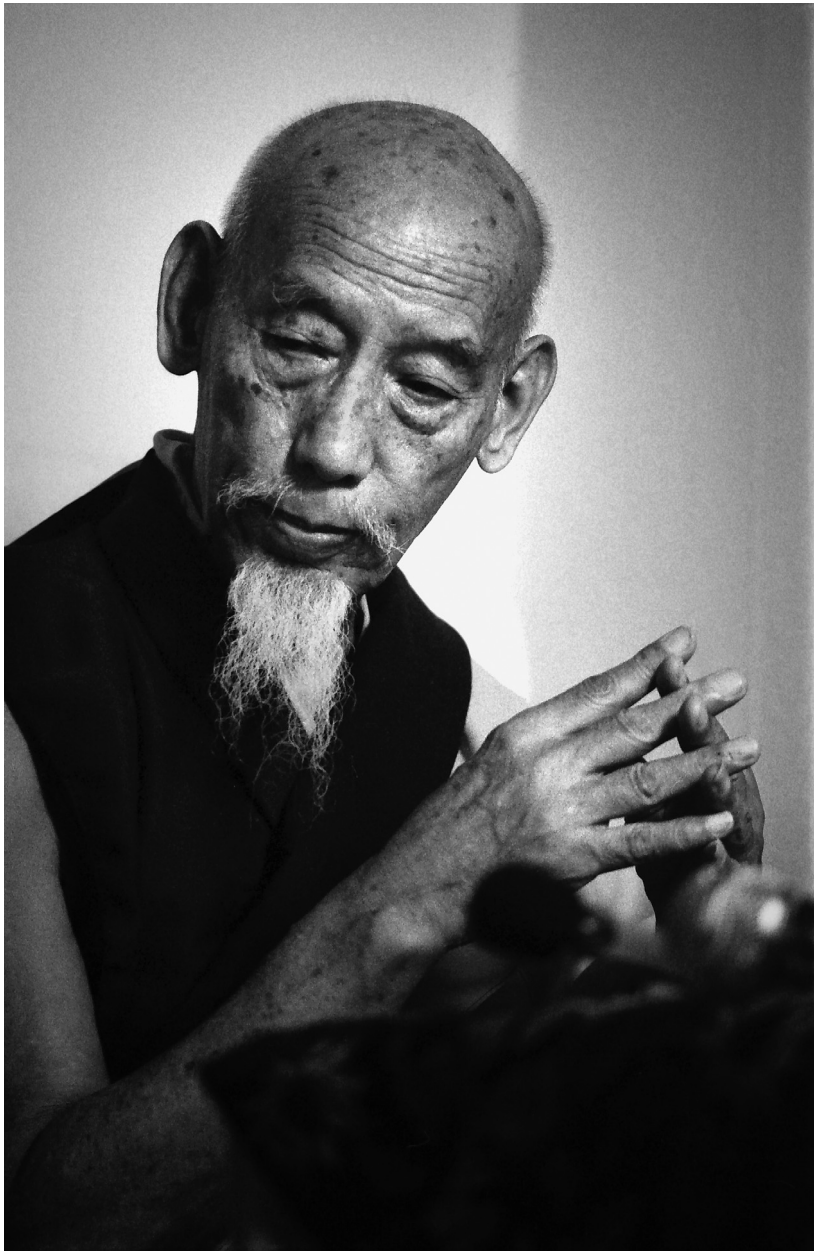
Я буду радовать гуру подношением практики согласно его заветам.

Молю, даруй мне благословение на это!

Лучший способ порадовать гуру телом, речью и умом – денно и ночью стараться, без малейших отвлечений, практиковать ламрим, полный и безупречный путь к просветлению. Тогда мы, несомненно, достигнем своей цели – полного просветления. На этой основе мы радуем святой ум гуру, следуя его советам. Если главная цель нашей жизни – усмирение ума и

обретение прозрений ламрима, а не просто завоевание популярности знаниями Дхармы, осуществление нашей цели зависит от правильного вверения себя благому другу, а это означает следование его советам. Если мы прислушиваемся к советам нашего гуру на основе практики ламрим, это радует гуру больше всего.

Нам нужно прочесть раздел о почитании гуру и служении ему в «Сущности нектара». Читайте эти строфы вновь и вновь и помните о них во время служения гуру.



*(На фото – Его Святейшество Сонг Ринпоче, Лондон, 1978 г.
Фотография Брайана Берсфорда).*

16. НУЖНА ЛИ АБСОЛЮТНАЯ ПОКОРНОСТЬ?



После встречи с гуру мы должны правильно себя ему верить, практикуя то, что он рекомендует, и избегая неверных, по его мнению, поступков. Однако может возникнуть вопрос, стоит ли нам слушаться гуру абсолютно во всём. Его Святейшество Далай-лама всегда подчёркивает, что нам нужно опираться не на личность, а на учения. Это означает, что мы должны сверять советы гуру с надёжными источниками, такими как учения Гуру Будды Шакьямуни и Нагарджуны, Асанги и других великих пандитов и йогоинов. Эти подлинные писания важнее советов гуру.

Если совет гуру соответствует учениям Гуру Будды Шакьямуни и трудам пандитов или, по крайней мере, им не противоречит, мы можем ему последовать. Если совет гуру не упоминается в этих писаниях или им противоречит, нам не стоит это делать. Когда совет невозможно соотнести с чистой ссылкой на писания, лучше сохранять равнодушие, а это значит, что нам не нужно осуждать гуру или на него жаловаться.

В учениях традиций ньингма и кагью обычно говорится, что, если мы заметим расхождение между советом гуру и учениями Будды, нам следует решить, что в совете гуру есть некий скрытый смысл. В своём комментарии к «Тридцати семи практикам бодхисаттвы» Ронгпу Сангье, ньингмапинский лама, который был коренным гуру Трулшика Ринпоче и Гомчена Кхампалы, пишет, что даже если гуру просит нас совершить на первый взгляд недобродетельный поступок, мы должны сделать это незамедлительно, без сомнений и колебаний. Если же цель такой просьбы остаётся для нас непостижимой, лучше просто подумать: «Наверное, в его поручении есть некий великий смысл» или «Уверен, что, если я так поступлю, это прине-

сёт мне большую пользу». И после этого, не колеблясь, мы совершаем это действие.

Однако Его Святейшество Далай-лама в своих учениях часто разъясняет, что, когда встречаются особенный гуру и особенный ученик, как это было с Тилопой и Наропой и с Марпой и Миларепой, ученик выполняет всё, что приказывает ему гуру. Для особых учеников следование всем наказам гуру становится лишь путём к просветлению.

У Наропы, Миларепы и многих других великих йогинов были особые отношения гуру-ученик, и они выполняли все советы своих гуру. Однако у простых существ всё происходит по-другому. Для нас, обычных учеников, искуснее вверять себя благому другу в соответствии с учениями. Хотя некоторые ламы подчёркивают, что ученики должны считать все действия гуру чистыми, Его Святейшество Далай-лама уделяет больше внимания другим моментам. Я думаю, что Его Святейшество, как держатель всей Дхармы Будды, учитывает множество факторов. Его Святейшество учит, что мы не должны просто видеть все поступки гуру чистыми, но также и тщательно проверять советы гуру, чтобы понять, соответствуют ли они писаниям сутры и тантры Гуру Будды Шакьямуни, перед тем, как им последовать.

Его Святейшество не говорит, что нам нужно допускать дурные мысли о гуру: он подчёркивает важность избавления от таких мыслей. Весь смысл в восприятии поступков гуру как чистых состоит в том, чтобы прекратить дурные мысли о гуру, ведь только тогда мы можем успешно достичь всех свершений на пути к просветлению. Однако я думаю, что Его Святейшество и Ронгпу Сангье Ринпоче приходят к одному и тому же выводу: мы делаем то, что помогает нам в достижении просветления.

Если наш гуру просит нас сделать то, что противоречит учениям Будды и приведёт к накоплению тяжкой неблагодатной кармы, и мы не способны превратить это действие в добродетель, в путь к просветлению и принесение великого блага живым существам, нам нужно искусно и почтительно попытаться получить разрешение гуру не совершать этот поступок. Вспомните совет Пятого Далай-ламы, который сказал:

Без гнева или неверия и, тем самым, создания препятствий,

губящих своё собственное освобождение и просветление, и с преданностью гуру, пытайся искусно получить разрешение гуру не совершать тяжкие неблагоприятные действия, которые не можешь превратить в добродетель.

Гнев на благого друга или неверие в него может стать причиной нашего длительного пребывания в низших мирах, разрушения стольких кальп заслуг, сколько мгновений длился наш гнев, и долгого отсутствия у нас всех духовных прозрений. Избегая этих опасностей, мы пытаемся искусно получить разрешение не совершать того, чего нет в учениях Будды, или того, на что мы в данное время не способны.

В сутрах и винае даётся совет, что, если наш гуру просит нас сделать нечто противоречащее учениям Будды, мы вольны это не делать. В винае сказано, что не следует делать то, что противоречит Дхарме или собственным обетам. В «Пятидесяти [строфах] об Учителе» также объясняется, что, если наш гуру приказывает нам сделать то, что расходится с Дхармой или то, что нам не под силу из-за уровня нашего ума, мы можем почтительно ответить, что мы не можем или не способны это исполнить. Однако нам нужно по-прежнему правильно верить себя этому гуру, как объясняли Гуру Будда Шакьямуни и лама Цонкапа. Иными словами, не теряя преданности гуру, не осуждая его, но в то же время защищая себя, мы пытаемся почтительно получить разрешение не совершать этот поступок, говоря, что не в силах последовать такому совету.

Мы объясняем это с внутренним и внешним почтением и не позволяем, даже на мгновение, возникнуть заблуждениям. Мы должны постоянно почитать гуру: почтение в уме – это преданность, и также есть почтение на уровне тела и речи. Не возмущая ум гуру, мы должны попросить у него разрешения не совершать это действие. Вместо того чтобы допустить гнев и другие неверные мысли, мы должны смиренно и почтительно объяснить гуру, почему не способны его послушаться: это недобродетель либо наши способности ограничены. Нам нужно использовать все наши навыки, чтобы не огорчить гуру, потому что это стало бы величайшим препятствием развитию нашего ума на пути к просветлению.

Если наш гуру говорит то, что противоречит Дхарме, мы не должны ему отвечать с раздражением и гневом, например: «Это

глупо! Вы ничего не знаете о Дхарме!». Нам не следует раздувать свою гордыню до размеров горы Меру и надменно указывать гуру, что он не знает учений и мы более сведущи в Дхарме, чем он. Даже если мы не чувствуем преданность, нам нельзя осуждать гуру. Мы не должны позволить гневу или неуважению охватить наш ум; также не следует гневно смотреть на гуру и грубо с ним говорить. Такое поведение не только не принесёт ни малейшей пользы, но и полностью разрушит корень всего нашего счастья. Мы должны помнить о восьми ущербах от неправильного вверения себя гуру, которые мы испытаем, если будем так себя вести, и не допускать гнева или неверия. Нам нужно думать о собственной выгоде и утратах.

Если наш гуру приказывает нам за десять лет превратить гору в золото, это нам не под силу. Мы даже не сможем за десять лет покрыть эту гору золотыми пластинами. Мы на многое не способны. И дело даже не в том, что мы не можем этого совершить из-за своей неблагодатной кармы: мы просто не в состоянии это сделать. В таких случаях, опять же, нужно искусно объяснить гуру, что мы не способны выполнить его поручение.

Конечно, также гуру иногда просит нас сделать то, что необязательно является неверным. Однако мы не хотим его слушаться из-за себялюбия или других омрачений. Это зависит от того, что нам нравится, а что нет. Наш гуру, возможно, заставляет нас денно и нощно учиться, не давая нам отдыха или свободного времени. На самом это не назовёшь ложным путём, ведь гуру не просит нас кого-то убить или обокрасть, либо совершить иной проступок. Когда происходит то, что нам не по душе, или нас просят сделать что-то неприятное, хотя это не является неблагим действием, у нас могут возникнуть неблагие мысли о гуру.

Когда наш гуру советует нам что-то сделать, но у нас это не получается, нам нужно объяснить, почему. Допустим, гуру говорит, что мы должны поехать в Индию в течение недели. Если бы наш самолёт разбился и мы не смогли прибыть в Индию вовремя, нам пришлось бы извиниться перед гуру из промежуточного состояния (*бардо*) – я шучу! Если бы мы не смогли добраться до этой страны за неделю, нам надо было бы объяснить, что у нас было намерение туда поехать, но мы заболели или у нас были другие внешние препятствия и дело вовсе не в том, что мы просто поленились. Если мы намеренно не

ослушались совета гуру, то не накопим неблагую карму пренебрежения его поручением.

Как нам объяснить гуру, что мы не можем последовать его совету, не теряя преданности? Вспомните слова Пятого Далай-ламы:

Ваше больное воображение видит в действиях гуру собственные пороки. Всё это говорит о том, что ваше сердце насквозь прогнило. Осознавая, что это – ваши пороки, отбросьте их как яд.

Мы должны отбросить как яд восприятие у гуру недостатков и веру в то, что они реально существуют. Иными словами, даже если наш гуру сам делает или советует нам сделать то, что противоречит учениям Будды, мы должны постоянно помнить о том, что это проявление наших собственных пороков, нашего омрачённого, охваченного иллюзиями, нечистого ума. Тогда мы не утратим преданность гуру, корень пути к просветлению.

Нам нужно постоянно следить за своим умом и думать: «То, что я слышу и вижу, – это отражение моего собственного нечистого ума и кармы. По сути, святой ум гуру – Дхармакая». Нам нужно всё время осознавать, что святой ум нашего гуру – Дхармакая, свободная от всех изъянов и обладающая полнотой всех достоинств. То, что нам кажется ошибочным советом, – следствие нашей собственной неблагой кармы и нечистого ума. Если у нас есть это осознание Дхармакаи, тогда мы можем почтительно объяснить, почему не способны сделать то, что от нас хотят.

Даже если наш гуру просит нас сделать что-то неподобающее, например, кого-то убить, мы не должны никогда, ни при каких обстоятельствах, позволять себе помыслить о его пороках. Наша преданность не должна ослабеть. Восприятие недостатков гуру – величайшее препятствие свершениям на пути к просветлению. Сколько бы недостатков мы ни замечали, самое главное, особенно когда мы находимся рядом с нашим гуру, – постоянно наблюдать за собственным умом, чтобы никогда не допускать дурных мыслей о гуру. Тогда мы сможем быстро завершить наши труды в обретении прозрений и свершений на пути к просветлению. Является гуру истинным буддой или нет, ради собственного блага мы должны быть как можно осторожнее. Если же дурные мысли всё-таки возникнут, нам нужно

попытаться их сразу же распознать и скорее пресечь. Затем мы должны раскаяться и их очистить (см. Приложение б).

Мы всегда должны помнить о том, что в наших воззрениях нечему доверять. Вещи существуют не так, как мы их воспринимаем: непостоянное по своей природе кажется нам постоянным; вещи, пустые от истинного бытия, кажутся нам истинно существующими. Мы живём в сплошных иллюзиях. У нас нет ни малейшего ясновидения. Поскольку мы не способны предсказать даже то, что с нами случится завтра, как мы можем судить о чём-то? Как мы можем судить об уровне сознания нашего гуру? Нам нужно помнить о том, что зримое нами, – отражение нашего собственного нечистого ума.

Однако если наш гуру приказывает нам сделать то, что всего на толику является неблагим поступком, и если это порадует гуру, лучше его послушаться. В прошлом я однажды написал письмо своему коренному гуру, Его Святейшеству Триджангу Ринпоче, с вопросом о том, нужно ли отказываться от ужина. Сейчас я не соблюдаю этот обет, но раньше долгое время голодал по вечерам, когда строил монастырь в Лавудо, Солу Кхумбу, а также живя в Копане. Однако лама Еше беспокоился о моём здоровье и настаивал на том, чтобы я ужинал. Я написал Его Святейшеству Триджангу Ринпоче и спросил, что мне делать и о чём думать. Как монах я не должен был ужинать, но мой гуру приказывал мне это делать.

Его Святейшество Триджанг Ринпоче ответил мне в письме, что, если гуру меня попросит совершить тяжкое злодеяние, такое как убийство, противоречащее Дхарме, будет мудрее его не послушаться. Не теряя веру, нужно попытаться искусно получить у гуру разрешение этого не совершать. Но, отметил Ринпоче, если вопрос касается совершения мелкого проступка, лучше последовать совету гуру и его не огорчать, потому что, если возмутить своим непослушанием святой ум гуру, будет больше вреда, а значит – и великих препятствий духовным свершениям. В первую очередь нельзя возмущать святой ум гуру.

Ринпоче сказал, что в мелких вопросах лучше следовать совету гуру, потому что тогда мы его не огорчим, а это было бы огромным препятствием, гораздо более опасным, чем нарушение монашеского обета насчёт принятия пищи. Если вы вызвали недовольство гуру, это величайшее препятствие обретению свершений. Оно причинит вам колоссальный вред, так как

приведёт к длительному страданию в адах и перекроет путь к достижениям на пути к просветлению.

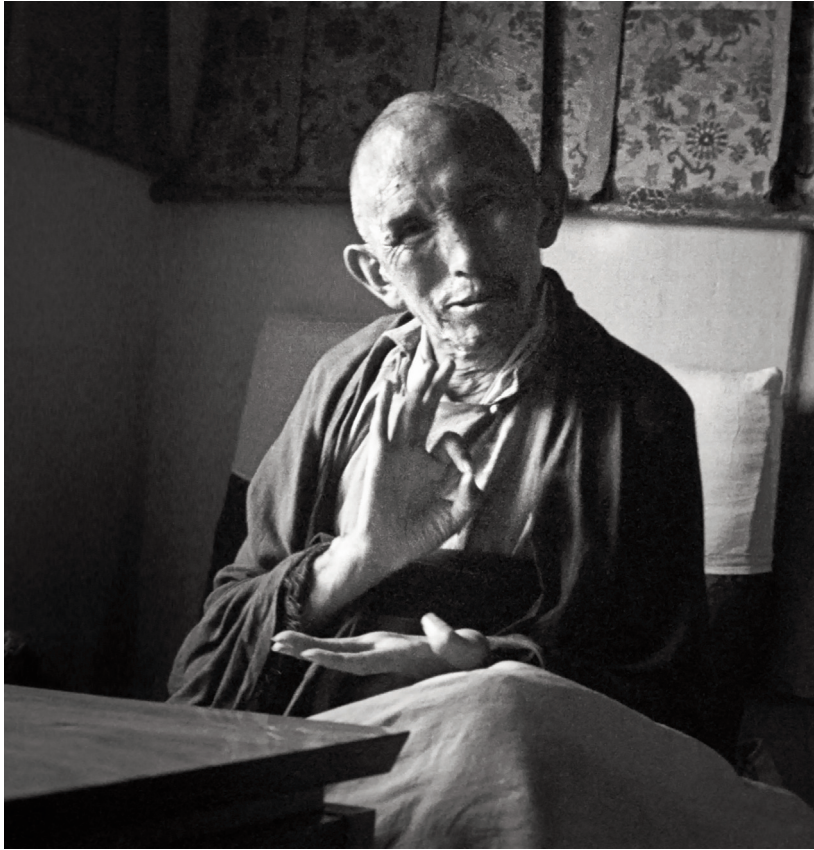
В письме Ринпоче было указано, что хотя это противоречит монашеским обетам, мне лучше есть по вечерам, потому что это порадует ламу Еше. Порадовать святой ум гуру гораздо искуснее, потому что тем самым мы накопим много заслуг и приблизимся к просветлению. Радование святого ума гуру также является одной из самых мощных практик очищения тяжкой неблагодатной кармы, накопленной во многих и многих прошлых жизнях. Во множестве тантрических учений упоминается, что духовные свершения приходят только благодаря радости благого друга.

Если мы станем одержимы отказом даже от мелких нарушений, слушание советов гуру может возмутить его святой ум, что станет величайшим препятствием обретению нами временного и абсолютного счастья. Это сродни нанесению себе большой раны, чтобы избежать мелкого пореза. В возмущении святого ума гуру гораздо больше вреда, чем в мелком нарушении. Нам нужно проверять, какое действие вреднее, и следует думать о том, что принесёт нам больше преимуществ. Принятие искусного решения зависит от понимания полных учений о преданности гуру.

Мы также можем растеряться, если два разных гуру дают нам разные, на первый взгляд, советы. Если нам кажется, что наши гуру друг другу противоречат, это наше собственное нечистое кармическое восприятие. Гуру Будда Шакьямуни учил, что нам нужно делать то, что соответствует Дхарме и приносит нам больше пользы. Мы можем использовать свой интеллект и понимание Дхармы, чтобы это проанализировать. Не возмущая ум обоих гуру, мы следуем совету того из них, который приносит больше блага другим живым существам.

Конечно, из-за нашей кармы и недостатка благих заслуг возможно также услышать от гуру неверные ответы.

Нам нужно постоянно верить себя благому другу, и мы делаем это в соответствии с тем, что Гуру Будда Шакьямуни, лама Цонкапа и подлинники учителя линии преемственности объясняли в своих учениях. Мы решаем, выполнять ли поручения гуру, сверяя их с писаниями Гуру Будды Шакьямуни и индийских пандитов. Учение Будды – основное руководство для нашей практики. Если в своих поступках мы следуем учениям Будды, нам не грозит никакая опасность.



*(На фото – Серконг Дордже Чанг, Катманду, Непал, 1978 г.
Фотография Тхубтена Еше.)*

17. КАК ПРАКТИКОВАЛИ КАГЬЮПИНСКИЕ ЛАМЫ ПРОШЛОГО¹⁰²



Гомчен Кхампала, ньингмапинский практик медитации, который жил в Солу Кхумбу, дал мне одно сочинение, написанное его коренным гуру, Ронгпу Сангье, о котором я упомянул в предыдущей главе. Это невероятно трогательное учение о преданности гуру с цитатами из великих йогов, о том, как увидеть в позитивном свете такие действия, как убийство, воровство, половую распущенность, ложь и так далее. В нём показано, как использовать любой кажущийся недостаток для развития преданности.

Гомчен Ринпоче считался воплощением великого тибетского йогина Тангтонга Гьялпо. В 1975 году Гомчен Ринпоче прибыл в Копан, где я тогда давал учение, и попросил меня дать ему устную передачу «Гуру-йоги ламы Цонкапы». Он хотел, чтобы это состоялось во время курса со всеми западными учениками, что я и сделал. Когда мы после этого попросили его произнести речь, он стал говорить о преданности гуру (см. Приложение 7). Он не был учёным, но являлся великим практиком, который много лет медитировал в горах, и поэтому, естественно, каждое его слово было для нас очень полезно.

Марпа, Миларепа, Гампопа и прочие кагьюпинские ламы прошлых времён практиковали гуру-йогу, пытаясь воспринимать каждое действие гуру, в том числе его ошибки, как нечто чистое. Эти кагьюпинские ламы породили полный путь к просветлению и стали просветлёнными за одну краткую жизнь, практикуя гуру-йогу как самое сердце пути.

Кагьюпинские ламы прошлого развивали в себе чистое восприятие действий гуру следующим образом:

Каждое деяние сведущего гуру хорошо,

Каждое его деяние – достоинство.

Даже если гуру притворяется мясником или лишает жизни человека,

Это значимо, это благотворно:

Несомненно, он сострадательно руководит живыми существами!

Эта строфа, возможно, указывает на перенос сознания злоумышленника в чистую землю. Есть разнообразные способы это сделать с помощью оружия или медитации. Например, посредством медитаций на гневные тантрические огненные пуджи сознание человека можно отделить от его тела и перенести в чистую землю.

Даже если гуру убивает человека, вы должны думать, что он, безо всякого сомнения, сострадательно отправил убитое существо из низших миров в высшие. Если гуру делает то, что повергает вас в смятение, например, он не заботится о других или причиняет им вред, вы должны подумать, как говорили кагьюпинские ламы: «Несомненно, он сострадательно ведёт этих живых существ». Или подумайте: «Если бы их оставили в их нынешнем состоянии, они бы жестоко страдали. Вместо этого их неблагая карма очищается и их с великим состраданием ведут в высший мир».

В древние времена в Тибете даже палачи, которые рубили головы преступников, на самом деле являлись воплощениями Ченрези, как и царь, министр и судья, хотя внешне они выглядели как обычные люди, совершающие тяжкие злодеяния.

Также и мясник позади дворца Потала, который внешне казался обычным человеком, на самом деле был воплощением Ямантаки.

Однажды один монах, который очень скупился на деньги, умер. После его смерти близкие ученики обыскали его комнату, чтобы выяснить, где он хранил свои деньги, и использовать их на пуджи и подношения монахам в монастыре с просьбой помолиться об их учителе. Они нигде не нашли денег. Один ученик вспомнил, что их учитель часто ходил в одно местечко неподалёку от монастыря, где он иногда видел, что гуру копается в земле. Ученик предположил, что деньги могли быть закопаны там. Когда тот ученик и некоторые другие монахи отправились в то место, они обнаружили там яму, покрытую пло-

ским камнем. Разгребя грязь, они увидели спрятанный мешок с деньгами, но его держал в своих клешнях гигантский рак. Из-за своей скупости тот учитель переродился раком.

Когда ученик отправился к Пхурчогу Джампа Ринпоче, чтобы спросить, что ему делать, Ринпоче посоветовал ему поднести рака мяснику, торговавшему в лавке позади дворца Потала. Тот ученик принёс рака мяснику, и мясник, казалось, удивился, спросив: «Кто приказал тебе принести его сюда?». Ученик сообщил, что ему посоветовал это сделать Пхурчогу Джампа Ринпоче. Вначале мясник отругал ученика, но в конце концов принял рака. Он положил рака на доску и ножом разрубил его пополам. Потом он съел половину, а другую выбросил.

Ученик вернулся к Пхурчогу Джампа Ринпоче и рассказал, что произошло. Ринпоче сказал: «Теперь всё встало на свои места. То, что он половину съел, а другую выбросил, означает, что сознание учителя было перенесено в чистую землю».

Есть много похожих историй, иллюстрирующих, что зачастую мы не можем определить, кем являются другие люди. Хотя мы можем воспринимать их как обычных злодеев, трудно принимать внешнюю видимость за истину. И трудно утверждать, являются ли некие люди злодеями, какими мы их видим.

В целом, поскольку мы не способны увидеть уровень ума других существ, у нас не должно быть стереотипа о том, что некто – обычный человек или злодей, лишь потому, что мы видим, как он совершает злодеяния. Мы можем заметить в ком-то недостатки и решить, что эта видимость – истина. Но настолько доверять нашим представлениям о конкретности или обыденности опасно, потому что это может помешать возникновению прозрений в нашем уме.

*Даже если гуру являет половую распущенность,
Это означает единение метода и мудрости
И делается для того,
Чтобы обрести и взрастить свершения.*

Обретение и возвращение свершений на духовном пути может быть связано с субъектом, добродетельным учителем, поскольку практикующий йогин осуществляет остаток тантрического пути и состояние Ваджрадхары, быстро пресекая двойственное восприятие. Однако это также можно понять с точки зрения умирения ума других живых существ – их сильной

неудовлетворённости и других омрачающих эмоций – и развития прозрений на пути.

Практиковать нужно так, чтобы рассматривать половую распущенность как чистое деяние, что пресекает неверие и другие заблуждения, служащие тяжелейшими препятствиями осуществлению этапов пути к просветлению.

*Даже если гуру лжёт другим,
Он ведёт живых существ
По пути к освобождению
При помощи различных средств.*

Именно так мыслили кагьюпинские ламы прошлых времён, чтобы добиться чистого восприятия лжи гуру.

*Даже если гуру являет воровство,
Он превращает чужое имущество в заслугу.
Это способ умиротворить нищету
Тех живых существ.*

Иными словами, имущество используется для накопления заслуг ради тех живых существ. Это умиротворяет карму, которая привела к их нищете и отсутствию средств к существованию. Таков совет, о чём размышлять, чтобы увидеть воровство гуру как чистое деяние.

*Если гуру являет ругань,
Это – гневная мантра, безусловно, устранимая препятствия.*

Если гуру являет побои, это благословение и источник всех свершений.

Преданные удовлетворены и полны радости.

Преданные, почтительные ученики видят ругань и побои гуру как чистые деяния и только как помощь в очищении их неблагой кармы. Мысли о том, что деяния гуру лишь идут им на благо, наполняют их радостью. Практика гуру-йоги – это не критика гуру, но памятование о его доброте и помощь в обретении свершений на пути.

Здесь знаменитым примером является Миларепа, чей гуру, Марпа, много его ругал и бил. Но сколько бы Марпа этого ни делал, его преданность гуру Миларепы оставалось непоколебимой.

Это напоминает историю о пожилом монахе, который был помощником геше Нгаванга Даргье. Когда я шесть месяцев учился в школе в Далхузи¹⁰³, геше Нгаванг Даргье иногда приходил в школу по воскресеньям, потому что один из обучавшихся в ней гелутпинских лам был учеником Геше-ла.

Однажды Геше-ла пригласил меня в свой дом в Далхузи на обед. Поэтому как-то в воскресенье мы с двумя другими ламами-перерожденцами отправились к нему в гости. Я думаю, Геша-ла хотел угостить нас мо-мо, но вместо этого его помощник подал на стол хлеб и овощи. После этого Геше-ла ругал этого старого монаха около двадцати минут. Он очень, очень долго ругался.

Я сидел там, думая: «Если бы я был учеником Геше-ла, я бы такого не стерпел! Я сразу бы сбежал!». Но этот старый монах был отличным примером практики преданности гуру. Его не считали учёным, и я даже не уверен, что он имел звание «геше», но его ум был невероятен. Я думал, что от такой ругани он просто рассыплется в прах, но он даже не изменился в лице. У него не покраснели ни нос, ни уши, а глаза не полезли на лоб. Не было ни малейшей реакции. Выражение его лица оставалось бесстрастным, словно Геше-ла ему ничего не сказал.

Я был в том доме только один раз и провёл там час, но уверен, что Геше-ла ругал его не только в тот день, но долгие годы. Полагаю, этот монах достиг великих свершений.

Геше Дога¹⁰⁴ рассказал мне, что этот монах допивал, бывало, небольшие остатки воды после мытья геше Нгаванга Даргье по утрам. Это доказательство его нерушимой преданности гуру. У некоторых монахов может не быть звания «геше» или репутации учёного и опытного в диспутах человека, но их практика и достижения очень вдохновляют.

*Даже если гуру являет убийство одновременно ста человек,
Это, безусловно, лишь деяние будды,
приносящего благо живым существам.*

*Даже если гуру являет развлечения с сотнями царевен,
Это запредельная мудрость великого блаженства, махамудра.*

Если наш учитель не даёт нам разрешение не считать его своим благим другом, как только установлена связь в Дхарме, наш долг как учеников – правильно верить себя этому гуру. Что бы ни произошло после установления связи в Дхарме, даже

если наш гуру совершит все десять недобродетелей или убьёт миллионы людей, наш долг – практиковать преданность гуру. Что бы ни делал гуру, ради собственного блага мы не должны позволять неверию или другим дурным мыслям о гуру возникнуть в нашем уме, как Будда объяснил в сутрах, а лама Цонкапа – в ламриме. Нам нужно стараться видеть всё, что делает гуру, как благо. Если мы допускаем неблагие мысли о гуру, это вредит обретению духовных свершений и просветлению. Укрепив свой ум, мы должны практиковать осторожно, думая о собственной прибыли.

Мы не должны отказываться от добродетельного учителя, думая, что он нам больше не гуру, потому что не практикует Дхарму или убивает живых существ, ворует, дерётся с другими, гневлив или не соблюдает обеты. Даже если у гуру сотня жён, или он идёт на войну и убивает миллионы людей, ничего не поделаешь. Нам по-прежнему следует практиковать преданность гуру. Нельзя сначала признать кого-то своим добродетельным учителем, а потом решить, что он больше не наш гуру. Как только установлена связь, ничего не изменить.

Однако это не означает, что если наш гуру пьёт вино, то и нам надо его пить, а если наш гуру курит, то и нам надо курить. Это не означает, что, если наш гуру не соблюдает обеты, и мы должны их нарушить. Если мы замечаем ошибки в действиях гуру, такие как критика других школ, нам не нужно ему подражать и осуждать другие традиции. Думая: «Мой гуру же это делает, так почему и я не могу?», мы ошибаемся в практике преданности гуру.

Если наш гуру каждый вечер отправляется в город и проводит ночи с проститутками, это не означает, что мы должны поступать так же. Возможно, если уровень нашего сознания подобен уму Шестого Далай-ламы, мы можем всё это делать. Однако я не говорю, что все гуру, ведущие себя подобным образом, обладают тем же уровнем сознания. Если мы достигли стадии завершения в тантре, то можем подражать Шестому Далай-ламе, который каждый вечер в Лхасе посещал разные бордели и спал с проститутками. Чтобы доказать многим людям, которые его осуждали, что он не потерял ни капли спермы без своего контроля, однажды он поднялся на крышу дворца Потала и справил малую нужду. Перед тем, как его моча пала с крыши на землю, он вновь вобрал её в своё святое тело.

Нам нужно практиковать в соответствии с уровнем нашего ума, ведь именно он определяет, имеем ли мы право делать то же самое, что гуру, или нет. Мы можем подражать тем действиям гуру, что соответствуют Дхарме, но, опять же, согласно уровню нашего сознания. Не стоит копировать всё, что делает гуру, думая: «Я должен так поступить, потому что так поступает мой гуру», и также нет необходимости его осуждать. Если мы можем чисто воспринимать действия гуру, это хорошо, потому что идёт нам на пользу, но даже если мы не способны на такое чистое восприятие, всё равно не нужно его критиковать.

Великий кагьюпинский йогин Дрогоп Цангпа Гьяре сказал:

Если ты не делаешь ничего неблагоприятного в отношении сведущего владыки, но при этомрываешь все отношения с другими людьми, это неважно. Да будет так. Но если ты совершаешь неблагоприятное в отношении сведущего владыки, пусть даже все остальные живые существа станут твоими друзьями, какой от этого прок?

Цангпа Гьяре говорит, что, пока мы не совершаем ошибки в отношении благого друга, неважно, рассорились ли мы со всеми остальными людьми в мире. Если нам приходится выбирать между нарушением самаи с нашим гуру и разрывом отношений с обычным другом, даже если последний был очень добр и много нам помогал, лучше порвать с другом. Если же дружба с другими означает слушание советов гуру или даже угрожает нашей самае, в таких отношениях нет смысла. Порвите их, и пусть они прекратятся.

Если мы совершаем ошибку в отношениях с благим другом, даже пусть всё население мира станет нашими близкими друзьями, это будет бесполезно, потому что у нас не будет успеха ни в жизни, ни в развитии ума. Если наш гуру несчастен или нами недоволен, пусть даже мы приносим радость всем остальным существам в мире, это ничего не значит. У нас нет счастья в этой жизни, и не будет в будущем. Не будет ни освобождения, ни просветления.

Как упомянуто в учениях ламрим, если мы нарушили самаю с одним гуру, но при этом сохранили отношения со всеми остальными гуру, у нас всё равно не возникнет свершений. И если после установления связи в Дхарме мы, даже не отказываясь от благого друга, его оставляем или забываем вве-

рять ему себя в мыслях и на деле, это нанесёт нам жестокий ущерб. Вот важные положения, о которых стоит размышлять, если нас интересует развитие ума ради себя и других живых существ.

Именно так кагьюпинские учителя прошлых времён практиковали гуру-йогу: они считали все действия гуру чистыми. Подобное мышление не допускает дурных мыслей о гуру или предвзятости. Является гуру чистым или просветлённым или нет, если мы со своей стороны так практикуем, пытаясь увидеть его действия чистыми, это пресекает гнев, неверие и другие отрицательные мысли. Без этих препятствий мы можем быстро породить прозрения на путях сутры и тантры.

Достижение просветления за эту короткую жизнь эпохи упадка зависит от нашей способности пресекать дурные мысли о гуру. Даже если у нас нет преданности, видящей гуру как будду, чтобы быстро породить свершения на пути, важно, по крайней мере, пресечь отрицательные мысли о гуру. Тогда мы сможем тренировать ум на остальном пути и обрести духовные прозрения.

Его Святейшество Далай-лама часто говорит: «Даже если вы не способны увидеть в гуру будду, главное – не позволяйте, чтобы у вас возникали о нём заблуждения». Благодаря этому вы не создадите препятствий собственному успеху на пути к просветлению. В этом вся суть. И по этой причине ламы традиции кагью практиковали преданность гуру, возвращая чистое восприятие учителя.

18. ИСКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ГУРУ, НЕОБЫЧАЙНЫЕ УЧЕНИКИ



Как часто говорит Его Святейшество Далай-лама, когда встречаются особенный гуру и особенный ученик, подобно Тилопе и Наропе или Марпе и Миларепе, ученик мгновенно, без малейших колебаний, следует каждому слову гуру.

Тилопа и Наропа¹⁰⁵

Великий йогин Тилопа, гуру Наропы, родился в Сахоре, в восточной Индии. У Тилопы были невообразимые благие качества, и он являлся во многих аспектах то как монах, то как голый йогин. Было много, много Тилоп – иногда казалось, что он повсюду!

Тилопа был просветлённым существом, Буддой Ваджрадхарой, и использовал искусные средства в наставлениях Наропе, чтобы тот очистил многие кальпы неблагой кармы и омрачения и очень быстро достиг просветления. Перед тем как дать Наропе учения, Тилопа подверг его двенадцати великим тяготам¹⁰⁶, которые стали угрозой для его жизни, и двенадцати тяготам малым¹⁰⁷. Тилопа двенадцать раз просил Наропу делать то, что чуть не губило Наропу. Каждый раз, когда Наропа умирал, Тилопа приходил и благословлял его, спасая ему жизнь. Всё, что Тилопа требовал от Наропы, было очень опасно; он не просил его удаляться в пещеру для медитации. Поскольку Наропа преодолел все эти тяготы, он стал великим йогиним в той самой жизни; затем, после кончины, он достиг просветления в промежуточном состоянии.

Сердечный ученик Тилопы, Наропа, родился в Шринагаре, также в восточной Индии. Наропа стал великим учёным, знатоком пяти наук, и обрёл духовные свершения. Когда Наропа

находился на кладбище, проводя затворничество ради осуществления тайной мантры под названием «Семь слогов»¹⁰⁸, одна дакиня явилась ему на рассвете во сне и предрекла: «О сын благородной семьи, тебе нужно отправиться на восток, где живёт йогин по имени Тило. Ты должен получить у него учения махамудры». Наропа, казалось, гордился своими знаниями, поэтому та дакиня ему сказала, что ему ещё предстоит многому научиться и найти своего гуру, Тилопу.

Наропа не спросил её, где находится Тилопа, и просто отправился на восток. Он осведомился у некоторых монахов, которых встретил по пути: «Видели ли вы йогина по имени Тилопа?». Монахи ответили: «Мы не встречали йогина по имени Тилопа, но здесь есть некто Муттуова Тилопа». Поскольку Тилопа внешне походил на садху, монахи, должно быть, решили, что он индуист.

Когда Наропа, наконец, прибыл в храм, где жил Тилопа, он увидел йогина в красных одеждах, ветхих и дырявых. Он сидел в одном ряду с монахами, которые вкушали свою трапезу. В левой руке Тилопа держал четыре или пять живых рыб, при этом разведя костер. Затем Тилопа заживо зажарил этих рыб.

Наропа подумал: «То, что делает этот человек, ужасно!». Он усомнился в том, что это – Тилопа.

Тилопа был неприятен тем монахам, и они его не уважали. Некоторые из монахов подошли к Тилопе с палками, вознамерившись его побить, говоря: «Почему ты сюда приходишь и сидишь с нами в одном ряду?». Тилопа ответил: «Если вам это не по нраву, убирайтесь прочь сами!». После этого он щёлкнул пальцами над рыбами, и все рыбы, которых он зажарил, улетели в пространство.

Тогда Наропа подумал: «Это чудесно! Это точно Тилопа!».

Когда Тилопа оживил рыб, монахи поняли, что он великий йогин. Они все сделали по три простирания перед Тилопой, трижды вокруг него обошли и дружно попросили у него прощения. Тилопа принял их извинения. Наропа подумал: «Это определённо Тилопа! Теперь сомнений не осталось». Наропа тоже сделал три простирания и три обхода вокруг гуру. Затем он поставил стопы Тилопы на свою голову и сказал ему: «Было пророчество о том, что я должен сюда прибыть. Я молю тебя вывести меня из сансары».

Тилопа, ничего не ответив, просто удалился. Хотя Тилопа не

проронил ни слова, Наропа последовал за ним. Когда Наропа пришёл вслед за Тилопой в бамбуковую рощу, он упал в яму, и ствол бамбука вонзился в его спину. Тилопа избил Наропу по спине этой бамбуковой палкой и затем посмотрел ему в глаза. Опять же, ничего не сказав, Тилопа ушёл.

Наропа продолжал следовать за Тилопой, и через три дня Тилопа его спросил: «Ты болен?». Наропа взмолился к Тилопе: «Прошу, оставайся здесь». Тилопа, не говоря ни слова, опять ушёл. Наропа так занедужил, что просто остался лежать на земле. Через три дня Тилопа вернулся. Он приложил руку к телу Наропы, и боль у Наропы прошла. С того времени ему было дано имя «Наропа». Я думаю, потому, что Наропа лежал в песке, как труп.

Наропа продолжал следовать за Тилопой. Однажды некая семья пригласила монахов на трапезу и Тилопа с Наропой сидели с ними в одном ряду в том доме, ожидая, когда им подадут пищу. Перед тем как угощение было подано, Тилопа сказал Наропе: «Я так голоден, что не могу ждать! Сейчас же иди и попроси еды!». Наропа, не колеблясь, пошёл к хозяевам, но они ему сказали: «Как мы можем накормить тебя, не поднеся пищу Сангхе?».

Тогда Наропа положил немного пищи в свою чашу и сбежал. Семья догнала Наропу и избивала его палками до полусмерти. Когда Тилопа взглянул на одного из преследователей Наропы, тот остолбенел и не смог пошевелиться. Затем Наропа поднёс пищу Тилопе. Тилопа благословил Наропу и Наропа исцелился.

В другой раз Тилопа поднялся на крышу храма и сказал Наропе: «Любой способный ученик, который не преступает наказы гуру, бросился бы отсюда». Наропа подумал: «Тут нет других учеников. Наверное, он говорит обо мне».

Наропа прыгнул с крыши храма и сломал обе ноги. Тилопа приблизился к нему и некоторое время просто на него смотрел. Потом он ушёл, оставив Наропу со сломанными ногами. Через два-три дня Тилопа вернулся и спросил: «Ты болен?». Наропа ответил: «Я стал подобен трупу. Я не могу встать. Ничего не могу делать». Тилопа вновь приложил свои руки к Наропе и его благословил. Боль утихла и Наропа исцелился.

Однажды, когда Тилопа прогуливался с Наропой, он собрал немного цветов, свил их в гирлянду и дал её Наропе. Они оба сопровождали одну девушку на свадьбу. Тилопа сказал Наропе:

«Повесь цветы ей на шею. Эта девушка и все мужчины обрадуются, и мужчины сделают тебе подарок. Но когда они будут дарить тебе подарок, не принимай его, а вместо этого пощупай грудь девушки».

Наропа подошёл к девушке и поднёс ей цветочную гирлянду. Когда он вешал ей на шею цветы, двое мужчин приблизились к Наропе, чтобы сделать ему подарок. Тогда Наропа потрогал девушку за грудь. Мужчины пришли в ярость, связали его руки верёвкой и избили до полусмерти.

Тилопа пришёл и спросил Наропе: «Что случилось? Что ты натворил?». Наропа ответил: «Я сделал в точности то, что приказал мне гуру, но мужчины, которые сопровождали ту девушку, меня связали». Тогда Тилопа протянул руки и благословил его, Наропа вновь исцелился.

В другой раз супруга царя Индрабхути пригласила Тилопу провести ритуал цог. Она расставила подношения и позвала всех на пуджу. С того места, где были расставлены подношения цог, супруга царя Индрабхути, не отправляясь к Тилопе, просто воззвала к нему: «О Тилопа, Шераб Зангпо, люди говорят, что у тебя есть ясновидение. Прошу прибыть на мою пуджу!». Затем она поднесла монахам пищу. Когда пищу разносил Наропа, один из монахов ударил его по голове со словами: «Ты даёшь мне еду после полудня»¹⁰⁹. Наропа подумал: «Мой гуру Тилопа явил себя в облике полностью посвящённого монаха. Это означает, что у моего гуру, несомненно, есть свершения». И вновь последовал за Тилопой.

Со временем Тилопа зашёл в лес, но когда пытался войти в чащу, всё время поворачивал назад. Наропа удивлённо наблюдал за ним, не понимая, что стряслось. Затем Наропа понял, что Тилопе, казалось, было трудно перепрыгнуть через небольшую лужу. Он также увидел, что в воде плавает много пиявок. Наропа подумал: «Раз моему гуру Тилопе так трудно перейти через эту лужу, я использую своё тело как мост».

Тилопа на это согласился, и Наропа распластался над водой. Тилопа очень медленно прошёл по его телу, что заняло у него много времени. Когда Тилопа перешёл и Наропа поднялся, всё его тело было покрыто пиявками, сосущими его кровь. Увидев это, Наропа задрожал и лишился чувств.

Тилопа ушёл и вернулся через три дня. Тилопа спросил Наропу: «Ты болен?». И Наропа ответил: «Я чувствую себя тру-

пом». И опять Тилопа приложил руки к телу Наропы, и боль утихла.

Ещё как-то раз Тилопа с Наропой были на кладбище. Наропа отправился просить пищу, и ему попалась невероятно вкусная еда, которой он доселе не пробовал. Наропа решил, что будет жалко съесть всё самому, поэтому оставил часть этой пищи для подношения гуру. Когда он поднёс ту пищу Тилопе, тот её с удовольствием вкусил, чмокая губами, чтобы Наропа мог накопить заслуги. Затем он сказал Наропе: «Эти твои овощи очень вкусны!». Наропа был вне себя от счастья. Он подумал: «До сих пор ничего, из того, что я подносил моему гуру, его не удовлетворяло, но этому подношению он очень рад. Пойду-ка я попрошу добавки!». Тилопа разрешил, и Наропа отправился за новым подаянием тех вкусных овощей, но нигде не смог их найти.

В Индии существовал закон, что можно просить подаяние пищи только раз в день, а не два. Наропа повсюду искал ту вкусную еду, но не мог её раздобыть. Наконец, он нашёл горшок такой пищи в доме одной семьи и, схватив его, убежал. Мужчины из того дома погнались за Наропой, поймали его и приковали цепью к столбу так, что он не мог сдвинуться с места. Затем пришёл Тилопа и спросил: «Что ты натворил?». Наропа объяснил ему всё, что случилось. Тилопа вновь прикоснулся рукой к телу Наропы, и его боль прошла.

В другой раз Тилопа сказал Наропе: «Пока ты находишься на этой гигантской равнине, не отдыхай, не пей и ничего не ешь. Просто продолжай идти». Наропа в точности последовал совету Тилопы. Через какое-то время, поскольку он непрерывно шёл, без отдыха, пищи и воды, он рухнул от истощения. Наропа уже умирал, когда к нему подошёл Тилопа и спросил: «Что произошло?». Наропа объяснил: «Я в точности исполнил наказ гуру». После того, как Тилопа прикоснулся рукой к телу Наропы, тот вновь исцелился.

Однажды Тилопа собрал три больших бревна и разжёг костёр. Потом он спросил: «Есть тут кто-нибудь, кто может посидеть в этом костре?». Так как вокруг больше никого не было, Наропа подумал: «Наверное, он обращается ко мне». И сел посреди костра. Вся его плоть сгорела, и остались лишь белые кости. И снова Тилопа совершил движение рукой, и Наропа исцелился.

Позже Тилопа как-то сказал Наропе: «Ты должен привести сюда царевну», и Наропа отправился её искать. Он ждал у дворца, пока царевна не вышла, и тотчас же её похитил. Царская свита схватила и связала Наропу. На этот раз, просто подумав: «Я делаю это ради своего гуру», – Наропа был освобождён.

В другой раз в те края в экипаже приехала жена министра. Тилопа вновь спросил: «Есть тут кто-нибудь, кто может украсть эту жену министра?». Наропа подумал: «Он, наверное, говорит обо мне», и отправился похищать жену министра. Министр и его свита схватили Наропу и отрубили ему руки и ноги. Наропа подумал: «Разве можно после такого выжить?». Не успел он об этом подумать, как перед ним внезапно предстал Тилопа и сказал: «Что ты натворил?». Наропа ответил: «Я пытался украсть жену министра, и министр отрубил мне конечности». Тогда Тилопа приставил куски отрубленной плоти к Наропе, вновь прикоснулся рукой к его телу, и Наропа исцелился.

Во время всех этих испытаний у Наропы ни разу не возникло неверие в Тилопу. Наропа сам сказал: «В те времена у меня не породилось ни единого сомнения в моём гуру».

Таким образом, Наропа двенадцать лет выполнял в точности всё, что советовал ему Тилопа, и испытал двенадцать великих тягот. После того как Наропа пережил эти двенадцать тягот в служении Тилопе, однажды Тилопа спросил его, хочет ли он учений. Когда Наропа попросил посвящения, Тилопа сказал, что он должен поднести ему мандалу. Поскольку вокруг не было ничего, что можно было бы поднести как мандалу, Наропа помочился на песок и сделал подношение мандалы мокрым песком. Тилопа швырнул этот мокрый песок в лицо Наропе и сразу же попросил его посмотреть на небо, где Наропа увидел полную мандалу Херуки необычайно прекрасных цветов. Наропа преобразовал мандалу Херуки в пространстве, сам превратился в Херуку и посвятил Наропу в мандалу.

Все двенадцать великих и двенадцать малых тягот, которые Наропа испытал, следуя советам Тилопы, были его предварительной практикой. Выполняя эту практику, Наропа очистил свои кармические загрязнения, и, когда его ум стал восприимчивым, запредельная мудрость Тилопы проявилась в мандале Херуки в пространстве, и он дал Наропе посвящение.

Однажды Наропа сделал перед Тилопой постирания, обошёл вокруг него и попросил: «Пожалуйста, будь моим провод-

ником!». Тилопа не ответил – он просто сидел и озирался вокруг. А затем снял с себя ботинок и ударил им Наропу прямо в межбровье. Наропа тут же лишился чувств. Придя в себя, он внезапно ясно увидел все слова и значения четырёх классов тантр. Тогда Тилопа дал Наропе особые наставления о кратком слоге АХ¹⁰.

Наропа подумал: «Я служу моему гуру и теперь считаю, что гуру мной доволен и хранит меня в своём сердце. Я получил благословение и уже завершил свои труды». А потом он подумал: «Поскольку я обрёл как понимание писаний, так и свершения, что мне делать? Должен ли я учить или медитировать?». Наропа отправился к Тилопе, чтобы спросить его совета.

В то время у Тилопы была капала, наполненная тёплыми экскрементами, от которых исходил пар. Используя в качестве ложки человеческое ребро, Тилопа сказал Наропе: «Съешь это и попытайся постичь смысл». После этого Тилопа ушёл. Наропа съел экскременты без малейшего отвращения или колебаний. Когда он их ел, помимо прекрасного аромата, он также ощутил сотню вкусов¹¹, доселе им не изведанных. Наропа подумал: «Как экскременты в этом черепе, так и человеческое ребро, – грязные вещи, но благословение Тилопы прекратило их в нечто вкусное». И затем ему подумалось: «Это говорит мне, что, если я не практикую Дхарму, всё моё тело – одни нечистоты. Но если я практикую Дхарму, если медитирую, эти нечистоты станут благословением. Следовательно, это указание на то, что я должен медитировать». Именно так понял данный урок Наропа.

Затем пришёл Тилопа и спросил Наропу: «Ты понимаешь?». Когда Наропа рассказал Тилопе о том, что он понял, Тилопа сказал: «Всё верно».

Наропа сделал перед Тилопой простираения и вновь за ним последовал, на сей раз – в большой город. Там люди стали говорить: «Прибыл очень хороший йогин», и многие пришли к нему с подношениями. В то время Наропа нашёл большой горшок, полный жемчуга. Он был очень этому рад. Думая: «Мой гуру очень добр ко мне, да и моё служение не мало», Наропа пошёл к Тилопе, чтобы поднести ему горшок с жемчугом. Прочтя мысли Наропы, Тилопа решил: «Наропа пока не является великим йогиним». Чтобы избавить Наропу от гордыни, Тилопа воссел на невероятно высоком троне из жемчуга.

Увидев Тилопу, сидящего на жемчужном троне, Наропа подумал: «Мой гуру Тилопа так богат, что в моём подношении ему этого горшка, полного жемчуга, нет ничего особенного». Тогда он насыпал жемчужины в мандалу и ушёл.

Наропа добрался до дома кузнеца и там уснул. Рано утром, когда он встал, чтобы заняться своей практикой, кузнец подумал: «Наверное, уже рассвело». Когда кузнец понял, что до рассвета ещё далеко, он так сильно ругал Наропу, что тот не мог медитировать. Наропа разозлился и стал много раз себя спрашивать: «Кто в этом виноват?». Наконец, он понял: «Это моя собственная вина – я должен отсечь свой гнев под корень». Тогда Наропа избавился от гнева и постиг нерождённую природу неведения (это означает, что он постиг отсутствие у неведения истинного рождения). Затем Наропа осознал, что смог этого достичь благодаря доброте его гуру. Он отсёк под корень все дхармы, то есть, отсёк корень сансары.

Оттуда Наропа отправился в великий монастырь Наланда, где обучались сотни пандитов. В Наланде было четверо врат и каждые из них охранял пандит, который был обязан вступать в диспут с учёными индуистами. У восточных врат находился Праджнякара; у южных – Кришначарья; у западных – Ратнакарашанти. Но не было пандита, охранявшего северные врата. И местный царь попросил Наропу их охранять.

Когда царь попросил Наропу стать четвёртым защитником, Наропа подумал: «Раньше, когда я был с моим гуру Тилопой, он советовал мне не становиться пандитом, охраняющим четвёртые врата Наланды, но это деяние Дхармы так значимо, что, возможно, не случится ничего страшного, если я его сделаю». Наропа пообещал царю исполнить его наказ. Царь поклонился Наропе в ноги, после чего дал ему посвящение и учения.

Однажды, когда Наропа охранял северные врата монастыря Наланда, к нему на диспут пришёл один индуистский пандит. В тот первый день индуист победил в споре и Наропа, казалось, не мог одержать над ним верх. Монахи Наланды подумали: «Завтра Наропа вновь проиграет диспут». Той ночью Наропа молился Тилопе: «Гуру Тилопа, прошу, помоги!». Тогда Тилопа явился перед Наропой. Огорчённый, Наропа обратился к Тилопе, сказав ему, что он в тот день проявил к нему мало сострадания: «Ты не помог мне победить в диспуте!». Тилопа ответил: «Я был прямо перед тобой, но ты проиграл, потому

что ослушался моего совета не спорить с индуистами в Наланде». Затем Тилопа сказал: «Завтра, когда будешь вести дебаты с этим индуистом, сложи руки в угрожающей мудре».¹¹²

На следующий день во время диспута с индуистом Наропа сделал в точности то, что посоветовал ему Тилопа. Он указал на индуиста угрожающей мудрой, и, увидев эту мудру, все индуисты содрогнулись. Все они были побеждены, и им пришлось обратиться в буддизм.

В другой день у северных врат Наланды замертво упал огромный слон. Все были этим очень обеспокоены, ведь если бы труп слона остался там, все жители северной стороны заболели бы. Но тело было так огромно, что его нельзя было унести. Наропа вырыл большую яму вблизи от города, перенёс своё сознание в труп слона и переместил его тело в ту яму. После этого Наропа вновь вернулся в своё прежнее тело.

Однажды Наропа пошёл совершить омовение, но свой защитный амулет¹¹³, который обычно носил на себе, оставил на крыше свинарника, чтобы его не намочить. Прилетела ворона и, схватив его амулет, попыталась улететь. Наропа сделал угрожающую мудру, и просто глядя на ворону, её парализовал. Это свидетельствовало о том, что Наропа осуществил тантрические деяния.

Когда-то Наропа жил подаянием и протягивал людям свою чашу из черепа, питаясь всем, что ему достанется. Однажды, вместо того чтобы положить пищу в чашу Наропы, разбойники кинули в неё нож. Наропа повращал ножом, и нож растаял, став нектаром, который он выпил.

Наропа совершил множество удивительных деяний, правильно веря себя своему благому другу Тилопе. В результате он обрёл великие свершения, что и доказал этими разнообразными деяниями, на которые простые люди не способны. Затем Наропа осуществил махамудру. В его святом уме возникли невообразимые достоинства, и он достиг просветления в промежуточном состоянии.

Марпа и Миларепа¹¹⁴

Миларепа – один из наиболее вдохновляющих примеров несравненной преданности гуру. У Миларепы была так велика преданность, что ничто не могло на неё повлиять. Читая жизнеописание Миларепы, мы хотим ему подражать. Мы хотим

обрести такие же духовные свершения, какие были у Миларепы, и найти добродетельного учителя, такого же, как Марпа.

Мне впервые довелось прочитать о жизни Миларепы когда я жил в Солу Кхумбу, маленьким мальчиком лет шести-семи. Я полагаю, в детстве мой ум был яснее, потому что во время чтения жизнеописания Миларепы меня даже посещали какие-то видения.

У меня было горячее желание найти такого же, как у Миларепы, гуру – Марпу. Когда я впервые отправился в Тибет со своими двумя дядями и остановился в Ташилхунгпо, монастыре Панчен-ламы, там я встретил монаха-шерпу, Гьялцена, который напоминал тупицу. Он носил чёрный шемтаб, испачканный маслом, и у него при себе всегда был длинный ключ. Похоже, он никогда не учился и не ходил на пуджи, в основном путешествуя из монастыря в город Шигадзе и обратно.

Мы пробывали в Ташилхунгпо неделю. Мы не посещали пуджи, но, когда пуджа заканчивалась, вставали в ряд монахов за денежными подношениями. Я полагаю, нами руководил Гьялцен. В последний вечер перед нашим отъездом Гьялцен стал упорствовать, чтобы я остался и стал его учеником. Оба моих дяди согласились с тем, что я должен остаться. Но у меня не было ни малейшего желания быть его учеником! Мне тогда пришлось невероятно трудно. Кажется, я не спал всю ночь, думая о том, как бы мне этого избежать. Я не мог придумать выхода из положения. Не знаю, как это случилось, но, к счастью, наутро мои дяди разрешили мне отправиться с ними в путь.

Немного позже, в Пхагри, я встретил Лосанга Гьяцо, старшего монаха в монастыре Домо Геше. Когда я впервые с ним познакомился, он спросил меня, хочу ли я стать его учеником, и я ответил: «Да, хорошо». Всё это зависело от кармы. Я спросил Лосанга Гьяцо: «Можешь ли ты быть таким же, как Марпа?». Он сказал: «Да».

Думаю, мне очень повезло, что я встретил многих добродетельных учителей с теми же качествами, что у Марпы. Проблема в том, что мне не попался такой же гуру, как Марпа. Со стороны гуру всё выглядело безупречно: у них было всё то же самое, что и у Марпы, Миларепы и Наропы. Сложность только в том, что сам я не сделал ни одной практики.

В юности Миларепа по совету своей матери изучил чёрную магию и применил её, чтобы убить своих тётку и дядю, а также всех остальных людей, которые плохо обошлись с его семьёй. Он получил от одного ламы наставления и провёл необходимые затворничества. Затем он совершил ритуал чёрной магии, когда его тётка и дядя были на одном свадебном пиршестве в толпе народа. Многие люди пели и танцевали наверху, а их лошади и другие животные находились внизу. Миларепа прибегнул к чёрной магии, чтобы поддерживающие дом колонны сломались и дом обрушился. Все люди, которых было более тридцати, а также животные, погибли.

Позже Миларепа очень пожалел о своём поступке и захотел практиковать Дхарму. Лама, обучивший его чёрной магии, посоветовал ему попросить Дхарму у великого йогина по имени Марпа. Именно так Миларепа встретился с Марпой.

Хотя Марпа был просветлённым существом, воплощением Хеваджры, когда Миларепа его встретил, Марпа показался ему простым крестьянином, который пил пиво, распахивая поле, а его тело и одежда были покрыты пылью.

Миларепа сказал Марпе: «Я создал тяжкую неблагую карму, поэтому теперь пришёл, чтобы заняться практикой Дхармы. Мне нечего тебе поднести, кроме моих тела, речи и ума. Прошу, дай мне Дхарму, а также пищу и одежду». Миларепа попросил пищи и одежды, потому что у него вообще ничего не было.

Хотя Миларепа пришёл к Марпе только за учениями, Марпа много лет ни разу не давал ему посвящений или наставлений. Вместо этого Марпа лишь ругал его и нагружал тяжким физическим трудом. Марпа поручил Миларепе построить девятиэтажную башню, что-то вроде китайской пагоды. Думаю, эта башня до сих пор находится в Лходраке, на юге Тибета. Он приказал Миларепе возвести её самостоятельно, без посторонней помощи. Когда Миларепа закончил строительство, Марпа его не поблагодарил; он не сказал: «О, ты замечательно потрудился! Ты не устал?», Марпа просто велел ему снести башню и вернуть каждый камень на то место, где тот лежал раньше. Затем он приказал Миларепе вновь построить башню. Так происходило трижды. Спина Миларепы покрылась ранами и мозолями и загноилась от переноски камней. Но Марпа всё равно не давал Миларепе посвящений или учений.

Хотя Миларепа постоянно просил учений, Марпа долгое

время ему в этом отказывал. Поскольку Марпа никогда не давал ему личных учений или посвящений, каждый раз, во время публичного учения, Миларепа проникал внутрь и пытался его слушать, сидя в толпе людей. Но когда Марпа замечал его на посвящении или учении среди других учеников, он сразу же на него кричал или бил его, а затем выгонял. Вместо того чтобы давать Миларепе учения, Марпа только ругал его и избивал. Долгие годы Миларепа не получал от Марпы никаких учений, только страдал от его гнева. От не слышал от Марпы ни одного доброго слова. Миларепа не получал ни похвалы, ни благодарностей – только годы ругани и побоев.

Представьте, что вы встретили гуру, который так с вами обращается, публично вас ругает и выгоняет, если вы пытаетесь прийти на учения или посвящения. Если бы вы встретили гуру, который ведёт себя с вами так же, как Марпа с Миларепой, смогли бы вы это вынести? Сравнение себя с Миларепой помогает вам понять Миларепу и обрести в него сильную веру. Тогда вы поймёте, почему Миларепа стал просветлённым не просто за одну жизнь, но всего за несколько лет. Вы также можете понять, как Миларепа практиковал Дхарму, как он вверял себя Марпе, и то, почему, хотя вы встретились с Дхармой много лет назад, в вашем уме по-прежнему нет изменений, не говоря уже о прозрениях и свершениях на пути.

Если бы я отправился к ламе за учениями и с самого начала слышал одну ругань, я почувствовал бы крайнее уныние или гнев. Думаю, я убежал бы прочь – и, возможно, молился бы о том, чтобы никогда вновь не увидеть этого ламу. В наши дни на Западе могли бы сказать, что Марпа издевался над Миларепой. Если бы с кем-то сейчас обращались так, как Марпа с Миларепой или Тилопа с Наропой, началось бы расследование, связанное с нарушением прав человека и Марпа с Тилопой, скорее всего, угодили бы в тюрьму. Однако это был искусный метод Марпы, желающего быстро очистить тяжкую неблагодарную карму Миларепа и привести его к просветлению.

Все эти годы, сколько бы Марпа ни ругал Миларепу и ни бил его, Миларепа никогда не терял веру в Марпу, ни мгновения на него не гневался и не испытывал другие отрицательные эмоции. Миларепа просто делал всё, что просил Марпа: он полностью жертвовал собой, чтобы служить Марпе. С самого начала у Миларепа никогда не возникало неверия в Марпу. Его прак-

тика гуру-йоги была несравненной.

Миларепа практиковал преданность гуру с девятью установками, которые разъяснил лама Цонкапа в «Большом руководстве к этапам пути просветления», особенно с установками «как земля» и «как верная собака» (см. Приложение 8).¹¹⁶ Так же, как земля служит опорой для гор и других тяжёлых вещей, Миларепа смог выдержать весь груз бремени, которое на него возложил Марпа, и следовать данным ему советам. Верная собака, как бы плохо с ней ни обращался хозяин, никогда ему не мстит и не сбегает, но всегда остаётся у его ног. Точно так же, как бы плохо Марпа ни обращался с Миларепой, Миларепа никогда не гневался, не мстил и не сбегал: он неизменно оставался с Марпой. Не теряя свою преданность гуру, Миларепа всегда сохранял благой настрой ума. Обе установки подчёркивают следование гуру без огорчений.

Даже после того как Миларепа трижды воздвиг девятиэтажный храм и вытерпел много ругани и побоев, у Марпы по-прежнему не было намерения давать ему учения и посвящения. Он планировал нагружать его работой и дальше, чтобы, вынося больше тягот, Миларепа смог очистить больше неблагой кармы и быстрее достичь просветления. Марпа делал всё это в силу своего великого сострадания.

Однако супруга мудрости Марпы, Дагмема, сжалилась над Миларепой. Она тайком от Марпы посоветовала ему отправиться к ламе Нгюкпе, одному из учеников Марпы, и получить от него учения. В качестве подношений для ламы Нгюкпы Дагмема дала Миларепе украшения из короны Наропы и рубиновые чётки, которые Наропа подарил Марпе.

И Миларепа пошёл к ламе Нгюкпе. Много месяцев он медитировал в яме, которую вырыл в земле, но у него не возникло никаких постижений – не было даже ни одного хорошего сновидения – потому что Марпа не давал ему разрешения идти к ламе Нгюкпе. Хотя Миларепа получил учения от ламы Нгюкпы, во время затворничества у него не возникло благоприятных знаков. Когда Миларепа объяснил ламе Нгюкпе, что Марпа не дал ему разрешения у него учиться, лама Нгюкпа понял, что это ошибка, и отвёз Миларепу к Марпе, чтобы извиниться.

Дагмема продолжала настаивать на том, чтобы Марпа дал Миларепе учения, пока Марпа нехотя не дал на это согласие. Марпа не хотел давать ему учения и посвящения, и, даже когда

он это делал, желал, чтобы Миларепа продолжал испытывать тяготы, следуя его советам, ещё дольше. Говорят, что, если бы всё произошло по желанию Марпы, Миларепа достиг бы просветления быстрее. Таков был план Марпы. Хотя Миларепа всё равно стал просветлённым за одну короткую жизнь, у него на это ушло больше времени, потому что Дагмема заставила Марпу дать Миларепе учения и посвящения. Если бы она не настаивала и план Марпы осуществился, Миларепа достиг бы просветления раньше.

Даруя учения Миларепе, Марпа не сидел на троне, как этого требует традиция. Однажды он схватил Миларепу и трижды ударил его головой об пол. Затем он сказал, чтобы Миларепа посмотрел на небо, и там Миларепа увидел мандалу Хеваджры. Марпа, достигший объединённого состояния более-не-учения, преобразовал мандалу в пространстве и, превратившись в Хеваджру, посвятил в неё Миларепу.

После того как Миларепа получил все учения и необходимые наставления, Марпа посоветовал ему отправиться на гору Кайлаш и в другие святые места в Гималаях, чтобы практиковать все эти учения и их осуществить.

Наконец, когда Миларепа собрался в путь, Марпа немного проводил его от отшельнического скита, где он проживал, и посоветовал: «Так же, как нельзя шить одежду раздвоенной иглой, невозможно одновременно практиковать святую Дхарму и заниматься мирскими делами. Если попытаешься это сделать, потеряешь святую Дхарму».

Получив от Марпы это наставление, Миларепа пошёл в горы Тибета и в точности выполнил наказ Марпы, проводя затворничества по Шести йогам Наропы и другим практикам. Миларепа ушёл в горы с пустыми руками. У него не было ничего: он жил в пещерах голым и питался одной крапивой.

Однажды сестра Миларепы увидела его обнажённым и так смутилась, что дала ему отрез шерсти. Миларепа отрезал несколько кусочков этой ткани и сделал чехлы для своих пальцев и полового члена. Увидев его в следующий раз, сестра была потрясена. Поскольку Миларепа осуществил Шесть йог Наропы, он не нуждался в одежде.

Он практиковал терпение, добровольно вынося страдания, такие как холод, чтобы практиковать Дхарму – один из трёх видов терпения¹¹⁶. Конечно, после осуществления Шести йог

Наропы, даже живя без одежды, он не мёрз. С обретением туммо или внутреннего огня, ощущение холода пропадает. Даже если вы живёте в ледяной пещере на ледяной горе, лёд растает от вашего жара.

Миларепа практиковал, обрёл все свершения и освободился, преодолев смерть. Вначале он боялся смерти, но потом отправился в горы, чтобы медитировать, и осуществил тантрическую махамудру. Он постиг не только пустоту и махамудру сутры, но и махамудру тантры. Он осуществил изначальный ум вмести-рождённого блаженства и полностью вышел из круговорота смертей и перерождений. Вначале он практиковал Дхарму со страхом смерти, но использовал этот страх для практики Дхармы. В конце он победил этот страх, развивая свой ум на тантрическом пути. Обладая изначальным умом вмести-рождённого великого блаженства, он был полностью свободен от страха. Он освободился от всех страданий.

Как говорил сам Миларепа, «Страшась смерти, я сбежал в горы, где постиг природу изначального ума. Теперь, даже если ко мне придёт смерть, я её не боюсь».

Вынося тяготы, Миларепа практиковал учения и стал просветлённым: в той самой жизни он достиг состояния единения Ваджрадхары. У Миларепы не было ни гроша, но у него было драгоценное человеческое рождение и он практиковал Дхарму. И практикой Дхармы, благодаря которой Миларепа достиг просветления за одну короткую жизнь, была его сильная преданность гуру. Миларепа правильно верял себя Марпе в мыслях и на деле, дорожа Марпой больше, чем собственной жизнью. Как бы Марпа с ним ни обращался, это никогда не выводило его из равновесия: у него всегда была неколебимая преданность. Кроме того, он применял на практике каждый совет, данный Марпой. Благодаря своей глубочайшей преданности гуру Миларепа стал просветлённым в той самой жизни.

Совершив невообразимые жертвы и вынеся тяготы ради практики Дхармы, Миларепа добился большого успеха. Отказавшись от восьми мирских дхарм и пройдя через лишения в практике Дхармы, Миларепа достиг просветления за несколько лет.

Миларепа не был выдающимся учёным, он не обучался в монастыре тридцать или сорок лет. Он получил сущностные наставления от Марпы и на них медитировал. Успех Миларепе

принесло его правильное вверение благому другу. Именно это помогло ему достичь просветления за считанные годы и затем привести к просветлению других живых существ.

Наши омрачения и не что иное, мешают нам осуществить этапы пути к просветлению. Если бы у нас не было неблагодатной кармы и омрачений, мы бы стали буддой, а наш ум – Дхармакаей. Суть в том, что, если наша цель – обрести свершения и на самом деле достичь просветления ради блага живых существ, нам нужно очистить свой ум. Одни теоретические знания Дхармы не принесут нам прозрений. Если бы это было так, методы, которые применяли Тилопа и Марпа в руководстве своими учениками, были бы просто своеобразной пыткой. Для обретения свершений на пути и даже для интеллектуального понимания Дхармы нам нужно очистить свой ум.

В историях о Наропе и Миларепе нет упоминаний о том, что они делали сотни тысяч простираций, произнесения мантр Ваджрасаттвы или подношений мандалы. Йогины, ставшие просветлёнными за одну короткую жизнь этой эпохи упадка, практиковали Дхарму, правильно вверяя себя благому другу. Сколько бы трудностей ни выпадало на их долю, у них не возникало никаких дурных мыслей. В наше время мы делаем сотни тысяч разнообразных предварительных практик, но лучшая предварительная практика – это вынесение всех тягот, пережитых теми великими йогины прошлого. Это самый быстрый путь к просветлению.

19. ЧТО ТАКОЕ ГУРУ-ЙОГА?



Гуру-йога позволяет нам практиковать правильное вверение себя благому другу в мыслях и на деле, но что это такое? Гуру-йога – это процесс, в ходе которого, посредством логики, цитат и медитации, ум, воспринимающий гуру как обычного человека, преобразуется в преданность, видящую в гуру будду, полностью просветлённое существо, отбросившее все пороки и осуществившее все благие качества или прозрения. Доказав себе, что гуру – это будда, затем мы медитируем на гуру в облике особого божества, практику которого выполняем.

Если мы визуализируем перед собой божество, но считаем нашего гуру обычным существом, отдельным от этого божества, сколько бы мы ни утверждали, что практикуем гуру-йогу, это не является даже частью медитации гуру-йоги. Дрогоп Цангпа Гьяре сказал: «Если ты смотришь на гуру и на божество как на разных существ, не получишь благословений». Это означает, что у нас не будет духовных свершений.

Мы должны постоянно смотреть на гуру как на сущность нашего личного божества, того, с которым у нас сильная кармическая связь. Сколько бы у нас ни было гуру, мы должны считать их всех воплощениями этого божества. Когда мы едим, пьём, спим или занимаемся чем-то другим, всё это время мы практикуем единение с этим божеством. И подобно тому, как у нас всегда есть божественная гордость и ясное восприятие себя как этого божества, мы видим и гуру как это божество.

Кроме того, мы постоянно медитируем на то, что наш ум, а также наши тело и речь едины с гуру и с нашим особым божеством. Такова тантрическая практика гуру-йоги.

Есть различные способы вверить себя благому другу в соответствии с разными буддийскими колесницами. В практике Хинаяны настоятеля, который дарует обеты, хотя почитают и служат ему как самому Будде Шакьямуни, не воспринимают как будду. Учитель считается заменой будды, и его почитают так же, как будду. Как это делается, ясно описано в учениях Хинаяны.

В Парамитаiane добродетельный учитель рассматривается как будда по сути, то есть тот, кто дошёл до совершенства все качества пресечения и постижений.

В тантре гуру считается буддой не только по сути, но и в *аспекте*. Его Святейшество Сонг Ринпоче часто говорил, что медитация на то, что гуру, по сути, – божество, приносит большее благословение, но если мы также визуализируем гуру в чистом облике божества, благословение придёт быстрее. В Тайной Мантре Махаяны мы не только смотрим на гуру как на будду, но и перестаём воспринимать его как обычное существо, даже внешне, пресекая обыденное восприятие и цепляние за обыденность. Мы смотрим на гуру в чистой форме, а это означает аспект будды. *Мантра* означает защиту ума: *ман* – это ум, а *тра* – защита. Практикуя преданность гуру, мы защищаем свой ум от отрицательных мыслей о гуру и от представления о гуру как об обычном существе. В дополнение к парамитаанской практике восприятия сущности гуру как будды, в тантрической практике преданности гуру мы смотрим на гуру как на будду даже внешне.

Пабонка Дечен Ньингпо говорит, что в тантрическом способе вверения себя благому другу методов пути Парамитааны недостаточно. В тантре следует вверить себя благому другу так, как разъяснено в «Пятидесяти [строфах] об Учителе».

Основополагающие практики в тантре – это пресечение нечистого восприятия и цепляния за обыденность и практика четырёх чистот, что означает визуализацию уже сейчас того, что вы испытаете на самом деле, когда станете просветлённым существом. Вы пресекаете нечистое восприятие и цепляние за себя как за обычного человека и практикуете божественную гордость осознания и восприятия себя как своего особого божества, с чистым ваджрным святым телом будды. Вы также пресекаете нечистое восприятие и цепляние за обыденность

вашего места обитания и смотрите на него как на чистую мандалу божества. Кроме того, вы испытываете чистые наслаждения и совершаете чистые деяния. Вы практикуете божественную гордость обретения четырёх чистот, словно вы уже и есть тот будущий будда.

Когда вы сохраняете это чистое восприятие, ваш ум защищён от обыденного восприятия и цепляния за обыденность – основы возникновения многих омрачений и создания неблагоприятной кармы, причины сансары. Вы защищаете свой ум от обычных, нечистых представлений и явлений и воспринимаете всё чистым. Когда вы достигнете просветления, всё, что вы видите, будет являться чистым, словно имеющим природу великого блаженства. Святому уму будды не является нечистое. В тантре недостаточно смотреть на гуру как на будду по сути; там есть и дополнительная практика восприятия гуру в аспекте будды.

Нам нужно делать визуализации и начитывать мантру практики божества на основе правильной медитации на гуру-йогу. Пабонка Дечен Ньингпо говорит:

Визуализация перед собой божества без слияния его с гуру никогда не осуществит смысл гуру-йоги.

Если мы просто визуализируем божество, не объединяя его с гуру, мы не включили в свою практику смысл гуру-йоги. Мы упустили самое главное. Если мы медитируем на божество отдельно от гуру, наша практика не становится медитацией гуру-йоги. Простая визуализация внешнего облика божества – не настоящая практика гуру-йоги.

Визуализация гуру как обычного человека, отдельного от этого божества, также не становится медитацией гуру-йоги. Если мы представляем своего гуру, но не медитируем на то, что он неотделим от божества, мы, опять же, упустили смысл гуру-йоги. Мы остаёмся с осознанием, что гуру – лишь обычное существо, а медитация на гуру как на обычное существо не становится гуру-йогой. От этого невозможно получить благословения.

Визуализация гуру как божества, по сути и в аспекте, отсекает наше обыденное нечистое восприятие и цепляние за обыденность. Тогда мы можем обрести чистое восприятие и

чистые представления и возникает преданность. Вследствие порождения преданности мы получаем благословения гуру-божества и благодаря этому обретаем прозрения.

Если мы делаем визуализации и начитываем мантру с пониманием того, что гуру – божество, мы получаем благословения. В противном случае наша практика – словно мо-мо без начинки. Делать визуализации без гуру-йоги – всё равно что иметь картину с изображением самой вкусной еды, но не есть такую еду, или держать у себя дома манекен, похожий на друга, но не иметь реального друга. Если мы исключаем из медитации гуру, это означает, что наша практика не является гуру-йогой, поэтому она не становится средством получения благословений. Объяснение Пабонки Дечена Ньингпо, основанное на его собственных прозрениях, приносит невероятное благословение.

При выполнении садханы, когда мы визуализируем себя как божество или внешнее божество, очень важно никогда не отделять от практики гуру-йоги. Мы не должны представлять себя божеством, которое никак не связано с нашим гуру. Наш собственный ум, святой ум божества и святой ум гуру едины.

Думать, что будда – более высокий или могущественный объект, чем наш гуру, это не состояние гуру-йоги. Помните, что сказал великий йогин Падампа Сангье:

Нужно считать гуру выше будд; тогда достигнете свершений в этой жизни, о жители Тингри!

Совершение подношений буддам как отдельным от гуру также не является практикой гуру-йоги. Если мы делаем подношения без преданности, которая видит будд едиными с гуру, наша практика – не гуру-йога.

Даже в храме, каждый раз, когда мы делаем простирания или подносим светильники, хадаки или что-либо другое изображениям или статуям Будды, мы должны всегда сначала вспоминать гуру и только потом делать подношение. Также существует множество практик подношения, сопряжённых с выполнением садханы любого божества. Если мы каждый раз делаем подношения с гуру-йогой, думая о гуру, то накапливаем самые обширные заслуги.

Как упомянуто в «Гуру-пудже» и во многих других учениях,

вверение себя благому другу в мыслях и на деле – самый мощный способ завершить труды по накоплению обширных заслуг, чтобы достичь просветления. Обретение Дхармакаи и Рупакаи зависит от завершения двух накоплений заслуг – заслуг удачи и заслуг мудрости¹¹⁷, и самым действенным средством быстрого завершения трудов по накоплению обширных заслуг является правильное вверение себя благому другу в мыслях и на деле. Поскольку мы тем самым накапливаем наибольшие заслуги, чем больше мы способны вверить себя благому другу в мыслях и на деле, тем ближе мы к просветлению.

Именно поэтому слушание учений по гуру-йоге, размышления и медитации о них насущно необходимы в нашей повседневной жизни. Преимущества практики гуру-йоги безграничны как пространство, начиная с успеха в этой жизни вплоть до просветления. Я говорю об успехе в этой жизни, потому что, когда мы практикуем гуру-йогу, всё счастье и удача в этой жизни приходят сами собой. Даже хотя мы ищем счастье за пределами этой жизни и, возможно, не привязаны к временным удовольствиям, счастье и успех в этой жизни приходят вследствие чистой практики преданности гуру, как и долговременные счастье и успех, вплоть до просветления.

Чтение слов практики гуру-йоги – это не главное. Главное – изменение нашего ума, преобразование ума в преданность гуру, корень пути к просветлению, приносящий успех во всех свершениях с начала до конца пути.

Именно основа сильной преданности гуру позволяет нам получать благословения божества, когда мы проводим затворничество или занимаемся практикой божества. Нет другого способа получить благословения божества. Если мы упускаем практику гуру-йоги, просто визуализируя божество и читая мантры, это подобно попытке налить воду из пустого сосуда: так мы ничего не добудем.

Цель проведения затворничества по божеству – не только в выполнении обязательств, словно мы трудимся потому, что кому-то обещали сделать работу, но в получении благословений божества. Затем благословения позволяют нам обрести свершения на пути к просветлению. Это научно, и те, кто провёл затворничество, могут подтвердить это на основе собствен-

ных прошлых переживаний. Когда у нас нет преданности нашим гуру или наша преданность поверхностна и не исходит от сердца, ничего особенного не происходит. Мы не получаем никаких благих знаков, даже во сне. Проверая наши прошлые переживания, мы выясняем, что именно в то время, когда мы были полны сильной преданности гуру, у нас было много хороших ощущений при получении множества благословений. Я думаю, преданность гуру – самый важный фактор в удачном затворничестве.

Преданность гуру – главное, что определяет, сколько благословений божества мы способны получить, и сколько свершений обретём, выполняя медитации на пути. Это бесспорно когда мы делаем то, что радует святой ум благого друга: мы можем быстро получить чудесные переживания и у нас будет много благих сновидений и других знаков. Тогда мы получим благословения божества и приблизимся к нему.

Если мы не понимаем основных медитаций о том, как увидеть в гуру будду, или не знаем, как их правильно выполнять, наша практика не будет действенной. Недостаточно просто думать о нашем личном переживании особенных качеств гуру, которых нет у обычных людей. Мы должны породить прочную преданность гуру посредством логики и авторитетных цитат. Позже практики, выполняемые на основе такой нерушимой преданности, обретут невероятную силу и принесут немислимые благословения. Даже короткая медитация на гуру-йогу сделает наш ум мягким, как вата, и любая медитация на ламрим будет происходить совершенно естественно. Мы можем выполнять практику гуру-йоги совсем недолго – возможно, просто медитируя на неё несколько дней в затворничестве, но, тем не менее, переживания будут велики и придут очень легко и быстро. Наш ум сразу же изменится. Мы будем с лёгкостью достигать успеха. Это разительно отличается от ситуации, когда учения, проникая в наш ум, словно разбиваются о камень.

Даже если мы думаем, что знаем, что такое гуру-йога, но не выполняем основные медитации, разъяснённые в ламриме, используя логику и цитаты, у нас может возникнуть множество предрассудков, что создаст препятствия. Если мы не доказали своему уму, что гуру – это будда, у нас не будет противодей-

ствия предвзятым мыслям. Без понимания нераздельности гуру и будды и веры в неё суть практики будет упущена.

После изучения того, чему Будда учил о преданности гуру в сутрах и тантрах, и освоения учений ламрим на эту тему, мы практикуем вверение себя гуру в соответствии со всеми этими учениями. Весь наш успех, не просто счастье в этой жизни, но особенно свершения на пути к просветлению и устранение препятствий, зависит от практики гуру-йоги. Всё определяется тем, практикуем мы гуру-йогу или нет, и как мы её практикуем. Гуру-йога – залог всего счастья.

Истинный смысл гуру

Думая о том, что именно означает гуру, мы должны размышлять об абсолютном гуру. Нам нужно превзойти условного гуру, чтобы достичь абсолютного гуру, истинный смысл гуру. Что такое абсолютный гуру? С точки зрения тантры, это Дхармакая, запредельная мудрость недвойственных блаженства и пустоты. Она вечна, безначальна и бесконечна. (Этот абсолютный гуру несколько схож с вечным Богом в христианстве, но в этой религии не объясняется, каким образом Бог вечен.) Дхармакая пронизывает собой всё бытие: нет места, не охваченного Дхармакаей, святым умом всех будд).

В «Украшении махаянских сутр» Будда Майтрея объясняет:

Так же, как бесчисленные лучи солнца сливаются воедино, чтобы осуществлять единственное деяние – освещать мир, в незагрязнённом пространстве Дхармакаи сливаются воедино бесчисленные будды, чтобы осуществлять единственное деяние: озарять запредельной мудростью.

Так же, как невообразимое количество солнечных лучей всегда сосредоточено на единственном деянии освещения мира, в Дхармакае бесчисленные будды сливаются воедино, чтобы осуществлять единственное деяние – вести живых существ, чтобы в их уме проявилась запредельная мудрость всеведения. Дхармакая, абсолютный гуру, это совершенно чистый святой ум, запредельная мудрость великого блаженства, всегда пребывающая в медитативном равновесии, непосредственно постигающем пустоту всего бытия. Подобно вливанию воды в воду, запредельная мудрость великого блаженства навеки нераздельна с пустотой. Запредельная мудрость всех будд

одного вкуса в Дхармакае. Выражение *незагрязнённое пространство Дхармакаи* означает, что Дхармакая это состояние, свободное от омрачений.

Все лучи солнца сливаются воедино, чтобы рассеивать тьму в мире, но это лишь внешняя тьма. Здесь же все бесчисленные будды сливаются воедино в Дхармакае, чтобы осуществлять единственное деяние – рассеивать внутреннюю тьму двух завес, завесы омрачений и тонкой завесы к всеведению.

Иными словами, будды различными путями осуществляют высшее деяние раскрытия учений, *озаряя запредельной мудростью* и тем самым рассеивая внутреннюю тьму завес ума. Когда солнечный свет рассеивает внешнюю тьму, мы ясно видим предметы. Когда будды рассеивают нашу внутреннюю тьму, наш ум полностью озарён и становится всеведущей, запредельной мудростью Дхармакаи.

Полезно помнить эту цитату из Будды Майтреи, когда мы начинаем каждую сессию практики гуру-йоги, а также в повседневной жизни, когда медитируем на «Шестиразовую Гуру-Йогу».

Вновь обращаясь к сочинению «Украшение махаянских сутр», Пабонка Дечен Ньингпо приводит пример рек, впадающих в океан и там сливающихся воедино. После этого, если взять из океана всего одну крошечную каплю воды, она будет содержать в себе все до единой реки, вливающиеся в океан из различных мест. Пока эти реки не впали в океан, все они кажутся разными, но затем сливаются и становятся единым целым. Подобным образом, все будды имеют один вкус в Дхармакае.

Дхармакая, абсолютный гуру, святой ум всех будд, подобна океану. Так же как все реки соединяются в океане, все будды сливаются воедино в этой Дхармакае, абсолютном гуру. Подобно каплям океанской воды, всё многообразие различных аспектов гуру – Тысяча Будд, Тридцать Пять Будд, Восемь Будд Медицины – это проявления абсолютного гуру. Каждое из миллионов различных воплощений, ведущих живых существ, будь то в облике животного, человека или божества, – это проявления всех будд. Все различные божества, которых мы визуализируем, в действительности – одно существо. Сколько бы разных форм мы ни видели, один будда – это все

будды. Так же как в примере с океаном, все будды одного вкуса в Дхармакае.

Каждый из будд – воплощение всех будд, и каждый из них – воплощение гуру. Если гуру – воплощение одного будды, он должен воплощать в себе и всех будд. Нет будды, который не являлся бы воплощением гуру; нет гуру, не являющегося воплощением будды. Существуют разные аспекты лишь одного существа: абсолютного гуру, Дхармакаи, запредельной мудрости недвойственных блаженства и пустоты. И когда мы достигнем просветления, мы станем едины со всеми буддами.

Сколько бы будд мы ни представляли и представляем ли мы их всех как одного, все они – гуру. Визуализируем ли мы одного из них как множество или множество – как одного, это – гуру, как отмечает Пабонка Дечен Ньингпо в «Призывании Ламы издалека»¹¹⁸.

Гуру – это преображение запредельной мудрости всех будд, гуру – воплощение всех бесчисленных будд, пребывающих в десяти сторонах света. Преображение Гуру Будды Шакьямуни или Ваджрадхары должно быть преображением всех будд. Хотя все будды проявляются в различных аспектах и у них разные имена, по сути – они едины. Абсолютный гуру проявляется в Ваджрадхаре, Пяти Дхьяни-Буддах, ламе Цонкапе и остальных, а также в обычных аспектах, видимых для нас. Мы должны это осознавать.

Хотя существуют различные проявления – Тара, Манджушри, Ваджрапани, Гуру Будда Шакьямуни и другие, в действительности каждый будда – это все будды. Деяние одного будды, нас ведущего, – это деяние всех ведущих нас будд. Следовательно, даже если мы выполняем практику лишь одного божества, такого как Ченрези, когда мы достигнем просветления в сущности Ченрези, в то же самое время мы достигнем просветления всех будд. Когда мы достигнем просветления Ченрези, не может быть, чтобы мы не достигли просветления Манджушри, Ваджрапани, Ямантаки или любого другого будды. Не может быть такого, чтобы для достижения просветления Ямантаки нам пришлось проходить весь путь заново. Достигнув просветления Ченрези, мы достигнем просветления всех будд. Такова реальность.

В отношении благого друга в «Гуру-пудже» сказано:

Ты Гуру, ты йидам,

*Ты все дакини и защитники...*¹¹⁹

Благой друг – это все разнообразные божества. Когда мы говорим «Будда Шакьямуни», это – благой друг: не существует отдельного Будды Шакьямуни. Когда мы говорим «Манджушри», это вновь благой друг. Какое бы имя мы ни называли – Чакрасамвара, Ямантака, Гухьясамаджа, Майтрея, Тара, Ваджрапани – это имя одного существа, благого друга. Даки и дакини и все разнообразные защитники Дхармы – это также одно существо, благой друг. Такова реальность, и таков способ практики гуру-йоги.

Существует ли один аспект, такой как Будда Шакьямуни, Ченрези или Тара, или их много, это – гуру: всё это по сути одно. Думая о гуру, мы можем думать об условном гуру, обычном человеческом облике гуру, который мы видим, но это существо – абсолютный гуру, Дхармакая, святой ум всех будд, запредельная мудрость недвойственных блаженства и пустоты. Поскольку эта мудрость связана безграничным состраданием, она проявляется в этих обычных человеческих формах или через них, чтобы вести нас к просветлению.

С таким пониманием гуру-йоги мы знаем, что с нами взаимодействуют все будды. Будда Шакьямуни, Тара, Манджушри и все остальные бесчисленные будды ведут нас посредством этой обычной человеческой формы: они дают нам посвящения, обеты, устные передачи и комментарии.

В гуру-йоге сущностным моментом является понимание того, что все будды одного вкуса в Дхармакае. Дхармакая – абсолютный гуру, а это – все будды. Таково самое сердце практики гуру-йоги. Без этого понимания невозможно с лёгкостью практиковать гуру-йогу. Даже если мы выполняем визуализации, это не принесёт полного удовлетворения, потому что нам будет по-прежнему неясно, каким образом будда является воплощением гуру, а гуру – воплощением будды. Однако это станет совершенно понятно, если мы постигли самое сердце гуру-йоги, то, что гуру есть будда, а будда есть гуру.

Мы можем объединить это понимание с нашей практикой гуру-йоги, размышляя следующим образом. Когда мы достигнем просветления, если есть одно существо, которое сможет

вести Тара, мы явимся в аспекте Тары, чтобы руководить этим существом. Эта Тара – проявление всех Тар и всех остальных будд. Не может существовать отдельной Тары с отдельным умом, ведущей это конкретное живое существо, и миллиардов других Тар, ведущих других существ, но не этой Тары.

Когда живое существо готово к тому, чтобы его вёл аспект будды, и его обучали Дхарме, тот будда, что раскрывает ему Дхарму, должен быть и всеми остальными буддами. Иначе этим живым существом станут руководить не все, а лишь некоторые будды. Из-за такого мышления в уме начнутся проблемы. Когда нас ведёт Манджушри или любой другой будда, – это руководство всех будд, и это проявление всех будд.

В действительности, хотя существуют бесчисленные разнообразные аспекты будд, святой ум всех будд один, но проявляется в различных аспектах, чтобы вести нас, живых существ, так же, как все реки, впадающие в океан, становятся едиными.

Дхармакая подобна океану, в котором сливаются все реки, а наши различные гуру – каплям этого океана. Все наши гуру – проявления Дхармакаи, абсолютного гуру, святого ума всех будд; абсолютный гуру является в обычной форме, соответствующей уровню нашей кармы. Этот обычный облик – условный гуру, суть которого – абсолютный гуру.

Когда мы на самом деле видим или визуализируем божество, либо видим статуи божеств, нам нужно узнавать во всех них гуру. Нет божества, помимо гуру.

В гуру-йоге гуру означает наших нынешних гуру, которые ведут нас к просветлению, обучая нас алфавиту, даруя нам комментарии, устные передачи, тантрические посвящения, обеты и личные наставления. Они – воплощения Дхармакаи, абсолютного гуру, запредельной мудрости недвойственных блаженства и пустоты. Когда мы выполняем «Гуру-пуджу», «Шестиразовую Гуру-йогу» или любую другую практику гуру-йоги, нам не следует думать, что центральная фигура не имеет ничего общего с нашим гуру. Делая «Гуру-йогу ламы Цонкапы» или «Гуру-пуджу», мы должны помнить, что нет Цонкапы, не являющегося нашим гуру.

Когда мы визуализируем ламу Цонкапу, мы представляем аспект Цонкапы, но должны главным образом сосредоточить

ваться на Ламе, гуру. Когда мы говорим «лама Цонкапа», мы знаем, что ведём речь о Дхармакае всех будд, и что лама Цонкапа – конкретное воплощение этой Дхармакаи, одного вкуса со святым умом всех будд. От этого наш ум изменится, потому что мы быстро получим благословения. В уме, который раньше был чёрствым и лишённым вдохновения, возникнут великие почтение, преданность и устремлённость к практике. Благодаря нашему усердию в практике затем возникнут свершения на пути ламрим. Именно так для нас становится возможным достижение просветления.

В противном случае, если мы сосредоточены лишь на аспекте Цонкапы, но не на смысле Ламы, практикуя «Гуру-йогу ламы Цонкапы» или «Гуру-пуджу», мы упускаем практику гуру-йоги. Конечно, мы можем по-прежнему накапливать заслуги, делая подношения и прочее, просто с мыслью о том, что Цонкапа – будда. В конце концов, мы же создаём заслуги подношениями бодхисаттвам, Сангхе и даже нашим родителям, пусть даже они и не будды. Но для того, чтобы у нас породились все свершения, от драгоценного человеческого рождения и вплоть до просветления, в наше сердце должны войти благословения гуру.

Это подобно медитации на Гуру Ваджрадхару в практике «Шестиразовой Гуру-йоги». Ваджрадхара – конкретный аспект, который мы визуализируем, но для нас гораздо действеннее сосредоточиться на абсолютном гуру. Имеет смысл думать об абсолютном гуру каждый раз, когда мы слышим или произносим слова «гуру» или «лама». Было бы странно просто думать об условном гуру, который является нам в обычном аспекте и даёт нам учения, но не об абсолютном гуру. Было бы странно думать об аспекте, но не о сути. Если бы во время медитации на Гуру Будду Шакьямуни мы видели его по сути обычным человеком, живым существом, мы не нашли бы никакого смысла в выполнении этой медитации. Если мы медитируем таким образом, значит, не поняли практику гуру-йоги. Нам необходимо медитировать на абсолютного гуру.

Если же в нашем сердце нет преданности и мы видим гуру лишь как обычного человека, для нас будет бессмысленно обращаться к нему с молитвами: это всё равно что пытаться подоить рог коровы. Мы подумаем: «С какой стати взывать к

обычному человеку, рождённому из чрева матери и, как и я, обладающему телом из плоти и крови? Чем я, собственно, занимаюсь, молясь такому же человеку, как и я?». Даже произнося молитвы, мы ничего не почувствуем. Мы будем ощущать в сердце одну пустоту, словно его продырявили.

Каждый раз, когда мы выполняем медитацию гуру-йоги, вспоминаем о гуру или его видим, мы должны сразу же подумать: «Это будда». Например, увидев физическое тело своей матери, даже в большой толпе народа, мы мгновенно осознаём, что это наша мать. Мы моментально понимаем: «Это моя мать». То же самое и в практике гуру-йоги. Мы должны мгновенно осознавать, что наш гуру – сущность абсолютного гуру. В настоящее время нам приходится прилагать усилия, чтобы так думать, но позже в нашем сердце непроизвольно родится чёткое понимание того, что гуру – это будда, без нужды в логических обоснованиях или авторитетных цитатах, так же, как при виде облика нашей матери нам не нужно стараться узнать в ней нашу мать. Именно так следует развивать прочное постижение преданности гуру.

Когда мы служим нашему гуру с таким осознанием абсолютного гуру, святого ума всех будд, даже если мы подносим ему всего лишь чашку чая, мы непроизвольно осознаём, что подносим чай всем буддам. Сидя рядом с нашим гуру, мы осознаём, что сидим рядом со всеми буддами десяти сторон света. Когда наш гуру даёт нам советы, учения или посвящение, мы осознаём, что получаем это от всех будд. Даже если у нас нет такого прозрения, полезно пытаться слушать учения с этим осознанием. Тогда мы почувствуем гораздо большую связь: мы ощутим гораздо больше близости ко всем буддам.

Геше Сенге упоминал об одном высоком ламе в Тибете, который употреблял слово «Гуру» перед именем каждого из будд. Он говорил «Гуру Арья Тара», «Гуру Ямантака» и так далее. Многие ламы так же называют божеств, потому что гуру – источник всех будд и Трёх Драгоценностей. Откуда происходят все будды? От гуру. А что это за гуру? Это абсолютный гуру, Дхармакая, запредельная мудрость недвойственных блаженства и пустоты.

Истинный смысл, о котором мы должны постоянно вспо-

минать, когда употребляем слово «гуру», и также когда видим гуру, – это *владыка изначального единства*, наитончайший изначальный ум Дхармакаи, абсолютный гуру. Когда мы думаем о гуру как о владыке изначального единства, Дхармакае, мы видим, что поскольку эта Дхармакая связана безграничным состраданием к нам, живым существам, она должна проявляться в различных формах, чтобы нас вести. Поскольку у нас нет кармы, чтобы непосредственно видеть будду, будда проявился в обычных аспектах гуру, которые мы визуализируем. Если упущен истинный смысл гуру, можно решить, что гуру – просто тот, от кого мы получили учения, и нам будет невдомёк, каким образом все божества – его проявления.

Великий йогин Буддхаджняна сказал:

Перед словом «гуру» не стоит даже имя «будда». Все будды – проявления гуру.

Если вы не соотнесёте эту цитату с абсолютным гуру, она не будет иметь смысла, как и многие молитвы в «Гуру-пудже». Иными словами, будда не существует прежде гуру. Все будды, как и Дхарма, и Сангха, исходят от гуру.

Сущность всех наших гуру, хотя они являются в обычных аспектах, – это одно, это абсолютный гуру. Их аспект по-тибетски называется *kun dzob kyi la ma*. Вероятно, вам знаком перевод «условный гуру» или «относительный гуру». В практике гуру-йоги условный гуру, чья сущность – абсолютный гуру, визуализируется в аспекте Будды Шакьямуни, Манджушри, Тары, Ваджрадхары, ламы Цонкапы или других просветлённых существ.

Из-за нашей загрязнённой кармы абсолютный гуру является нам с видимыми недостатками. С нашими нынешними способностями у нас не хватает кармы, чтобы увидеть гуру в чистой форме; мы можем видеть его лишь в обычном облике с недостатками. У нас нет чистой кармы, чтобы увидеть будд в чистом аспекте будды: у нас есть лишь нечистая карма, чтобы видеть будд в нечистых аспектах. Сила будды и карма живых существ равны. Следовательно, будды являются нам в обычных формах с недостатками, что соответствует нашей собственной карме, нашему уровню ума, а затем ведут нас различными путями, также соответствующими уровню

нашего развития, к счастью в будущих жизнях, освобождению и просветлению.

Каждый раз, когда мы произносим слово «гуру», слышим его или думаем о нём, мы должны помнить, что на самом деле это слово означает «абсолютный гуру». Абсолютный гуру проявляется в разнообразных обычных формах, соответствующих нашей карме. Все будды – воплощения гуру, абсолютного гуру, а все гуру – воплощения будд. Хотя используются различные названия, такие как «будда» и «гуру», они указывают на один объект – Дхармакаю, абсолютного гуру, так же, как один предмет на разных языках называется по-разному.

Нам нужно преобразовать свой ум в преданность, постоянно осознающую, что гуру – это будда. Используя логику и цитаты, мы должны изменить ум, который не видит гуру как будду или, иными словами, как абсолютного гуру, святой ум всех будд, запредельную мудрость недвойственных блаженства и пустоты. Мы должны изменить ум, который видит наших гуру в обычном аспекте, отдельном от будд. Хотя будды проявляются в обычных формах этих гуру и ведут нас с помощью учений и других средств, мы не воспринимаем гуру таким образом, полагая, что они отделены от будд. Нам нужно преобразовать это состояние ума в преданность, которая видит гуру, от которых мы непосредственно получали учения, неотделимыми от будд. Мы должны их постичь как проявления абсолютного гуру, Дхармакаи, святого ума всех будд.

Если вы непроизвольно, постоянно, видите гуру как будду, это означает, что вы осуществили преданность гуру. Видя будду, вы думаете, что это воплощение вашего гуру: видя, слыша или вспоминая гуру, вы непроизвольно осознаёте, что это будда. Даже хотя его аспект обычен, вы всем сердцем чувствуете, что это будда. Это подобно визуализации себя божеством. Воспринимая себя как божество, вы в то же время понимаете, что оно пусто от независимого существования: происходит объединение проявления и пустоты. Подобно этому, каждый раз, когда вы видите, слышите или вспоминаете гуру, вы думаете, что это будда, и вам не нужно помнить о причинах.

Временами, когда вы выполняете мощную практику гуру-

йоги и гуру также вами доволен, внезапно в вашем сердце возникает чувство: «Если это не Ваджрайогини, кто ещё может быть Ваджрайогини?». Либо: «Если это не Ченрези, кто ещё может быть Ченрези?». Раньше, когда вы говорили: «Гуру это будда», – вы просто повторяли это во время медитации, подражая словам из учений, но теперь вы всем сердцем чувствуете смысл авторитетных цитат и доводов, о которых раньше думали. Неожиданно всё это становится для вас реальностью. При этом вы цените и невероятную доброту гуру. Вы не способны управлять нахлынувшими на вас чувствами.

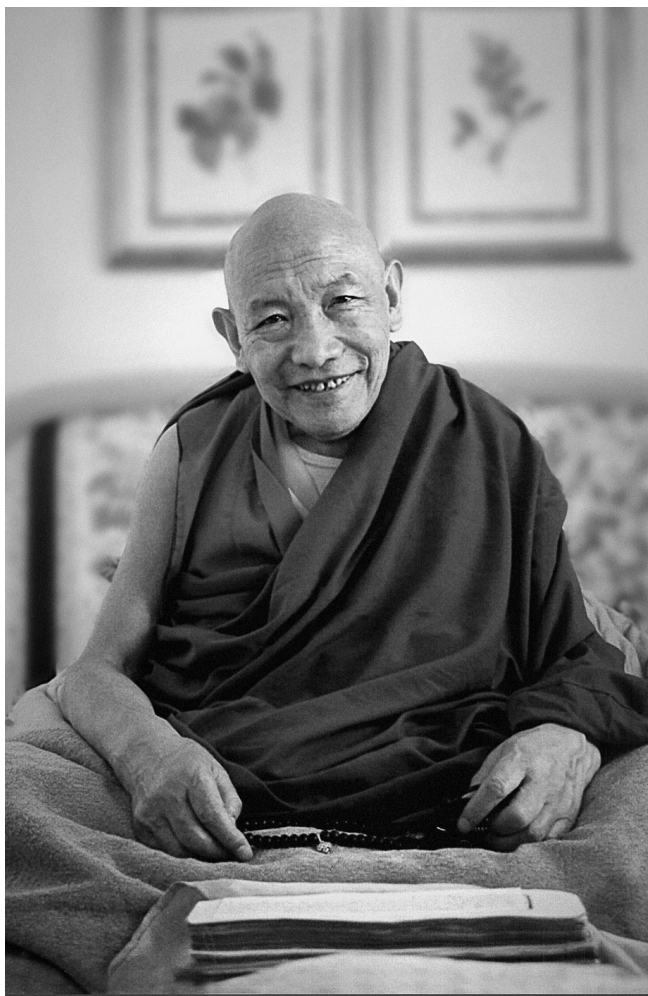
С таким постижением у вас возникает та же самая преданность вашему гуру, что и Будде Шакьямуни, Таре или любому другому божеству. С этой преданностью вы всецело верите своему гуру и следуете ему. Тогда вы не препятствуете осуществлению пути к просветлению и создаёте лишь причины для обретения свершений и достижения просветления.

Если мы не понимаем важность учений сутры и тантры о преданности гуру, если не провели аналитические медитации на эти положения, просто думать, что гуру неотделим от божества, и молиться ему – простые слова. Гуру-йога становится пустым звуком: в нашем сердце нет никаких чувств. Мы не ощущаем, что гуру – это будда, что он неотделим от божества. Если мы не знаем этих учений и не выполняем аналитические медитации с применением авторитетных цитат и логических доводов, мы не почувствуем, что гуру – будда.

Если мы не делаем никаких медитаций на преданность гуру, о которых учат сутры и тантры, но просто читаем короткую молитву гуру-йоги или даже «Гуру-пуджу», думая, что гуру неотделим от божества, в нашем уме никогда не возникнет результатов. Такая практика просто называется «гуру-йогой», и от неё мало пользы. Она не приведёт к быстрому развитию. Она не принесёт плода медитации на гуру-йогу, то есть чувства невероятной радости от вверения себя благому другу в мыслях и на деле. Ощущение невысказанного счастья от выполнения любого совета гуру или работы, которую он нам даёт, и совершение этого без малейших трудностей – плоды медитации на гуру-йогу. Если мы хотим как можно скорее раскатыться от всего

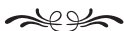
сердца во всех совершённых в прошлом ошибках, – это также следствие действенной медитации гуру-йоги. Кроме того, так же естественно и без усилий возникает желание не совершать прежние ошибки вновь.

С преданностью и мысль о недостатках не возникает. Если преданность постоянна и каждое действие гуру воспринимается как чистое, при памятовании о доброте гуру в глубине сердца естественно и без усилий рождается почтение к нему. Это также означает, что выполненная нами медитация гуру-йоги оказалась действенной.



*(На фото – Трулишг Ринпоче, Португалия, 2001 г.
Фотография Матье Рикар)*

20. ПРЕДАННОСТЬ ГУРУ В «ШЕСТИРАЗОВОЙ ГУРУ-ЙОГЕ»



В обширной версии «Шестиразовой Гуру-йоги»¹²⁰ есть раздел о преданности гуру после подношения мандалы. В его строфах объясняется, кто такой гуру и что такое доброта гуру. Очень полезно медитировать о преданности гуру с помощью этих строф, в которых содержатся все важные положения о правильном вверении себя благому другу. Вы можете использовать цитаты и логические обоснования из ламрима в медитации на восприятие гуру как будды, а затем медитировать также на памятование о доброте гуру.

Медитируя на «Шестиразовую Гуру-йогу», думайте, что Ваджрадхара является воплощением всех ваших гуру: выполните медитацию гуру-йоги, просто визуализируя Ваджрадхару – сущность всех ваших гуру в одном аспекте. Из слога ХУМ в сердце Ваджрадхары ваши гуру в их обычном облике являются на концах лучей света и затем окружают Ваджрадхару. Это одно существо, Ваджрадхара, проявляется в различных аспектах ваших гуру.

Таким образом, вы видите, что сущность всех ваших гуру – Ваджрадхара. Восприятие всех едиными по сути помогает вам породить преданность, а также развить больше преданности тем гуру, по отношению к которым вам трудно это сделать. Смотря на всех ваших гуру как на единых по сути, вы можете породить ту же самую горячую преданность другим гуру, как и гуру, которому вы преданы больше всего. Они просто разные воплощения, а с другой стороны – едины.

Не думайте только о ваших гуру в этой жизни. Ваши нынешние гуру едины по сути со всеми вашими прошлыми гуру с безначальных времён в сансаре, а также со всеми вашими будущими гуру вплоть до того, как вы достигнете просветления.

Вспомните каждого из ваших гуру и подумайте, что он един по сути со всеми вашими прошлыми и будущими гуру.

Первая строфа в этом разделе гласит:

Все сугаты трёх времен и десяти сторон света,

Проявляясь в аспекте с монашескими одеждами, чтобы усмирить существ,

Вершат деяния Победоносных в бесчисленных мирах.

К тебе, драгоценный Гуру, обращаюсь!

Сугаты (Ушедшие к блаженству) – это будды. В этой строфе говорится о гуру, проявившемся в аспекте монаха, но это просто пример, это не означает, что гуру может иметь только такой облик. Об аспекте монаха упоминается потому, что, как правило, нам легче породить в него веру и счесть его примером для подражания, чтобы достичь освобождения и просветления. Мы можем думать о таком аспекте, но также соотнести эти слова с другими гуру, которые не являются монахами или монахинями.

Усмирить существ означает, что будды проявляются в различных формах, соответствующих карме разных живых существ, чтобы их усмирить.

В этой строфе содержится вся суть медитации гуру-йоги. Полезно помнить положения о восьми преимуществах правильного вверения себя гуру и восьми ущербах от неправильного вверения, а затем читать эту строфу и медитировать о её смысле.

Вверение себя гуру в мыслях означает, что мы считаем гуру буддой – или здесь, в «Шестиразовой Гуру-йоге», всеми буддами *трёх времён и десяти сторон света*. Все будды трёх времён и десяти сторон света приняли облик монаха или любой другой аспект, необходимый для усмирения живых существ. Чтобы обуздать наш ум, все будды проявляются в аспекте, соответствующем уровню наших благих заслуг. На этот раз, хотя мы не способны увидеть гуру как будду, нам повезло видеть его в облике монаха, а не в виде собаки или обезьяны.

Каждый из наших гуру исполняет деяния будд в бесчисленных мирах. На протяжении безначальных рождений они ведут нас от счастья к счастью, и к просветлению. Среди деяний будды высшим является деяние святой речи, дарование учений. Если мы не получаем учения на пути к просветлению, для нас

невозможно следовать пути и достичь состояния будды. Все наши добродетельные учителя, которые дают нам комментарии, устные передачи, посвящения и советы, исполняют деяния будд трёх времён. Даже видя, как они нам даруют учения на пути к просветлению, мы осознаём, что деяния, которые наши гуру вершат ради нас, – это деяния будд. Невозможно указать ни на какие другие деяния будд, отличные от тех, что для нас делают наши гуру. Из этих строк мы можем понять, что все будды трудятся для нас, нас ведут.

В прошлом Гуру Будда Шакьямуни породил бодхичитту, чтобы достичь просветления ради блага живых существ. Исключительно с этой целью он затем вступил на путь Махаяны и накапливал заслуги на протяжении трёх неисчислимых великих кальп. Он трудился очень усердно и испытал множество трудностей, следуя пути к просветлению. Будда достиг просветления только ради нас, живых существ, чтобы вывести нас из страдания сансары и привести к просветлению. И то же самое делали бесчисленные другие будды.

Если бы Гуру Будда Шакьямуни и все остальные будды, обретя с такой мотивацией всеведущий ум, пребывали в этом блаженстве, не трудясь во благо живых существ, они бы их обманывали. Это невозможно. Даже ещё будучи бодхисаттвами, они трудились ради живых существ. Уже с того момента, когда они впервые породили бодхичитту и вступили на путь Махаяны, они полностью отказались от себялюбия и заботились лишь о других. Если они трудились исключительно ради живых существ, ещё будучи бодхисаттвами, почему бы им это не делать после достижения просветления? Будды, несомненно, трудятся ради живых существ, включая и нас.

Каким образом будды трудятся ради живых существ? Мы не можем указать ни на что другое, кроме работы, которую для нас выполняют наши гуру, как на труды будд, спасающих нас от страданий сансары и постепенно ведущих нас к просветлению.

Что касается памятования о доброте гуру, только это проявление, соответствующее нашей собственной карме, может привести нас к просветлению. Иначе нет никого, кто способен нас вести. В отношении этой строфы подумайте о том, кто такой гуру и как гуру исполняет деяния всех бесчисленных будд в бесчисленных мирах. Это и есть памятование о добро-

те гуру. Такое памятование не означает простое размышление о том, что гуру даёт нам полные учения сутры и тантры, монашеские обеты и тантрические посвящения. Нужно думать о том, что гуру делает всё, что приносит пользу нам и другим живым существам.

Что означает выражение: «К тебе, драгоценный Гуру, обращаюсь!»? За чем мы обращаемся? За тем же, что и в «Гуру-пудже»:

*В этой жизни, в бардо и во всех будущих рождениях
Держи меня крюком своего сострадания,
Спасай меня от страхов перед сансарой и нирваной
И даруй мне все свершения.
Будь моим другом навеки и охраняй меня от препятствий.¹²¹*

Мы обращаемся к гуру с просьбой освободить нас от сансары, даровать нам все свершения и защищать нас от всех препятствий, включая все ложные взгляды, начиная от заблуждений о гуру и вплоть до тонкого двойственного воззрения, самого последнего от всех ошибочных представлений.

Затем «Шестиразовая Гуру-йога» продолжает:
*Для существ низших способностей
Тебя восхваляет Ваджрадхара за то,
Что ты – поле заслуг, драгоценнее мандал бесчисленных будд.
К Тебе, драгоценный Гуру, обращаюсь!*

Выражение *мандал бесчисленных будд* указывает на основных и окружающих божеств в мандалах Ямантаки Тринадцати божеств, Гухьясамаджи, Херуки Чакрасамвары и других. Несмотря на то что таких полей заслуг, преобразований блаженства и пустоты божества, неисчислимо множество, гуру драгоценнее их всех.

Гуру также является более драгоценным полем, потому что превосходит все святые объекты, включая будд. Помните о доброте гуру, которая заключается в том, что он – объект, в отношении которого мы можем накопить самые обширные заслуги. Именно гуру обеспечивает нас средствами кратчайшего завершения трудов по накоплению заслуг и, тем самым, достижения просветления. Наши гуру гораздо драгоценнее и добрее всех будд.

Обычное поле невозможно засеивать постоянно, это сезон-

ная работа: посеять и собрать урожай можно лишь в определённое время. Но в святое поле гуру можно сеять заслуги, семена всего счастья, вплоть до просветления, непрерывно, кругло-суточно. Единственная проблема в том, что, вы, со своей стороны, не пытаетесь это делать, потому что беспечны или ленивы, лишены веры или не осознаёте, какой невероятной драгоценной возможностью располагаете. Необязательно засеивать это поле только во время благоприятного сезона: вы можете это делать ежесекундно. Если у вас есть вера и понимание и вы не ленивы, поле заслуг гуру дарит вам невероятную возможность каждое мгновение создавать причины всего счастья.

Эта строфа главным образом посвящена памятованию о доброте гуру; здесь нам нужно помнить о его доброте в прошлом, настоящем и будущем. С точки зрения своих качеств, гуру и будды равны, но с точки зрения доброты гуру лучше.

У нас нет кармы увидеть Ямантаку, Гухьясамаджу, Херуку или любое другое божество и получить от них посвящение, но мы получаем посвящения от наших гуру. Мы не получаем учения сутры и тантры от Гуру Будды Шакьямуни, поскольку у нас нет кармы его увидеть. Никто из бесчисленных аспектов Нирманакаи и Самбхогакаи не может дать нам учения, потому что у нас нет кармы их увидеть, но наши гуру могут нас учить.

Ваджрадхара проявился в аспекте наших гуру, монахов или мирян, ради нас, обычных живых существ с малыми заслугами. Ваджрадхара также проявился во всех аспектах Нирманакаи и Самбхогакаи божеств, в облике дакинй, защитников и даже всех лам линии преемственности. Поскольку у нас не было кармы увидеть их или получить от них учения, мы остались позади и они не смогли нас непосредственно усмирить. Эти проявления Ваджрадхары, наши гуру, гораздо лучше всех будд трёх времён и всех существ в поле заслуг.

Если бы наш гуру проявился не в его нынешнем человеческом теле, но в низшей форме, такой как животное, мы не смогли бы его узнать. Для нас было бы невозможно узнать в животном воплощении Ваджрадхары и общаться с ним или получать от него учения. Как сказал Ченгава Лодро Гьялцен, нам невероятно повезло, что мы видим наших гуру не в аспекте собак и ослов, а в человеческом облике.

Если бы аспект нашего гуру был выше или чище этого ныне-

шнего, если бы он явился, например, как Нирманакая или Самбхогакая, опять же, у нас бы не было кармы его увидеть и получить учения. Единственный аспект, соответствующий нашему уровню ума – тот, что мы можем видеть и от которого способны получать учения и руководство: это нынешний облик. Он в точности соответствует нашей карме. Следовательно, наш гуру необычайно добр.

Даже без учёта всех многократно полученных нами полных учений, мы видим, что наш гуру невообразимо добр, являясь в аспекте, подходящем для нашего нынешнего уровня ума.

Если мы именно так размышляем о смысле этой второй строфы и медитируем на него, она обладает великим вкусом, великой значимостью. Это помогает нам от всего сердца ощутить доброту гуру.

Мы также можем вспоминать слова, которые Его Святейшество Далай-лама иногда говорит тибетцам: «Если тибетский народ не будет должным образом следовать моим советам, Далай-лама может заболеть, и тогда вообще ни на что не будет способен».

Даже если мы нашли гуру, но он всегда болен или не способен давать наставления, мы не получим учений. В своих нынешних проявлениях наши гуру могут давать нам любые учения, которые мы пожелаем. Медитируя на это более конкретно, мы глубже почувствуем доброту нашего гуру.

Только наши нынешние гуру действительно раскрывают нам методы достижения освобождения от сансары и просветления. Только гуру даруют нам монашеские посвящения, обеты бодхисаттвы и тантры, а также комментарии по сутре и тантре. Следовательно, они драгоценнее всех бесчисленных будд.

Без наших гуру мы были бы варварами. Если бы наши нынешние гуру не раскрывали нам учения, мы были бы варварами, не понимающими карму. Рождение человеком несовершенно, если мы не встречаем гуру и учения. Только подумайте об индийцах, живущих в деревнях Дхарамсалы. Не понимая карму, они лишены возможности или свободы прекратить создание неблагодой кармы. Без доброты наших нынешних гуру, которые проявляются в точном соответствии с нашей кармой, мы были бы варварами, полностью лишёнными проводников. Даже если бы мы не родились в низших мирах, мы всё равно оставались бы варварами.

Без наших гуру мы не смогли бы даже обрести человеческое тело. Чтобы родиться человеком, нужно создавать благую карму, а без добродетельного учителя мы на это не способны. Нам необходимо получать учения, чтобы практиковать добродетель и обрести тело человека.

Как сказано в «Сущности нектара»¹²², доброта наших гуру выводит нас из низших миров, мы попадаем в мир людей и получаем учения и временные удовольствия, а затем постепенно достигаем просветления. «Выводит нас из низших миров» не означает, что гуру вытягивает нас оттуда за руку. Он даёт учения, чтобы мы могли создавать заслуги.

Есть два способа размышлять о том, как гуру добрее и драгоценнее будд. Один из них – думать, что наш нынешний добродетельный учитель, являющийся в обычном аспекте, – это проявление абсолютного гуру и всё, включая Будду, Дхарму и Сангху, исходит от абсолютного гуру.

Второй способ – думать, что бесчисленные будды не способны руководить нами в аспекте будд, потому что у нас нет кармы их увидеть: это могут делать только наши нынешние гуру. Без них мы остались бы без проводника, как ребёнок без родителей. Мы стали бы подобны младенцу, который ничего не умеет, даже есть.

После строфы о доброте гуру вверение себя гуру на деле заключено в следующей строфе обращения:

Все обычные и высшие достижения

Приходят от правильного вверения тебе, защитник.

Постигнув это, я готов тело и жизнь также полностью отдать.

Благослови вершить только то, что радует тебя!

Это чрезвычайно важная молитва. Нужно всегда радовать гуру и никогда не вызывать у него недовольство, даже на секунду. Мы должны произносить эту молитву и таким образом посвящать заслуги как можно больше раз, каждый день. Если мы так посвящаем заслуги, в этой жизни и в будущих рождениях мы сможем больше практиковать Дхарму, и делать это правильнее. Это даёт нам возможность достичь успеха в практике Дхармы.

Вверение себя гуру не означает, что мы чувствуем преданность и почтение только когда наш гуру нам улыбается, дарит

подарки или поступает так, как нам нравится, а позже отказываемся от гуру, когда он на нас гневается, рассказывает другим о наших недостатках или делает то, что нам неприятно.

В одном тексте сказано:

Получая Дхарму, мы должны иметь хорошую опору. Нам следует правильно верить себя благому другу вплоть до достижения просветления.

В отношении готовности отдать своё тело и жизнь, даже если, следуя одному наставлению нашего гуру, мы рискуем жизнью, мы должны быть готовы на такие жертвы, как описано в историях про Наропу и Миларепу. Помните о двенадцати великих тяготах, которые испытал Наропа, следуя советам Тилопы.

Что делать, если кто-нибудь пригрозит нас убить за следование совету нашего гуру? В «Освобождении на вашей ладони» Пабонка Дечен Ньингпо рассказывает историю о человеке, который сказал монаху: «Если не откажешься от Прибежища в Будде, Дхарме и Сангхе, я тебя убью». Но монах предпочёл гибель отказу от своего Прибежища и после смерти переродился в чистой земле.

Жертвование телом и жизнью ради исполнения святых желаний гуру имеет невероятные преимущества. И наоборот, если мы защищаем свою жизнь и идём против воли нашего гуру, от этого много ущерба, даже в этой жизни. Даже если мы проживём на несколько лет дольше, охраняя свою жизнь, у нас не будет счастья.

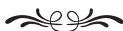
У следующей строки – «Благослови вершить только то, что радует тебя!» – также глубокий смысл. Читая это обращение, мы должны думать: «Отныне и пока я не достигну просветления, да буду я приносить моему гуру только радость своими телом, речью и умом! Да не огорчу его даже на мгновение!». Если наш благой друг счастлив и доволен нами, это наилучшее очищение. Пусть миллиарды других живых существ нас осуждают и ругают – это не имеет значения, пока гуру нами доволен.

Мы очищаем тяжелейшую неблаговую карму, накопленную в прошлом в отношении живых существ или учителей, если совершаем действия, радующие святой ум нашего гуру. В учениях объясняется, что самая тяжкая неблагая карма, создан-

ная в отношении гуру, очищается выполнением советов гуру и угождением ему. Даже если миллиарды других живых существ нами недовольны, мы всё равно будем счастливы в жизни. В этой и в будущих жизнях мы преуспеем в своей практике.

Эти три строфы в «Шестиразовой Гуру-йоге» невероятно значимы. Было бы жаль, если бы мы просто быстро бормотали слова, не задумываясь об их смысле. Тогда мы упустим всё богатство молитв.

21. ПРЕДАННОСТЬ ГУРУ В «ПРИЗЫВАНИИ ЛАМЫ ИЗДАЛЕКА»



Молитва «Призывание Ламы издалека», написанная Пабонкой Деченом Ньингпо, очень полезна для ума, так как сочетает в себе практику гуру-йоги и ламрим. Это весьма действенный способ выполнять непосредственную медитацию на три основы пути и две стадии Высшей Йога-тантры, поскольку эта молитва рождена собственными переживаниями Пабонки Дечена Ньингпо.

Всё в этой молитве имеет глубочайший смысл.

Мне настолько понравилась эта молитва, что я особо попросил моего коренного гуру, Его Святейшество Триджанга Ринпоче, дать мне её устную передачу. Я получил устную передачу один на один с Его Святейшеством в его комнате в Дхарамсале за два или три года до кончины Кьябдже Ринпоче. Кажется, это было последнее учение, которое мне дал Его Святейшество.

Полное название этой молитвы – «Страдальческий вопль, быстро привлекающий благословение Ламы, Нераздельной Трикаи». Мучимый страданиями сансары скиталец выражает непревзойдённую преданность своему гуру, видя, кто такой гуру, и понимая его доброту. В этой молитве звучит нестерпимая преданность, и эта преданность быстро приносит благословения гуру, неотделимого от Трёх Тел Будды.

Читая «Призывание Ламы издалека», представляйте своего коренного гуру на своей макушке или перед собой как воплощение всех гуру, Будды, Дхармы и Сангхи, а затем выполняйте медитации, описанные в строфах этой молитвы. Самая суть медитации – сосредоточиться на гуру как на абсолютном гуру, Дхармакае, святом уме всех будд, запредельной мудрости недвойственных блаженства и пустоты. Абсолютный гуру

проявляется во всех бесчисленных разнообразных аспектах будды, чтобы вести нас, живых существ, а также принимает обычные формы, чтобы раскрывать учения. Каждый из наших гуру – это все будды, а все будды – каждый из наших гуру.

Лама, думай обо мне.

Лама, думай обо мне.

Лама, думай обо мне.

Читая это – по-тибетски *lama khyen, lama khyen, lama khyen* – мы молим гуру о помощи. Мы просим гуру обратить на нас внимание, подумать о нас. Слово «лама» можно использовать по-разному, но здесь оно означает нашего собственного ламу, с которым мы поддерживаем связь в Дхарме с осознанием отношений гуру-ученик.

Визуализируя коренного гуру на своей макушке, осознавайте истинный смысл гуру. Помните в своём сердце, что гуру – это абсолютный гуру, Дхармакая, святой ум всех будд. Абсолютный гуру, или все будды, работает через обычный аспект гуру, так же, как солнце должно светить через увеличительное стекло, чтобы зажечь сухую траву. Все будды трудятся через это обычное проявление, которое соответствует вашему уровню. Посредством дарования устных передач, посвящений, комментариев, обетов, обучения алфавиту и так далее, гуру дотла сжигает все ваши омрачения, все пороки вашего ума. Затем, осуществляя путь, вы приходите к просветлению под его руководством.

Мудрость великого блаженства, единая на вкус с Дхармакаей,

Это абсолютная природа всех милосердных учителей.

Молю тебя, Лама, Дхармакая, будь всегда со мной неразлучен

В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.

Хотя вы, возможно, привыкли к этому переводу, я предпочитаю переводить данную строфу следующим образом:

Запредельная мудрость всех будд, одного вкуса в великом блаженстве Дхармакаи,

Есть лишь милосердный Гуру, абсолютная природа всего.

От всего сердца молю тебя, Лама, Дхармакая: будь всегда со мной неразлучен

И веди меня в этой жизни, в будущих жизнях и в промежуточном состоянии.

Вместо того чтобы соединить блаженство с мудростью, я соединил его с Дхармакаей, потому что это лучше отражает то, что такое Дхармакая. Однако я не хочу сказать, что мудрость не является великим блаженством. Здесь *абсолютная природа всего* означает – «всех будд». Милосердный гуру – абсолютная природа всех будд. Именно так нужно медитировать, чтобы постичь, что святой ум гуру – Дхармакая. В целом, *вести* означает направлять человека туда, куда он хочет попасть, чтобы стать счастливым, и здесь это указывает на приведение к просветлению.

Осознавая, что отрицаемый объект является ложным и пустым, мы можем прийти к полной вере в то, что неведение и порождаемые им заблуждения можно устранить. Именно так мы обретаем несомненную веру в возможность достижения просветления. Подобным образом, понимая Четыре Тела так, как они разъясняются на пути Высшей Йога-тантры, мы обретаем веру в то, что просветление возможно. Имея отчётливое представление о двух стадиях пути Высшей Йога-тантры, особенно второй, стадии завершения, мы постигнем гораздо яснее и поверим гораздо больше в то, что возможно обрести плод – Четыре Тела. Тогда при чтении «Призывания Ламы издалека» у нас будет гораздо больше веры.

Эта первая строфа – главное в преданности гуру. Это самая суть, самое сердце учения о преданности гуру, а вся остальная часть молитвы её разъясняет. Без осмысления этой строфы нет никакой возможности понять такие цитаты, как изречение Буддхаджняны: «Перед словом “гуру” не стоит даже имя “будда”».

Если мы понимаем эту строфу, то поймём и то, почему при чтении раздела о Прибежище в «Гуру-пудже» сначала произносится НАМО ГУРУБЭ, а не НАМО БУДДХАЯ. Кроме того, мы осознаем, почему говорят *Гуру-Будда*, а не *Будда-Гуру*. Если мы понимаем эту строфу, то нам станет ясно, почему гуру стоит на первом месте. Это происходит не только потому, что гуру добрее будды, что, конечно, верно, но является лишь частью довода.

В былые времена в Копане лама Еше часто исследовал западную сангху. Он просил кого-то из монахов или монахинь, которые не имели понятия о теме лекции дня, сесть под тронем. Все ученики, включая тридцать или сорок копановских монахов, присутствовали в гомпе, когда Лама допрашивал того члена

Сангхи. Однажды, когда Лама и я долго жили в затворническом центре «Тушита» в Дхарамсале, такому допросу подверглась Джампа Сангпо. Кажется, я задал ей вопрос: «Почему гуру стоит на первом месте?». Один геше помог Джампе справиться с ответом, сказав: «Потому что гуру добрее будд». Но причина гораздо глубже, и я уверен, что геше это понимал, но так и не дошёл до полного ответа. В этой строфе приведено основание.

Положение, выраженное в первой строфе «Призывания Ламы издалека», гласящее, что запредельная мудрость всех будд одного вкуса в великом блаженстве Дхармакаи, – высшее таинство тантры. Чтобы услышать объяснение о том, что такое Дхармакайя, действительно надо получить посвящение Высшей Йога-тантры. В этой строфе, которая знакомит нас с абсолютным гуру, говорится о самой сути, самом главном знании гуру, и о том, что в конечном итоге нам нужно осуществить.

Во время учений, которые Кьябдже Денма Лочо Ринпоче дал в Монголии, он упомянул, что Пабонка Ринпоче лучше всех разъясняет, каким образом все будды едины по сути. Ни один другой лама не объяснил это столь же ясно. Пабонка Дечен Ньингпо сказал: «Все живые существа становятся едины по своей сути, когда достигают просветления».

Как я уже упоминал, в «Украшении махаянских сутр» Будда Майтрея использует пример того, как неисчислимые лучи солнца сливаются воедино и всегда осуществляют одно деяние – освещают мир, чтобы показать, как бесчисленные будды сливаются в Дхармакае, чтобы осуществить одно деяние – озарение умов живых существ.

Все Будды едины в Дхармакае, и из Дхармакаи, подобно бесчисленным лучам, исходящим от одного солнца для осуществления одного деяния, проявляются бесчисленные формы будд, все разнообразные аспекты Нирманакаи и Самбхагакаи, чтобы вести живых существ. Поскольку сейчас своим омрачённым умом мы не можем видеть аспекты Нирманакаи и Самбхогакаи и получать от них прямое руководство, будды проявляются в обычных формах, чтобы трудиться нам на благо. Различными способами, но особенно путём раскрытия Дхармы, эти проявления побуждают нас на добродетели и таким образом дарят счастье.

Другой пример, который Будда Майтрея приводит в «Украшении махаянских сутр» – это вода из различных источ-

ников, стекающая в океан, где она смешивается в одно целое. До впадения в океан различные водоёмы находятся в разных местах и выполняют каждый свою функцию. В частности, речь идёт о воде в ручьях, реках, водопадах, прудах, под землёй и даже в бассейнах. Таковы и живые существа, у которых до просветления были разные умы, но после просветления они становятся одним целым, как вся вода, стекающая в океан. Это означает, что вся вода собирается в одном месте, становится единой, и её функция также становится единой. В Дхармакае, которая подобна океану, святые умы всех будд сливаются, чтобы стать едиными по сути, и это – абсолютный гуру.

Перед вступлением в просветление у нас отдельные тело и ум, а также – отдельные, индивидуальные действия. Поскольку мы являемся отдельными существами в отдельных телах, мы занимаемся разными делами. Кроме того, до просветления помощь, которую мы оказываем живым существам, ограничена.

Мы должны применить этот пример, чтобы понять *запредельную мудрость всех будд, одного вкуса в великом блаженстве Дхармакаи*. После того как живые существа вступают в просветление, нет ни отдельного тела, ни отдельного ума, так же как нет отдельных водных потоков после их впадения в океан.

Когда вы проливаете в океан одну каплю воды, она становится единой со всей остальной водой. После того как капля упала в океан, её уже невозможно отделить от океана. Подобным же образом после того как живые существа вступили в просветление, нет ни отдельных тел, ни отдельных умов, ни отдельных действий.

У ума три уровня – грубый, тонкий и наитончайший. Именно с точки зрения наитончайшего ума и ветра и проявляется суть примера с каплей воды в этой строфе. Этот чрезвычайно тонкий ветер-ум не имеет никакого сопротивления и благодаря этому пронизывает собой всё пространство. Если бы было сопротивление, было бы и разделение. Поскольку капля воды в океане никак не сопротивляется, стараясь остаться отдельной из океана, она становится единой со всем огромным океаном. Подобным же образом запредельная мудрость всех будд одного вкуса в Дхармакае.

После того как капля воды попадает в океан, существует ли эта капля или нет? Вся вода, попадая в океан, становится еди-

ной. И нельзя сказать, что вода – будь то источник, водопад или капля – не существует. Она существует, продолжает существовать, но уже в качестве всего океана. Точно так же запредельная мудрость всех будд – одного вкуса в великом блаженстве Дхармакаи.

Когда живое существо становится просветлённым, нельзя сказать, что поток его сознания прекращается: он всё ещё есть. Отдельной или индивидуальной, идентичности нет, но поток сознания остаётся, хотя только в целом. Так же как капля воды становится одного вкуса с океаном, запредельная мудрость всех будд становится одного вкуса с Дхармакаей. Именно это называется «гуру». Когда мы думаем о гуру, когда слышим или произносим слово «гуру», когда видим гуру, когда медитируем на гуру, должно быть именно это – запредельная мудрость всех будд одного вкуса в Дхармакае. Таково понимание того, что должно мгновенно приходить на ум, когда мы читаем молитвы о гуру или думаем о гуру, видим его или медитируем на него. Именно так возникает прозрение, что все будды – гуру, а все гуру – будды.

Строфа завершается словами:

Будь всегда со мной неразлучен

И веди меня в этой жизни, в будущих жизнях

и в промежуточном состоянии.

Как гуру заботится о нас или нас ведёт? В настоящее время мы сами не можем увидеть гуру в Дхармакае. Мы также не способны увидеть гуру в аспектах Самбхогакаи и Нирманакаи. У нас нет кармы увидеть гуру в аспекте будды. У нас есть карма встретиться с обычным человеком с сансарическими психофизическими совокупностями, с омрачениями и страданиями из-за рождения, старости, болезни и смерти – и получить от него учения и руководство. Нас ведёт этот аспект, эта обычная форма.

Вода в океане испаряется, чтобы опять превратиться в ручьи, водопады и пруды, чтобы пролиться на урожайные поля и выполнить множество других функций. Подобным образом, абсолютный гуру – мудрость всех будд, одного вкуса с великим блаженством Дхармакаи – проявляется в условном гуру и через эту форму ведёт живых существ. Он также проявляется в многообразии других форм, включая бесчисленные аспекты будд:

он мгновенно возникает в любом облике, который необходим, чтобы вести каждое живое существо. По мере созревания кармы живого существа абсолютный гуру произвольно проявляется, не медля ни секунды, а затем ведёт это существо.

Теперь, осознание того, чем является гуру, понимание абсолютного гуру, легко соотнести со всеми буддами десяти сторон света. Сколько бы ни существовало разнообразных внешних аспектов – мужских, женских, двуруких, тысячеруких – все они являются проявлениями гуру, а гуру – всеми этими буддами. Это самая суть следующих строф в «Призывании Ламы издали», в которых говорится о том, каким образом гуру – это различные божества, Три Драгоценности и так далее.

*Иллюзорное проявление мудрости, Победитель с семью ветвями¹²³,
Есть абсолютная основа всех милосердных учителей.
Молю тебя, Лама, будь всегда со мной неразлучен
В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.*

Эта строфа относится к Самбхогакае или святому Телу Полного Наслаждения. Почему это называют полным наслаждением? Потому что запредельная мудрость недвойственных блаженства и пустоты более не должна развиваться с точки зрения наслаждения. Великое блаженство и есть абсолютное наслаждение.

Термин, переведённый здесь как «семь ветвей», иногда переводят как «семь поцелуев», но тогда кажется, что это означает поцеловать кого-то семь раз, а это неверно. Самбхогакая является богиней с подобным аспектом, и они пребывают лицом к лицу в половом соитии. На самом деле это одно существо, а не два разных. Это показывает, что ум всегда испытывает великое блаженство, что метод и мудрость едины.

Переживание великого блаженства в союзе с богиней – вторая ветвь или характеристика. Третья – то, что это великое блаженство непрекращаемо и неистощимо. Существо совершенно и полно, а это означает, что у него нет омрачений. Оно пребывает в этой форме, пока длится сансара. Святое тело Самбхогакаи не существует по природе, у него нет истинного бытия. Эта Самбхогакая зависит от причин и условий. У неё всегда есть безобъектное великое сострадание. Но, являясь непостоянной, Самбхогакая, святое Тело Полного Наслаждения, без усилий исполняет все желания. Она непре-

рывно трудится ради живых существ. Нельзя сказать, что у этой Самбхогакаи иногда есть энергия трудиться ради живых существ, а иногда ей лень это делать. Самбхогакая непрерывно трудится для живых существ, мгновенно возникая везде, где есть удачливое живое существо – объект усмирения.

У Самбхогакаи нет прекращения; она всегда пребывает, не выходя за пределы печали. Когда мы просим гуру, чтобы его жизнь была прочна до скончания сансары, мы обращаемся с этой просьбой к Нирманакае, потому что именно она являет деяние выхода за пределы печали.

*Игра разнообразных проявлений,
Усмиряющих умы множества учеников с различными наклонностями, –*

Это деяния Самбхогакаи милосердных учителей.

*Молю тебя, Лама, Нирманакая, будь всегда со мной неразлучен
В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.*

Эта абсолютная запредельная мудрость недвойственных блаженства и пустоты проявляется в святом теле, украшенном тридцатью двумя большими и восемьюдесятью малыми знаками. Это и есть святое Тело Нирманакаи.

Далее в тексте говорится:

Размышляя о том, как ты укажешь

Превосходный безошибочный путь

*Мне, несчастному страдальцу, которого оставили все будды, –
Лама, я вспоминаю тебя.*

Здесь фраза «которого оставили все будды» относится к буддам до Будды Шакьямуни. У нас не было заслуг или удачи, чтобы нас усмирили трое Будд, пришедших в наш мир до Будды Шакьямуни. И что касается Гуру Будды Шакьямуни, Манджушри, Майтреи, Асанги, Нагарджуны и других пандитов и йогинов в Индии и Тибете, у нас также нет заслуг на то, чтобы быть их прямыми учениками и обучаться под их руководством. В нашем мире в прошлом появлялись бесчисленные будды, бодхисаттвы и святые существа, но у нас не было заслуг на то, чтобы они нас непосредственно вели.

Что такое *превосходный безошибочный путь*, который напоминает нам о гуру? Здесь так названы учения ламы Цонкапы, а не просто общие учения Дхармы Будды. Превосходный безо-

шибочный чистый путь учений ламы Цонкапы, объединяющих сутру и тантру, наиболее ясно толкует то, чему учил Будда. Не говоря уже об освобождении других живых существ, даже наше собственное освобождение из океана сансарического страдания зависит от отсечения корня сансары – неведения, а это может произойти только в случае постижения воззрения о пустоте в толковании прасангики мадхьямаки, которое приводит к пониманию тонкого зависимого происхождения: вещи существуют как просто названия, лишь как мысленные обозначения. Лама Цонкапа особенно постарался предельно ясно изложить воззрение школы прасангика: самое ясное из существующих толкований. И это основной аспект *превосходного безошибочного пути*.

Другой аспект – это ясные учения ламы Цонкапы о безмятежности, особенно о тонкой форме притуплённости, которую, похоже, не всегда доходчиво раскрывают источники других традиций. Благодаря такому ясному толкованию легко обрести безмятежность. Вооружившись чётким объяснением ламы Цонкапы, вначале мы обретаем правильное умозрительное понимание, а затем применяем его на практике и достигаем правильного прозрения. Это не занимает много времени и не очень трудно, потому что учения совершенно ясны.

Лама Цонкапа так же ясно изложил все особые техники порождения бодхичитты. В отношении тантры лама Цонкапа дал точнейшее учение о том, как обрести иллюзорное тело, непосредственную причину Рупакаи.

Хотя есть и множество других учений, это основные примеры того, как лама Цонкапа совершенно ясно указывал чистый безошибочный путь, потому что нет опасности ошибиться, прийти к страданию вместо освобождения и в итоге впустую потратить свою жизнь.

Важно соотнести эту строфу с превосходным безошибочным путём ламы Цонкапы, потому что тогда вы почувствуете, как вам в этой жизни повезло. Во-первых, число буддистов в нашем мире невелико по сравнению с небуддистами; среди буддистов очень мало махаянцев; а среди махаянцев крайне мало тех, кто встречается с учениями ламы Цонкапы о чистых поведении и воззрении.

Затем «*Лама, я вспоминаю тебя*» означает, что вы вспоминаете о том, как всё полученное вами благо исходит от гуру.

Это не просто воспоминание о гуру, это памятование о его доброте, а также – практика и осуществление учений, которые он вам дал.

Слово «Лама» больше связано с вашим коренным гуру, аспектом, на который вы медитируете. Вы можете соотнести эту строфу и с вашими другими гуру, но однонаправленно сохраняйте внимание на аспекте коренного гуру. Иначе можете просто говорить «Ламы».

*Размышляя об этом превосходном теле,
таком значимом и редком,
И желая извлечь его суть,
сделав правильный выбор между обретением и потерей,
Счастьем и страданием, –
Лама, я вспоминаю тебя.*

Мы обретаем драгоценное человеческое тело, столь трудно-достижимое и обладающее великой значимостью, благодаря доброте гуру. Все восемь свобод и десять дарований, каждое из которых невероятно редко, приобретаются благодаря доброте гуру. Подобное тело, которое будет крайне трудно обрести вновь, на этот раз было найдено милостью гуру. И с помощью этого совершенного человеческого тела мы можем извлечь три великих смысла – также благодаря доброте гуру.

Это перерождение даёт нам в нынешней жизни свободу выбирать между обретением и потерей, счастьем и страданием. Каждое мгновение мы можем выбирать между просветлением и адом. У нас есть свобода выбирать сейчас, в этой жизни, в этом году, в этом месяце, на этой неделе, сегодня, в этом часу, в эту минуту, даже в эту секунду. Мы можем выбрать ад или просветление, сансару или освобождение, мир страдающих скитальцев или мир счастливых скитальцев. Ежесекундно у нас есть свобода выбора – извлечь безошибочную суть.

Как нам извлечь безошибочную суть? Медитацией на то, что наш собственный ум, ум гуру и ум божества едины. Наш собственный ум един с умом нашего особого божества, запредельной мудрости недвойственных блаженства и пустоты, то есть с абсолютным гуру. Восприятие единства этой троицы должно быть нашей медитацией в повседневной жизни. Двадцать четыре часа в сутки мы должны видеть себя, божество и гуру единым целым.

С такой практикой гуру-йоги, с утра до ночи, все наши наслаждения становятся средством накопления самых обширных заслуг. С этой медитацией каждое без исключения чувственное удовольствие – еда, питьё, омовение – вместо того, чтобы превратиться в неблагую карму, естественным образом становится способом создания величайших добродетелей. Поскольку мы видим это тройственное единство, каждое чувственное удовольствие становится подношением и развивает в нас блаженство и пустоту – суть пути Высшей Йога-тантры. Тогда глоток чая или ложка пищи накапливают гораздо больше заслуг, чем подношения всем буддам. В этом случае употребление пищи и напитков делает нашу жизнь крайне богатой и значимой. То же самое касается всех наших остальных удовольствий – мытьё, ношение одежды и всё остальное станет лишь средством накопления величайших заслуг.

Если мы делаем подношения таким образом, всё что угодно поможет нам в развитии запредельной мудрости недвойственных блаженства и пустоты, и сама медитация на пустоту должна сопровождать каждое наслаждение. Каждое удовольствие, испытанное с осознанием пустоты, становится противоядием от корня сансары. Все чувственные объекты, которыми мы наслаждаемся, – это также проявления Дхармакаи, абсолютно-го гуру и запредельной мудрости недвойственных блаженства и пустоты. Всё, что мы делаем, превращается в практику гуру-йоги. Прожить так жизнь – это способ достичь просветления за одно краткое рождение в эпоху упадка. Те йогины, что стали просветлёнными за одну жизнь, достигли этого потому, что так практиковали гуру-йогу, видя тройственное единство своего собственного ума, святого ума божества и святого ума гуру. Именно это позволило им достичь просветления за одну жизнь, или даже за несколько лет.

Поскольку эти действия также совершаются с бодхичиттой, они, опять же, являются причинами просветления. Во-первых, в причину просветления всё превращает сила Гуру-Йидама. Во-вторых, это делает бодхичитта. С такой практикой наша жизнь становится полезной для всех живых существ.

Наш собственный ум – Дхармакая, святой ум божества и святой ум гуру. Как это испытать? Мы видим всё пустым, единым с блаженством. У нас есть чистота восприятия. Этой Дхармакае не являются обычные вещи – только чистые, и всё

видится пустым от независимого существования.

Что заставляет нас выполнять все эти практики гуру-йоги, блаженства и пустоты и бодхичитты и таким образом извлекать из своей жизни наибольший смысл? Осознание непостоянства и смерти, осознание, что мы умрём и смерть может наступить в любой момент, даже сегодня. Это избавляет от представления о постоянстве. Это отсекает отвлечения и даёт нам энергию и усердие для продолжения других практик. Это позволяет нам избежать рождения в аду и достичь просветления. Это помогает нам освободиться от сансары, от страданий и источника страданий. Даже если мы не станем просветлёнными в этой жизни, благодаря этому мы сможем избежать рождения в низших мирах и в следующей жизни стать богом или человеком. Вот в чём самая суть ламрима, трёх основ пути.

*Размышляя о том, как беспомощен я буду,
когда меня внезапно охватит
Великий страх смерти, – Лама, я вспоминаю тебя.*

Я думаю, медитировать на эту строфу очень полезно. Если к вам неожиданно нагрянет смерть, что вы будете делать? Конечно, то, насколько успешно вам удастся умереть, что означает способность хорошо медитировать, зависит от количества накопленных вами заслуг. Иными словами, это на самом деле зависит от того, насколько выверяете себя благому другу. Если бы смерть пришла прямо сейчас, как бы вы поступили? В этой связи Пабонка Дечен Ньингпо напоминает о необходимости подготовки к смерти. Даже если вы много изучали пять коренных философских текстов и индийские, и тибетские комментарии к ним, даже если вы знаменитый геше-лхарамба, если вы не практиковали Дхарму, не практиковали ламрим, и неожиданно наступит смерть, вы не будете знать, что делать. Вы растеряетесь, и вас охватит страх. У вас не будет времени на практику, так как смерть отложить невозможно.

Размышляя о том, каково это – вдруг расстаться с радостями этой жизни

И в одиночестве отправиться в путь, – Лама, я вспоминаю тебя.

Когда это случится, можно опереться только на гуру. Поэтому вы и вспоминаете гуру.

Размышляя о том, каково это, когда моё нагое тело падает в ужасающий

Адский огонь, в невыносимые муки, – Лама, я вспоминаю тебя.

Здесь, когда речь идёт о страданиях в низших мирах, хорошо обратиться с такой просьбой: «Гуру, молю, защити меня от невыносимых страданий в адских мирах прямо сейчас!». Поскольку для вас не существует другого объекта Прибежища, вы ищете Прибежище в своём гуру. Хотя есть бесчисленные будды и бодхисаттвы, лучшее и самое мощное Прибежище – это гуру. Как я уже говорил, гуру – источник всех остальных объектов Прибежища, всех Будд, Дхармы и Сангхи.

Также очень полезно соотнести себя с этим страданием, думая: «Когда я паду в миры адов, да смогу я испытать страдания в аду за всех живых существ!». Вы вспоминаете о своём гуру и просите его помочь вам использовать страдание в низших мирах для практики бодхичитты. Вы можете думать об этом в контексте данной строфы. Молясь так сейчас, позже, когда вы родитесь в аду, вы сможете вспомнить о бодхичитте и принять на себя страдания всех живых существ. Помимо этого, вы позволяете другим живым существам взять всё ваше счастье вплоть до просветления.

Полезно размышлять об этом тем или иным образом.

Размышляя о том, как страдают от голода и жажды, без капли воды

Несчастные обитатели мира голодных духов, – Лама, я вспоминаю тебя.

Преты, голодные духи, не способны найти ни капли воды, ни ложки пищи в течение тысяч лет и испытывают одни лишь страдания. Кроме того, они создают неблагоприятную карму. Это совершенно невыносимая жизнь. Думая: «У меня нет другого выхода, только принять Прибежище в моём гуру», вы вспоминаете своего гуру и вновь просите его вас защитить.

Вы также можете породить бодхичитту, приняв решение, что, когда переродитесь в мире голодных духов, испытаете страдания прет за всех живых существ.

Размышляя о том, как ужасно и отвратительно быть тупым животным,

И каково пережить это самому, – Лама, я вспоминаю тебя.

Здесь говорится о животных в целом, но полезнее применить эту строфу к конкретным животным, которых вы видели, потому что у нас, обычных людей, нет ясновидения: мы не понимаем, как страдает большинство животных. Некоторые люди с сильными омрачениями даже не считают, что у животных есть сознание; они уподобляют их растениям. Соотнесите эту строфу с отдельными животными, страдания которых вы помните. Животные не только страдают, но также постоянно создают неблагодарную карму, поэтому им очень трудно породить благие мысли.

Какие бы невыносимые страдания вы ни испытывали, будучи существом в аду, голодным духом или животным, они не кончаются: вы не умираете. Из-за вашей тяжкой кармы накопились препятствия, и, какой бы ужасной ни была ваша жизнь, вы не умрёте, пока эта карма не истощится.

Размышляя о Прибежище, которое защитит меня от неизбежного

Падения в страдания низших миров, – Лама, я вспоминаю тебя.

Это тоже очень мощная медитация. Думайте: «К полудню сегодняшнего дня или к вечеру со мной может случиться что угодно. Я могу попасть в ужасающий ад или переродиться сороконожкой, червяком или другим созданием. Через час или даже через минуту я могу оказаться в низших мирах». Поразмыслите о страданиях низших миров. Они невыносимы, но вам придётся их испытывать, пока карма не истощится. У вас нет другого выхода. Это переживание страданий в низших мирах может возникнуть уже даже через минуту.

Это – мощная медитация на непостоянство, на то, что нет ничего определённого. Решив искать Прибежище ради защиты от рождения в низших мирах, вы видите, что нет никого, кроме вашего гуру. Опора на гуру, Прибежище в гуру – лучшая защита.

*Размышляя о том, как созревают (плоды) белых и чёрных деяний,
И о том, как действовать тщательно, точно и сдержанно, –
Лама, я вспоминаю тебя.*

Размышляйте о карме и омрачениях, причинах страдания, особенно страданиях в низших мирах. Думайте о неблагодатной карме, которую вы накопили в ходе безначальных перерожде-

ний и продолжаете накапливать с мотивацией гнева и привязанности к этой жизни.

Все результаты созданных вами бесчисленных причин невыносимого страдания только и ждут того, чтобы проявиться. Вы можете упасть в низшие миры и испытать это страдание прямо сейчас – не просто сегодня, но даже через час, через минуту или секунду. Вам стоит сделать только один выдох, а потом не вдохнуть – и внезапно перед вашим умом предстанет ад.

Нет объекта Прибежища помимо гуру, абсолютного объекта Прибежища. Как объяснялось в первой строфе, святые умы всех будд становятся едиными в Дхармакае, подобно тому как все реки впадают в океан. Подумайте об этом значении гуру как абсолютного объекта Прибежища, источника всех бесчисленных будд прошлого, настоящего и будущего, источника Дхармы и Сангхи.

Размышляя о том, как сбежать из этой темницы бесконечных рождений,

Источника всех мучений, – Лама, я вспоминаю тебя.

Мысли о гуру немедленно защищают вас от необходимости рождаться в низших мирах. Воспоминание о гуру освобождает вас от этого страдания. При воспоминании об абсолютном объекте Прибежища, гуру, вам нет нужды бояться.

Как избежать рождения в низших мирах? Нужно охранять карму: отбросить грубую и тонкую неблагую карму и создавать грубую и даже тонкую благую карму. Такая способность зависит от того, что гуру даёт вам учения, а вы затем применяете их на практике. Тогда вы очищаете уже созданные причины низших миров и не создаёте новые. Из сансары можно выбраться, следуя учениям и наставлениям гуру. Это также связано с добротой гуру.

Эта тюрьма сансары – источник всех страданий, и у сансары нет начала, поэтому поток ума безначален и бесконечен, и у омрачений, источника сансары, тоже начала нет. У омрачений не только нет начала, но не менее трудно увидеть их конец. Опять же, когда вы захотите покончить с океаном безначального сансарического страдания, нет ничего лучше, чем опереться на гуру, принять в нём Прибежище. Гуру вас защищает и ведёт, освобождая от сансары, раскрывая учения и помогая их практиковать, что является следованием его советам. Именно в

этом смысл слов *Лама, я вспоминаю тебя*. Размышляя о способе защиты и освобождения, Лама, я вспоминаю тебя.

Размышляя о муках моих несчастных старых матерей, неисчислимых как небо,

Тонущих и терзаемых в ужасном океане сансары, – Лама, я вспоминаю тебя.

Подумайте о том, что каждое живое существо было вашей матерью бесчисленное количество раз, проявляя к вам четыре вида доброты. Ваша нынешняя мать была добра, даровав вам жизнь и позволяя практиковать Дхарму, тем самым помогая вам обрести не только временное, но и конечное счастье. Она ежедневно защищала вас от сотен опасностей для жизни и ради вашего благополучия испытала множество физических и психических тягот, в процессе часто создавая большую неблагодарную карму. Тем самым мать накапливала причины для того, чтобы самой гораздо больше страдать в сансаре. Она обеспечивала вас всеми временными нуждами, не только в этой жизни, но и в безначальных рождениях в сансаре. И она дала вам мирское образование.

Все живые существа проявляли к вам эту четырёхкратную доброту бесчисленное количество раз, и теперь они страдают как существа ада, голодные духи, животные, люди, асуры (полубоги), суры (боги) и существа в промежуточном состоянии. Причём, страдает не только одна мать-живое существо. В каждом из шести миров бесчисленное количество матерей выносит страдание, одно за другим. Они не просто умирают и перерождаются в шести мирах, испытывая там чудовищные муки, но из-за своего неведения и других омрачений создают всё больше неблагодарной кармы. Волей-неволей они невыносимо страдают, но не могут ничего поделать, пока их карма не иссякнет. Сколько бы на это ни ушло кальп, им придётся пройти через это страдание.

Для вас это источник вдохновения, чтобы быстро достичь просветления, развивая сострадание, особый подход¹²⁴ и бодхичитту. Вам необходимо осуществить три основы пути и две стадии тантры как средства помощи живым существам в освобождении из океана страданий сансары и достижении просветления.

В последующих девяти строфах вы горячо молитесь гуру о

даровании всех свершений на пути к просветлению даже без секундного промедления.

Последняя строфа гласит:

Словом, пребудь нераздельно в самом моём сердце вплоть до великого просветления.

И милосердно благослови меня, твоего сына, идти за тобой, моим отцом.

Вы просите о том, чтобы суметь достичь просветления так же, как это сделал Гуру Будда Шакьямуни, развивая отречение и вступив на путь. Вы, духовное дитя, хотите следовать за отцом, гуру, с осознанием того, кто такой гуру на самом деле, как это выражено в самой первой строфе «Призывания Ламы издалека». Медитация выполняется с пониманием этого состояния.

На этом этапе вы медитируете на то, что гуру входит в ваше сердце, и ваши тело, речь и ум объединяются со святыми телом, речью и умом гуру.

Лама, думай обо мне.

Лама, думай обо мне.

Лама, думай обо мне.

В заключение вы можете прочесть следующие молитвы:

Каким бы ты ни являлся, славный гуру,

С какой бы свитой, жизненным сроком и чистой землей,

Какое бы благородное, святое имя ты ни принял,

Пусть я и все остальные обретут только то же.

Да не возникнет у меня ни на миг неверие

В действия славного гуру.

Да увижу я чистоту в любых его деяниях.

(С этой преданностью) да впитаю я в своё сердце благословения гуру.

Великолепный, драгоценный коренной гуру,

Молю, пребудь на сиденье из лотоса и луны в моём сердце!

Веди меня с великой добротой

И даруй мне постижения твоих святых тела, речи и ума!

22. ОБУЧЕНИЕ И ИЗУЧЕНИЕ ПРЕДАННОСТИ ГУРУ



Обучение преданности гуру

Я довольно много рассказал о различных способах практики преданности гуру, корня всего пути к просветлению. Я также объяснил четыре темы ламрима о преданности гуру, основанные на сочинении Пабонки Ринпоче «Освобождение на вашей ладони». В этой книге приведено много подробностей об этих темах, с обширными цитатами и логическими доводами. Когда вы их услышите и поймёте, ваша преданность углубится.

Думаю, что для новичка, который раньше никогда не слышал о преданности гуру, я изложил достаточно оснований важности этой практики. Даже если вы не применяете все эти разнообразные техники в своей повседневной жизни, вы можете выбрать любые медитации, которые считаете наиболее действенными для порождения преданности гуру. Некоторые из этих приёмов могут также быть полезны, когда вы объясняете преданность гуру другим.

Во время курсов медитации состав участников обычно смешанный и всегда присутствуют новые люди, поэтому тема преданности гуру практически не затрагивается. Как правило, освещается лишь её общий обзор или суть практики, и не приводятся подробности о её преимуществах. Поскольку вы обычно мало слышите об этой теме, я решил, что крайне важно немного подчеркнуть её значимость, – ведь это корень всех духовных свершений. Если вы способны хорошо практиковать преданность гуру, то очень легко достигнете успеха во всех остальных прозрениях на пути, вплоть до просветления.

Обязанность учителя – объяснить преимущества преданности гуру. Тема преданности гуру очень значима, и также крайне

важно объяснять её с состраданием. Необходима сострадательная мотивация, желание как следует обучать других живых существ и оберегать их от тяжелейшей неблагодатной кармы и от ужасающих страданий. Мне неудобно затрагивать эту тему, потому что у меня не хватает сострадания, но умалчивать о ней опасно.

В прошлом, во время моих ранних курсов в Копане, мне было довольно легко и комфортно объяснять тему преданности гуру, но сейчас стало сложнее. Может быть, это признак того, что мой ум деградировал, ведь теперь я чувствую себя от этого не в своей тарелке. Мне не по себе при мысли о том, что может показаться, будто я называю себя буддой.

Вам также может быть неудобно говорить о преданности гуру, если вы сами обучаете Дхарме. Однако это нужно делать правильно: с состраданием к другим. Если вы оставите других в полном неведении об этой теме, они совершат много ошибок на протяжении всей своей практики Дхармы. Сколько бы они ни изучали другие учения Дхармы и ни старались медитировать, не зная о преданности гуру, они будут постоянно ошибаться в практике. С самого начала духовного пути они будут совершать много промахов и накапливать большую неблагодатную карму из-за непонимания преданности гуру.

В университетах, где люди изучают религию или культуру, чтобы получить учёную степень или работу преподавателя, нет необходимости преподавать преданность гуру, потому что цель студента – не практика Дхармы. Если предмет включает в себя изучение текста по ламриму, можно просто пройти этот текст, чтобы ваши студенты получили о нём представление. Но совершенно другое дело, если мотивация ученика – развитие сознания, потому что для этого ему нужно заботиться о своём уме, то есть устранять препятствия и не создавать для них новых причин.

Конечно, нельзя говорить о преданности гуру в самом начале. Этому следует учить в подходящее время. В целом, лама Цонкапа был очень мудр, когда при написании ламрима – конечно, вслед за Атишей – осветил тему преданности гуру в самом начале. Тогда, перед тем как приступить к любой практике Дхармы, люди полностью осознают учения о преданности гуру. В этом случае они изначально будут осторожны. Они знают, почему им надо отнестись к преданности гуру с самым

пристальным вниманием и приложить к ней наибольшие усилия. Они также понимают, в чём заключается их главное препятствие успеху. Духовную жизнь лучше начать с чистой практики, а не с той, где полно ошибок. Итак, с состраданием, заботой о других, вы должны объяснять практику преданности гуру ученикам, чтобы их вести и привить им полную осознанность, а также чтобы изначально они не совершали ошибок.

Если у человека не хватает заслуг и его омрачения сильны, ему невозможно доказать существование перерождений, сколько бы для этого вы ни применяли умных философских аргументов. Даже если вы, подобно древнеиндийским пандитам, знаток логики и прибегаете к самым изошрённым доводам, вы не сможете убедить этого человека в существовании перерождений. Если у него большие омрачения, он не поймёт перерождения и в них не поверит. Хотя доводы, которые вы приводите, верны и блестящи, для этого человека они не сработают. Однако если у человека много заслуг и он очистил свою неблагоприятную карму, достаточно одного простого довода или нескольких слов, даже не блестящих и не глубоких, чтобы он понял карму и перерождения и обрёл в это веру.

То же самое с преданностью гуру. Если чей-то ум не очищен, сколько бы авторитетных цитат и рассуждений вы ни применяли, это всё равно, что говорить с камнем. Ваши аргументы не проникнут в сердце человека, абсолютно никак на него не повлияют. Но когда его тяжкая неблагоприятная карма уменьшится и у него станет больше заслуг, всего несколько слов, ничего особенного, могут произвести в его уме щелчок. Раньше я упоминал о важности очищения омрачений, но теперь также хочу подчеркнуть значимость накопления заслуг. Развитие такой преданности зависит от накопления больших заслуг.

В основном всё дело в добросердечии. Люди с добрым сердцем, щедрые и искренние, лучше справляются с темой преданности гуру, чем те, кто эгоистичен и много заботится о мире. Похоже, что тем, кто менее искренен, в целом становится всё труднее практиковать преданность гуру.

Конечно, преданности гуру нельзя обучать с желанием завоевать почитателей или с другой личной выгодой. Тогда этой практикой можно злоупотребить. Вы должны объяснять её с заботой о людях, которые на вас полагаются, желая их вести, чтобы они успешно достигали прозрений на пути.

Говоря вкратце, вы преподаёте преданность гуру, чтобы ученики успешно достигли освобождения и просветления, а затем осуществили свою цель – безусловно трудиться ради живых существ. Не возникнет проблем, если вы будете объяснять преданность гуру с состраданием, но без этой мотивации могут быть трудности.

В отличие от былых времён, сейчас издано много книг на тему преданности гуру, которые вы можете разыскать для собственного пользования. Кроме того, немало учений по ламриму и тантре, объясняющих практику преданности гуру согласно сутре и тантре, переведены на английский язык.¹²⁵ Однако ключевой способ обучения преданности гуру без лишних слов – самому быть вдохновляющим примером.

Изучение преданности гуру

У некоторых людей на Западе, которые пытаются практиковать Дхарму, возникают неверные взгляды о практике преданности гуру, потому что они по-настоящему не понимают философские положения. А если вы упускаете смысл преданности гуру, не осмыслив эту тему в корне, сколько бы цитат или разделов вы ни упоминали в разговорах, преданность гуру для вас будет иметь мало смысла.

Когда мы изучаем тему преданности гуру в «Освобождении на вашей ладони» и в других текстах, нам нужно следовать разделам, неторопливо читать комментарий и глубоко обдумывать положения. Так же, как перед восходом солнца должен рассеяться туман, мы должны рассеять завесы своего ума. Это вопрос прояснения ума. Если мы просто листаем страницы текста, никакой логики мы не увидим, хотя в нём объясняется много логических доводов и приводится много цитат.

При изучении текстов по ламриму, особенно – темы преданности гуру, нам нужно понять, что любая преграда, с которой мы сталкиваемся, находится не в книге, а в потоке нашего собственного сознания. Это достоверные учения, написанные на основе переживаний бесчисленных существ, включая самого Гуру Будду Шакьямуни. В них описываются свершения бесчисленных йогингов и пандитов прошлого из различных стран, а также нынешних практиков медитации, которые практиковали так, как учили Будда, лама Цонкапа, Марпа, Миларепа. Проблема не в текстах, а в нас самих.

Нам нужно собрать все необходимые условия: мощное очищение, накопление обширных заслуг и особенно – совершенствование в преданности гуру. Мощное очищение особенно устранил наши кармические завесы, рассеет туман в нашем уме. А когда наши завесы рассеяны, те цитаты и логические доводы, которые раньше не имели для нас особого смысла или не вызывали больших чувств, неожиданно становятся очень значимыми. Внезапно мы видим в этих словах истину. Перед получением учений о преданности гуру некая мысль нам, возможно, кажется неудобной или неприемлемой, но по мере того как мы приходим к пониманию учений и начинаем практиковать гуру-йогу, наше мышление полностью меняется.

Кроме того, я считаю, что, если у нас возникнет сильная преданность гуру, ум сам по себе станет более сострадательным и менее эгоистичным. Наша мотивация естественным образом станет сострадательнее и в ней будет больше отречения.

Когда учителя говорят о преимуществах преданности гуру, некоторые люди, особенно начинающие, которые никогда ничего не слышали об этой теме, могут подумать, что гуру себя восхваляют или возвеличивают, прося учеников смотреть на них как на будду и делать им подношения. Тому, кто обладает определённым складом ума, не накопил особых заслуг или не засеял много семян учений, может показаться странным, что преданность гуру необходима для достижения свершений на пути к просветлению. Это может быть воспринято как «политика от Дхармы», как то, что гуру, говоря об этом, вас использует. Похоже, гуру объясняет все эти преимущества, чтобы собрать больше последователей или получить больше подношений.

Однако практика преданности гуру – не выдумка тибетских лам ради их пользы. Будда посвятил этому учению целую сутру – «Устройство древа», и, читая учения ламрим о преданности гуру, вы найдёте в них множество ссылок на эту сутру. В ламриме много цитат из учений Гуру Будды Шакьямуни, особенно из сутр «Устройство древа» и «Сущность земли», а также цитат из многих индийских и тибетских пандитов и йогов. Может показаться, что преданность гуру – некая уловка тибетских лам, выдуманная ими в корыстных целях, но это не так. Существуют чистые ссылки на учения Будды.

Те, кто много раз слушал учения о гуру-йоге и практикует преданность гуру, понимают, почему гуру в действительности – корень их собственного счастья и совершенств, как упомянуто в «Гуру-пудже»:

*В силу подношений и преданного обращения
К вам, святые благородные учителя, наивысшее поле заслуг,
Благословите меня, о защитники и корни всякого блага,
С великой радостью вверить себя вашей заботе*²⁶.

Сколько бы практикующий гуру-йогу ни слышал, как гуру говорит о преимуществах преданности гуру, у него не возникнет ни малейшей мысли о том, что гуру восхваляет самого себя. Этот человек знает, что гуру говорит исключительно ради блага учеников, ради их счастья и выгоды. Но если мы не понимаем, как слушать учения, такая мысль может закрасться в наш ум.

Другой фактор – это карма. Если у нас слабое представление об учениях Будды о карме или вера в них, тема преданности гуру не покажется нам осмысленной. Если мы плохо понимаем карму – я имею в виду не теоретическое понимание, но то, которое приходит с чувством, с верой – нам будет трудна тема преданности гуру и мы почти в неё не поверим. Если наше понимание кармы не очень глубоко, вера в гуру тоже будет поверхностной, как цампа, брошенная на воду. Понимание кармы и вера в неё, исходящая из глубин нашего сердца, с той же силой укрепит и нашу практику преданности гуру. Чем больше мы заботимся о карме, тем становимся осторожнее и в своей практике преданности гуру.

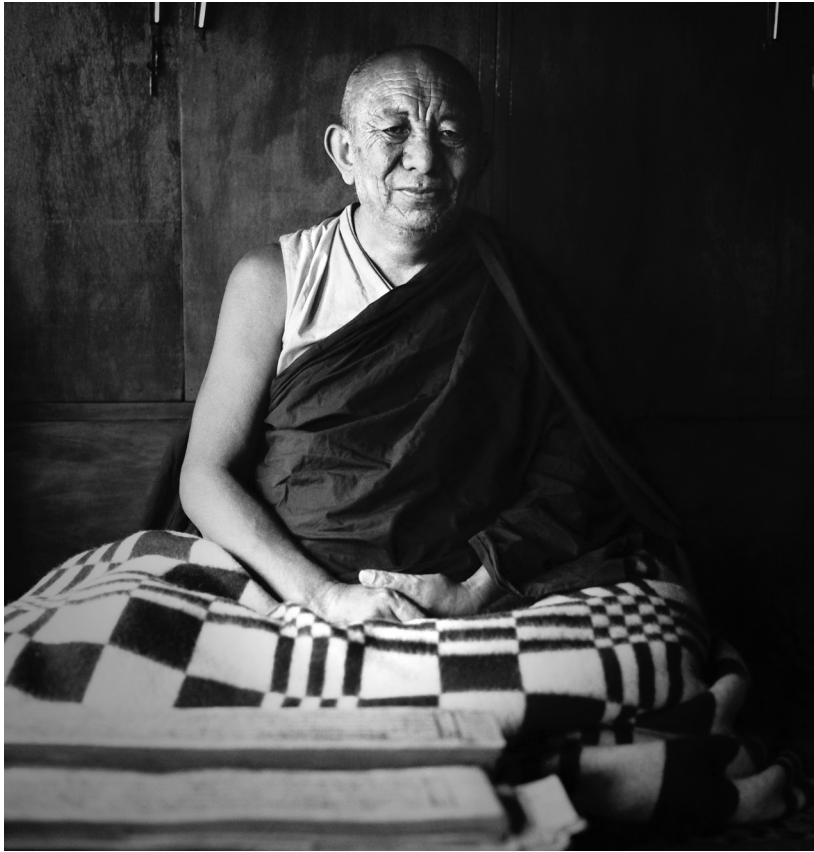
Разделы темы о преданности гуру представлены в соответствии с переживаниями великих йогов, которые достигли просветления, безупречно следуя своим гуру и заботясь о них больше, чем о собственных теле и жизни. Они сами так практиковали гуру-йогу и осуществили каждую свою цель. Как вы читали в жизнеописаниях учителей линии преемственности, начиная с Гуру Будды Шакьямуни и включая всех великих индийских пандитов и тибетских йогов, именно так практике гуру-йоги их обучали учителя, и они практиковали её строго, как им советовали. Они старались понять смысл услышанного, размышляли и медитировали о верно понятом ими смысле, а затем достигли безошибочных свершений. Исходя из своего собственного опыта практики и достижения прозрений, затем

они точно так же излагали учения о преданности гуру другим, в соответствии с разделами учений об этапах пути. Их просветление – доказательство их практики. Если мы последуем их примеру, результат будет тот же.

Жизнеописания учителей линии преемственности помогают нам понять, как они практиковали Дхарму и обрели свершения. Например, слушая и читая о жизни Миларепы, мы увидим, что его невероятная преданность гуру позволила ему за одну короткую жизнь достичь свершений, равных небу, включая просветление. Ознакомившись с жизнеописаниями пандитов и йогов прошлых времён или даже нынешних высоких лам всех четырёх традиций, мы осознаем, что не было никого, кто достиг просветления без практики преданности гуру.

То, что происходит в нашей жизни, – следствие прошлых рождений. Можем ли мы встретиться с благим другом, какого благого друга найдём и насколько преуспеем во вверении себя благому другу, определяется нашей практикой преданности гуру в прошлых жизнях. А наша удача в будущих рождениях зависит от того, как мы практикуем преданность гуру в этой жизни. Эта нынешняя жизнь отвечает за успех всех наших последующих рождений, за развитие нашего ума на пути к просветлению.

Даже если мы найдём самого сведущего благого друга в мире, наш успех зависит от того, насколько мы как ученики способны правильно вверить себя этому благому другу. Если мы сможем практиковать правильно, с чистой преданностью, мы будем непрерывно получать благословения и развивать свой ум на пути к просветлению. По жизнеописаниям учителей линии преемственности мы можем понять важность преданности гуру, но основное доказательство возникает в силу наших собственных переживаний при медитации на пути.



*(На фото – Серконг Ринпоче, Джхарамсала, Индия, ок. 1976 г.
Фотография Брайана Берсфорда.)*

23. ОСУЩЕСТВЛЕНИЕ ПРЕДАННОСТИ ГУРУ



Доказательство того, каким образом переживания и свершения на пути к просветлению зависят от корня сильной преданности гуру, возникает, когда мы выполняем практику. Наши собственные переживания отвечают на любые вопросы, которые мы можем задать о важности преданности гуру. В повседневной жизни мы ясно видим различие между теми ситуациями, когда мы правильно вверяем себя гуру в мыслях и на деле, и теми, когда нет.

Осуществление преданности гуру не особо зависит от интеллектуального понимания или логических доводов. В основном оно зависит от постоянных тяжелых трудов по очищению неблагодатной кармы и накоплению заслуг. Даже если вы вызубрили все тексты и можете читать их наизусть, ваш ум по-прежнему будет камнем, если у вас нет собственно переживания преданности гуру. Ничего не произойдет, даже если вы знаете все слова; переживания придут только тогда, когда вы совершите мощное очищение и накопите обширные заслуги. Это справедливо не только для переживания преданности гуру, но и для любого другого опыта на пути к просветлению.

Слова учений станут для вас реальностью, когда породится сильная преданность гуру, потому что вы делаете практику Ваджрасаттвы, простирая перед Тридцатью пятью Буддами, подношения мандалы или другие практики, либо потому что вы переживаете мощное очищение, усердно выполняя советы вашего гуру. В такие моменты вы ощущаете, что ваш ум преобразился в то, что описывают тексты. Хотя раньше вы, возможно, чувствовали, что слова в текстах и ваш ум разделяет пропасть, теперь эта связь есть. Ваш ум на самом деле становится тем, о чём написано в текстах.

Когда ваша преданность гуру сильна, у вас также есть сильное переживание всех тем ваших медитаций: непостоянства и смерти, отречения от сансары, бодхичитты, пустоты. Вам очень легко их почувствовать. Поскольку вы постоянно получаете благословения, любая медитация для вас действенна и любая молитва трогает ваш ум и ведёт к пониманию. Хотя вы могли читать одну и ту же молитву много лет, теперь каждое её слово вас трогает, потому что вы открываете для себя её смысл. Это знак того, что ваш ум созрел благодаря сильной практике очищения и накопления заслуг в зависимости от святого объекта гуру.

С сильной преданностью вы также всецело доверяете своему гуру и вам нетрудно последовать любому совету, который он вам даёт: вам очень легко и радостно это делать. Когда ваш ум полон преданности, вы также обретаете великий внутренний покой. Ваше сердце пронизано невообразимой радостью и вы считаете, что вам невероятно повезло. Хотя в вашей жизни могут быть трудности – например, отсутствие денег, визы или работы, ваша сильная преданность гуру затмевает все проблемы и внешние вещи вас не особо беспокоят. Ваша жизнь становится очень счастливой и значимой.

Однако когда в вашем сердце нет преданности, ваш ум чёрств и пуст как горячая пустыня, в которой ничего не растёт. Тогда нет того счастья и богатства, которые вы ощущаете при наличии преданности. Когда у вас нет преданности или она слаба, подобно тонкому облачку, готовому раствориться в небе, вы равнодушны и ко всему остальному пути. Вам трудно почувствовать непостоянство и смерть, отречение, бодхичитту или пустоту. Сколько бы вы ни твердили слова, сколько бы учений ламрим ни прочли, на что бы ни медитировали, сердцем вы ничего не ощущаете. Всё остаётся пустыми словами. Ваш ум подобен камню.

Когда преданность гуру ослабевает, всё приходит в упадок, даже чистая практика. Если вы неверно веряете себя благому другу, ваша жизнь превращается в бардак. Ни одна из ваших практик не ведёт к развитию. Вы постоянно совершаете ошибки и вам трудно последовать совету гуру, а из-за этого очень тяжело развивать свой ум. Ваш ум создаёт множество помех способности следовать советам гуру, а, значит, множество препятствий практике пути к просветлению. Из-за неспособности

практиковать Дхарму возникает масса других проблем, таких как депрессия и лунг (болезнь ветра).

Поскольку дурные мысли о гуру тревожат ваш ум, у вас нет ни покоя, ни счастья. В такие моменты очень трудно что-то почувствовать в медитациях, и даже молитвы на вас не влияют. Даже если вы читаете ламрим, который особенно предназначен для усмирения ума, он на вас не действует. В таком состоянии даже ламриму трудно тронуть ваш ум.

Если вы не продвигаетесь в развитии своего ума, значит, в вашей практике преданности гуру что-то не так. Вам нужно проверить, чего в ней не хватает или какие ошибки вы совершили во вверении себя гуру. Когда вам трудно изменить свой ум, выполняя базовые медитации ламрима, в вашей практике что-то неверно – в самом корне пути. Вы должны исследовать свою практику преданности гуру и затем, осознав свои ошибки, её исправить. После этого вам необходимо провести глубокое очищение.

Таково научное объяснение не учёных, а медитирующих йогинов, «внутренних» учёных. Для того чтобы объяснение было научным, оно необязательно должно исходить от учёных. Вы можете убедиться на собственном опыте, что учения о преданности гуру истинны.

Вы осуществили преданность гуру, видение гуру как будды, когда непроизвольно осознали, что нет будды помимо гуру и нет гуру помимо будды. Каждый раз, когда вы видите гуру или думаете о нём, вы мгновенно постигаете, что гуру – на самом деле будда. Каждый раз, когда вы видите будду или думаете о нём, вы мгновенно узнаете в нём гуру. Понимание того, что гуру и будда едины, возникает естественно, беспрепятственно, от всего сердца. Вначале вы видите гуру и будду по отдельности, но когда осуществите преданность гуру, начнёте видеть их как нераздельное единство, словно воду, влитую в воду.

Во время медитации на преданность гуру мы должны понимать и помнить, что гуру означает будду, а будда – гуру. Нам нужно считать их просто разными именами одного человека. Когда актёр в театре выходит на сцену в костюме царя, его называют царём; когда тот же актёр появляется в костюме генерала, его называют генералом. Это один и тот же человек, но из-за разных костюмов даются разные названия.

Даже по этим названиям важно понимать, что нет двух отдельных существ. Тот, кто пресёк все пороки ума и довёл до совершенства все свершения, называется гуру, а также – буддой. *Гуру* и *будда* – просто разные имена, данные одному существу. Они не отделены друг от друга; лишь разные ярлыки.

Когда у вас возникло переживание, что все будды – гуру, а все гуру – будды, вы осуществили преданность гуру. В то время вам уже не нужно использовать особые доводы или много цитат, чтобы почувствовать реальность того, что описывают учения, но это прозрение по-прежнему необходимо укреплять. Чтобы сохранить это переживание, нужно продолжать практику преданности гуру каждый день, иначе этот опыт придёт в упадок. Чувство должно быть прочным, а не длиться всего несколько минут или пару часов, а потом исчезать.

Однако внезапное переживание видения гуру как будды – также хороший знак. Когда мы медитируем на преданность гуру, выполняем мощную практику Дхармы или подносим гуру служение, неожиданно может возникнуть мысль: «Если этот гуру – не будда, кто ещё может быть буддой? Нет другого будды!». И хотя это переживание может продолжаться недолго, это знак получения благословения гуру. Мы должны постараться его удержать, не теряя, а затем развивать, чтобы оно привело к собственно осуществлению преданности гуру.

Если мы не сможем ясно установить причины, по которым нужно практиковать преданность гуру, наша преданность будет зависеть от внешних факторов и не будет прочной или полностью установленной, как объясняется в учениях ламрим. Тогда её можно утратить в любой момент. Каждый раз, когда мы будем воспринимать ту или иную ошибку в действиях святых тела, речи или ума гуру, преданность гуру, не упроченная логическими доводами, будет исчезать. Однако когда наша преданность подкреплена мудростью, даже если в действиях гуру видятся недостатки, мы не поверим, что это реальность. Благодаря нашей прочной преданности любая видимость недостатков не повлияет на наш ум и не лишит нас веры. Это также зависит от того, сколько у ученика заслуг или хорошей кармы. Нелегко поколебать преданность тех, у кого много заслуг, и кто

понимает, как вверить себя гуру. Преданность таких людей очень крепка.

В первой строфе «Основы всех достоинств» лама Цонкапа говорит:

*Основа всех достоинств – добрый, совершенный, чистый гуру;
Правильное вверение ему – корень пути.
Благослови меня, ясно увидя это и прилагая великое усилие,
Опереться на него с величайшим почитанием.*

Лама Цонкапа подчёркивает *великое усилие* потому, что видение гуру как будды не исходит со стороны гуру: оно должно исходить от нашего собственного ума, с великим усилием. Преданность гуру практиковать нелегко. Мы должны прилагать усилия к осуществлению видения гуру как будды.

Слова ламы Цонкапы «*великое усилие*» имеют большой смысл. Поскольку преданность гуру – самое трудное свершение, мы должны очень постараться её осуществить. Простое выполнение медитации несколько раз не может преобразовать наш ум в осуществление видения гуру как будды. Мы не почувствуем этого, занимаясь медитацией всего несколько месяцев – или даже несколько лет. Поскольку мы не можем с лёгкостью пресечь пороки нашего ума и породить эту преданную мысль, нам нужно прилагать великие усилия. Преданность гуру – корень пути, и поэтому мы непременно должны обрести это свершение. Следовательно, сколько бы это ни заняло времени, сколько бы лет или даже жизней на это ни ушло, нам нужно пройти через все трудности, связанные с порождением такого прозрения.

С самого начала нашей практики преданности гуру мы должны много заниматься аналитической медитацией, как это объясняется в учениях сутры и тантры. Не нужно довольствоваться размышлением о нескольких положениях два или три раза. Это не поможет нам породить постижение. Нам следует размышлять над положениями снова и снова, применяя цитаты и доводы, пока этого постижения не произойдёт. Индийский наставник Чандрагомин сказал в своём сочинении «Раскаяние и восхваление»:

Ум, который был невежествен так невероятно долго, нужно долго лечить. Например, если человек из-за проказы

лишился рук и ног, он не исцелится, приняв лекарства всего несколько раз.

В наше время можно утверждать, что, если у человека рак или СПИД и он примет лекарство всего несколько раз, ничего не изменится. Ему нужно лечиться долгие годы. Подобным же образом мы должны постоянно тренировать свой ум в преданности гуру, пока не обретём прочное постижение.

Если наша преданность гуру надёжно подтверждена логическими доводами и аналитической медитацией, мы сможем преобразовать свой ум в преданность, видящую гуру как будду. Тогда мы будем упрочивать нашу преданность сосредоточенной или однонаправленной медитацией на наше чувство, что гуру – будда. Так мы сохраним это переживание преданности. Мы вновь и вновь тренируемся посредством аналитической, а затем сосредоточенной медитации. После того как мы преобразовали свой ум в преданность, видящую гуру как будду, нужно как можно дольше удерживать свой ум в этом состоянии. Если это возможно, мы должны выполнять медитацию на преданность гуру каждое утро, когда медитируем на ламрим, а затем пытаться сохранять в себе это переживание весь оставшийся день. Это лучший способ добиться быстрого и прочного развития и осуществления преданности гуру.

Помимо безмятежности, все медитации ламрим являются аналитическими. Вначале мы преобразуем наш ум в переживание темы медитации с помощью цитат и достоверных логических обоснований, а затем выполняем однонаправленную медитацию на это переживание.

По мере того как мы таким образом всё больше тренируем свой ум, чувство преданности становится устойчивее. Согласно тем, кто осуществил преданность гуру, в то время вы чувствуете, что каждый будда – это все гуру, а каждый гуру – все бесчисленные будды. Каждый раз, когда вы думаете о будде или произносите слово «будда», вы всем сердцем ощущаете, что это гуру. Каждый раз, когда вы видите, слышите гуру или думаете о нём, либо произносите слово «гуру», вы всем сердцем ощущаете, что это будда. Даже когда вы визуализируете себя божеством или представляете божество перед собой, это гуру. Для тех, кто осуществил преданность гуру, гуру и будда нераздельны.

Мы должны пытаться непрерывно медитировать, пока не обретём прочное осуществление преданности гуру, спонтанное видение гуру как будды. Когда наша постигающая вера¹²⁷ в то, что святой ум гуру – Дхармакая, станет несомненной, она будет возникать непроизвольно, так же как мы невольно думаем «Это – моя мать», едва увидев её, даже в толпе людей. Нам не нужно долго рассуждать о том, что мы рождены её телом, что она вела себя как наша мать и так далее. Каждый раз, когда мы видим тело нашей матери, что бы на ней ни было надето и что бы она ни делала, мысль о том, что она – наша мать, возникает мгновенно и без усилий. В точности то же самое происходит, когда у нас есть постигающая вера в то, что святой ум гуру – Дхармакая. Какой бы неверный поступок гуру ни совершал на наших глазах, это не может потревожить наш ум, потому что у нас есть несомненное понимание, что святой ум нашего гуру – Дхармакая. У нас нет и мысли о том, что видимые нами недостатки – пороки нашего гуру. В то время кажущиеся недостатки не могут вывести нас из равновесия или повлиять на нашу преданность.

Чем больше мы способны смотреть на гуру с преданностью, и особенно если мы осуществили преданность гуру, тем вернее мы сможем увидеть гуру как будду – без малейших сомнений. У нас будет очень прочная вера. Каким бы гуру нам ни казался, если мы осуществили преданность гуру, нас ничто не потревожит. Что бы нам ни являлось, оно не повлияет на наш ум, на нашу преданность. Мы всегда будем видеть гуру как будду. Любой кажущийся нам недостаток явится как *игра*. Мы будем считать любое проявление недостатков отражением нашего собственного нечистого ума. Либо мы подумаем, что, поскольку будды являются во всевозможных формах и вершат разнообразные деяния во благо живых существ, это действие гуру, несомненно, должно иметь какую-то цель.

Визуализируем мы гуру в чистой форме божества или нет, мы должны постоянно думать, что гуру, по сути, – это Гуру Будда Шакьямуни или наше особое божество. Мы должны думать, что гуру пресёк все пороки и обладает всеми благими достоинствами, что он, по сути, – Дхармакая, абсолютный гуру, Гуру Будда Шакьямуни или наше особое божество. Даже если мы ещё не осуществили преданность гуру, как только мы начнём тренировать ум в преданности, видящей гуру, по сути,

Дхармакаей, если наш гуру будет говорить или делать то, что противоречит Дхарме, мы увидим это как игру актёра в спектакле или в фильме. Мы не будем сильно цепляться за заблуждение о том, что видимое нами истинно, и дурных мыслей не возникнет. С этой практикой преданности гуру, видением гуру как будды ничто не заставит нас утратить наши свершения и привести в упадок ум.

Что бы ни являлось перед нашими глазами, мы должны раз и навсегда решить, что ум гуру – Дхармакая, святой ум всех будд, в котором пресечены все пороки и доведены до совершенства все благие качества. Это основное, что нужно помнить. Особенно это важно, когда мы замечаем в действиях гуру ошибки, когда гуру нас ругает или бьёт или когда мы видим, что гуру демонстрирует такие недостатки как гнев, гордыня, зависть, привязанность или неведение. Даже если мы воспринимаем гуру обычным человеком, а не в аспекте будды, у нас должно сохраняться это понимание. Так же, когда нам говорят, что некая женщина является воплощением Ваджрайогини или Тары и убеждают нас в этом, приводя изумительные истории, хотя мы по-прежнему видим эту женщину обычной, мы понимаем, что она совершенно чистое существо.

Видение гуру как будды пресекает порождение мыслей о недостатках и неблагие действия, которые мы совершаем в отношении гуру. Когда мы породили и укрепили постижение, что гуру – это будда, не может возникнуть никаких мыслей о недостатках, и благодаря этому мы не создадим тяжелейшее препятствие нашим свершениям – дурную карму в отношении гуру. Любой порок, который мы видим в действиях гуру, воспринимается нами как игра, а не реальность. Даже если гуру убивает сотни, тысячи или миллионы людей, ворует, лжёт или развратничает, всё это видится нам игрой. Даже если нам мерещатся в нём пороки, мы не верим в эту видимость.

Это похоже на восприятие иллюзорности всех вещей после постижения пустоты. Несмотря на то, что всё по-прежнему кажется нам существующим независимо, в своём сердце мы знаем, что это пусто, и, не цепляясь за видимость истинности вещей, не создаём препятствий достижению освобождения и просветления. Подобным образом, хотя мы по-прежнему видим в гуру пороки, мы постигли, что гуру – будда, и поэтому не верим в то, что эта видимость – реальность. Это великая

защита, поскольку не позволяет нам породить гнев, неверие или мысли о недостатках. Таким образом, мы не создаём величайшее препятствие развитию нашего ума.

Видение гуру как будды пресекает ложные взгляды и ошибки в нашей практике. Даже хотя мы по-прежнему воспринимаем обычный нечистый облик, мы не верим, что недостатки гуру реальны, так же, как, при виде миража, мы не верим в реальность воды, которая нам мерещится. Есть обычный облик, видимость недостатков, но мы не верим, что эти недостатки действительно существуют. Благодаря нашей вере, даже если мы видим недостаток, у нас нет веры в то, что он реален. Это даёт нашему уму пространство для развития пути к просветлению.

Цель медитации на преданность гуру – пресечь заблуждения и избежать восьми ущербов от неправильного вверения благому другу, каждый из которых влечёт за собой тяжкие последствия. Если мы тренируем свой ум, чтобы обрести прочную преданность, осознание, что гуру – будда, у нас никогда не возникает мысль о пороках гуру, и мы также способны полностью опереться на путь, указанный гуру, и следовать ему без колебаний. Даже если мы не осуществили преданность гуру, видение гуру как будды, по крайней мере, нам нужно прекратить гнев, неверие и другие неверные мысли о гуру, чтобы не создавать препятствия. Если нет препятствий, есть пространство для развития нашего ума. И в этом вся суть. Мы можем понять, что практика преданности гуру направлена на наше же благо.

Желание найти в гуру недостатки, которое противоположно преданности, – величайшее препятствие развитию нашего ума и всему нашему счастью сейчас и в будущем: это больше всего мешает счастью в будущих жизнях, освобождению и просветлению. Без преданности гуру возникает мысль о недостатках, а затем она препятствует развитию нашего ума. В нашем уме ничего не происходит, в нём не возрастают постижения. Вместо того чтобы испытывать всё больше счастья, мы сталкиваемся лишь с большими проблемами. Мы можем отчётливо увидеть, как важно развивать преданность гуру, и как она становится корнем пути к просветлению.

Когда вы осуществите преданность гуру, будет очень легко медитировать на любую тему. Вашему уму, словно тесту, можно

будет придать любую форму. Из теста можно сделать хлеб, лапшу, либо другие изделия. С осуществлением преданности гуру вы легко чувствуете любую тему, на которую медитируете. Обычно во время чтения молитвы слова, которые вы произносите, и ваше сердце совершенно отделены, но когда вы осуществите преданность гуру, ваше сердце начнёт жить смыслом начитываемых вами слов. Когда вы читаете слова о сострадании, ваш ум ощущает сострадание. Когда вы читаете слова о непостоянстве и смерти, бодхичитте или пустоте либо размышляете об этом, ваш ум сразу же в это преобразуется. Ум легко поддаётся дрессировке, как собака. Вам очень просто постичь всё, на что вы медитируете. Благодаря осуществлению преданности гуру омрачениям будет трудно возникнуть в вашей повседневной жизни, и даже если это произойдёт, они будут слабы и их будет легко преодолеть. Тогда очень легко практиковать Дхарму.

Неважно, можем ли мы интеллектуально понять наше переживание преданности гуру или объяснить его на словах: главное – чувствовать это так, как объяснено в учениях. Основное – это переживание. Если мы чувствуем, что гуру – будда, значит, мы достигли того, что нужно. Однако теоретическое понимание помогает укрепить переживание. Тогда, даже если мы утратим переживание, зная все логические доводы, медитируя, мы сможем возродить переживание преданности гуру.

То, насколько быстро и легко мы можем осуществить путь и достичь просветления, зависит от силы нашего осуществления преданности гуру. Искусный способ медитировать на ламрим и завершить свершения ламрима – это осуществление преданности гуру. Как только мы постигнем преданность гуру, прозрения всего остального пути возникнут без труда, прольются на нас дождём. Однако для порождения бодхичитты и остальных свершений на пути нет нужды ждать, пока мы сможем увидеть гуру как будду, ведь это может занять несколько жизней. Если мы будем этого дожидаться, столько же жизней у нас не появится никаких прозрений?

Видение гуру как будды и видение всех живых существ как матери в целом считаются наиболее трудными прозрениями ламрима для большинства людей, хотя это, всё же, зависит от конкретного человека. Именно поэтому подчёр-

квивается, что нам следует тренировать свой ум в этих медитациях, по крайней мере, каждый день. Ежедневно, не успев проснуться, мы должны медитировать на преданность гуру. Как упоминают Шантидева и геше Чекава, нет ничего, к чему нельзя было бы приучить наш ум: ум становится тем, во что мы его преобразуем посредством тренировки. Если мы каждое утро выполняем медитацию на преданность гуру и помним о ней весь день, эта практика будет становиться всё легче. Когда возникает заблуждение о недостатках, мы сможем, поскольку медитировали и тренировали свой ум, мгновенно осознать, что это ошибка, которая создаёт препятствия нашему просветлению и обширным трудам ради всех живых существ.

Хотя мы должны пытаться осуществить преданность гуру в этой жизни, искусный способ тренировки нашего ума в ламрима и быстром завершении пути состоит не в том, чтобы прожить жизнь в одних попытках добиться постижения гуру как будды. Тогда у нас не будет шансов породить отречение, бодхичитту, пустоту или любое другое свершение. После смерти в нашем уме не будет никаких прозрений ламрима. Поскольку именно предвзятые мысли о гуру мешают нам взрастить остальные свершения на пути, мы, обретя способность пресекать подобные мысли, можем начать тренировать свой ум на всём пути к просветлению.

По мере развития преданности гуру у нас затем возникают свершения на поэтапном пути к просветлению. Наш ум уже не твёрд, как камень, он становится очень мягким. Во время любой медитации мы чувствуем уверенность, что, если настоящему постараемся несколько недель или месяцев, сможем обрести свершение в этой медитации. То, что вначале было лишь словами, теперь мы остро ощущаем в самом сердце.

Развивая постижение преданности гуру, вслед за этим мы культивируем прозрения поэтапного пути к просветлению. С порождением бодхичитты мы вступаем на путь Махаяны, у которого пять разделов. Первый, путь заслуг, делится на три уровня. Достигая великого пути заслуг, мы видим гуру в аспекте Нирманакая. Вступив на махаянский путь видения и став арья бодхисаттвой, мы видим гуру в аспекте Самбгхогакая. Достигая пути более-не-учения, мы пресекаем

даже наши тонкие завесы и наши свершения и прозрения становятся совершенны. Когда поток нашего нынешнего сознания станет всеведущим умом, наш собственный ум станет Дхармакаей, то есть абсолютным гуру. Мы обретём абсолютного гуру. Когда это произойдёт, мы обретём гуру: мы встретимся с гуру в уме и станем с ним едины.

24. ПОСВЯЩЕНИЕ ЗАСЛУГ



Молитвы посвящения заслуг, относящиеся к гуру, очень важны в нашей повседневной жизни, потому что создают причины для нашего успеха в этом и будущих рождениях, пока мы не достигнем просветления. Тогда мы, беспрепятственно и быстро, сможем осуществить путь к просветлению. Я часто посвящаю заслуги, используя различные молитвы, священные с гуру. Поскольку преданность гуру – самая важная практика, мы должны всегда молиться и посвящать заслуги, чтобы правильно верить себя благому другу. Посвящение заслуг исполнению святых пожеланий гуру создаёт причину для того, чтобы мы могли воплощать в жизнь любые его советы. Мы также должны посвящать свои заслуги долголетию наших гуру.

«Силою всех заслуг в трёх временах, накопленных мною и всеми другими существами, пусть во всех наших жизнях у нас ни на миг не возникнет гнев на благого друга или неверие в него: да увидим мы все его деяния чистыми. Благодаря этой преданности да впитаем мы благословения гуру в свои сердца.»
«Прошу даровать мне и всем другим живым существам благословения для постижения того, что обретение обычных и высших свершений зависит от правильного вверения себя благому другу. Отныне и до просветления, жертвуя собственным телом и жизнью, да будем мы своими делами лишь радовать благого друга!».

«Да буду я телом, речью и умом только радовать своих гуру! Да не огорчу их даже на миг!».

«Да будет жизнь славных гуру долгой и прочной, и да исполнятся сразу же все их святые желания!».

«В силу всех заслуг трёх времён, накопленных мной и други-

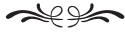
ми, да буду я во всех жизнях рождаться в достойной семье, иметь ясную мудрость, да буду свободен от гордыни, обладать великим состраданием, почитать моих гуру и соблюдать самайи гуру!»¹²⁸

«Отныне и до просветления прошу даровать мне благословения следовать с преданностью в мыслях и на деле духовному другу, источнику всего блага. Приучая свой ум к пути, радующему будд, да достигну я несравненного состояния просветления!».

«Прошу, даруй благословения, чтобы моё тело было неотделимо от твоего отцовского святого тела, моя речь была неотделимой от твоей отцовской святой речи, а мой ум неотделим от твоего отцовского святого ума!».

«Да стану я точно таким же, как ты!».

Приложение 1.



РАЗДЕЛ О ПРЕДАННОСТИ ГУРУ

Цель раздела медитации в том, чтобы помочь нам объединить все различные медитации и важные положения практики и преобразовать наш ум в путь без всякого смятения. Если у медитаций есть разделы, их невозможно перепутать. Когда мы следуем разделам, тема становится гораздо яснее, и какой бы обширной она ни была, мы можем медитировать на неё подробно или сжато, используя несколько слов, достаточных для медитации. Нумерация в разделах также облегчает нам медитацию, это подобно вычислению общей суммы большого счёта. Если мы ориентируемся на раздел медитации о преданности гуру, то охватываем все важные положения, необходимые для преобразования нашего ума в осуществление видения гуру как будды.

Четвёртый основной раздел ламрима, который содержится в обширных комментариях по ламриму, таких как «Большое руководство к этапам пути пробуждения» и «Освобождение на вашей ладони», это «Как вести ученика указанием ему свода наставлений», что означает учения о постепенном пути к просветлению. У этого раздела два подраздела: «Корень пути: как вверить себя гуру» и «Как после вверения тренировать ум на этапах пути к просветлению». Кьябдже Чоден Ринпоче во время комментария к «Большому руководству» объяснил, что эти два подраздела равны по своей значимости. Я думаю, что это наблюдение Ринпоче – богатейшее наставление.

Все важные положения сутр о первом из этих двух подразделов: «Корень пути: как вверить себя гуру», можно сократить до четырёх основных частей:

1. Преимущества правильного вверения себя гуру.

2. Ущерб от невверения или неправильного вверения себя гуру.

3. Как вверить себя гуру в мыслях.

4. Как вверить себя гуру на деле.

Ниже следует подробная структура подраздела:

1. Преимущества правильного вверения себя гуру

Мы приближаемся к просветлению

а) *Мы приближаемся к просветлению, практикуя советы нашего гуру.*

б) *Мы приближаемся к просветлению, делая подношения гуру и ему прислуживая.*

2. *Мы радуем всех будд.*

3. *Нам не причинят вред мары и дурные друзья.*

4. *Наши омрачения и неблагое действия сами собой прекратятся.*

5. *Все наши свершения на путях и уровнях совершенствования (бхуми) возрастают.*

6. *У нас никогда не будет недостатка в благих друзьях во всех наших будущих жизнях.*

7. *Мы не падём в низшие миры.*

8. *Мы без усилий достигнем исполнения всех наших временных и абсолютных желаний.*

2. Ущерб от невверения себя гуру или неправильного ему вверения.

1. *Осуждая своего гуру, мы осуждаем всех будд.*

2. *Каждое мгновение гнева на нашего гуру разрушает столько кальп заслуг, сколько мгновений длился этот гнев, и это приведёт к нашему перерождению в адах и страданиям на протяжении того же самого количества кальп.*

3. *Даже хотя мы практикуем тантру, мы не достигнем высших свершений.*

4. *Даже если мы практикуем тантру с большими трудностями, это будет подобно достижению ада и тому подобного.*

5. *У нас не породятся новые знания и свершения, а ранее обретенные знания и прозрения придут в упадок.*

6. *Даже в этой жизни нас будут преследовать болезни и прочие неприятности.*

7. *В будущих жизнях мы будем бесконечно блуждать в низших мирах.*

8. Во всех наших будущих жизнях у нас не будет благих друзей.

3. Как вверить себя гуру в мыслях.

1. Корень, тренировка нашего ума в преданности гуру.

a) Почему нужно смотреть на гуру как на будду.

б) Почему мы способны увидеть гуру как будду.

в) Как видеть гуру как будду¹²⁹

i) В наших воззрениях нечему доверять.

ii) Даже в наше время все будды и бодхисаттвы до сих пор трудятся ради живых существ.

iii) Гуру – исполнитель деяний всех будд.

iv) Ваджрадхара заявил, что гуру – будда.

2. Развитие почтения памятованием о доброте гуру.

a) Гуру добрее всех будд.

i) Гуру добрее всех будд в целом.

ii) Гуру добрее Гуру Будды Шакьямуни в частности.

б) Доброта гуру – в обучении Дхарме.

в) Доброта гуру – в благословении потока нашего ума.

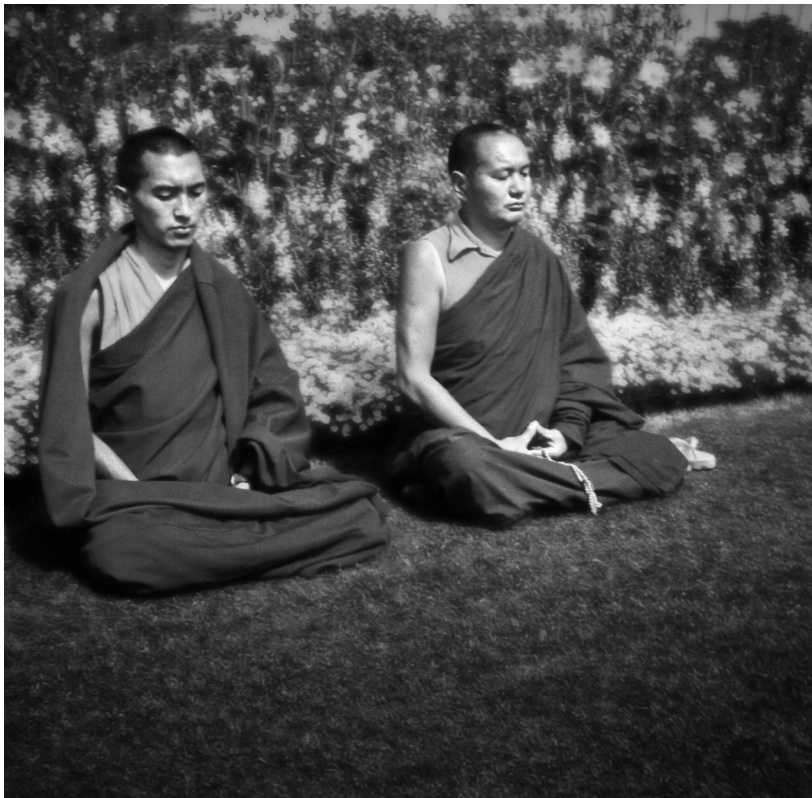
г) Доброта гуру во вдохновении нас на практику Дхармы посредством материальных даров.

4. Вверение себя гуру на деле.

1) Исполнение наказов гуру.

2) Почитание и служение.

3) Совершение материальных подношений.



*(На фото – Лама Сона Ринпоче и лама Еше, Нью-Дели, Индия, 1975 г.
Фотография Николаса Рибуша).*

Приложение 2.



СОКРАЩЕННАЯ МОЛИТВА «ПРИЗЫВАНИЕ ЛАМЫ ИЗДАЛЕКА»¹³⁰

Лама, думай обо мне.

Лама, думай обо мне.

Лама, думай обо мне.

*Великолепный и славный гуру, рассеивающий мрак неведения;
Великолепный и славный гуру, раскрывающий путь к освобождению;*

Великолепный и славный гуру, освобождающий из океана сансары;

Великолепный и славный гуру, исцеляющий от болезней пяти ядов;

Великолепный и славный гуру, драгоценность исполнения желаний;

Молю тебя, благослови меня!

Великолепный и славный гуру, молю, благослови меня памятовать о непостоянстве и смерти от всего сердца.

Великолепный и славный гуру, молю, благослови меня породить от всего сердца мысль об отсутствии желаний.

Великолепный и славный гуру, молю, благослови меня однонаправленно пребывать в практике в уединённых местах.

Великолепный и славный гуру, молю, благослови меня избавиться от препятствий моей практике.

Великолепный и славный гуру, молю, благослови меня, чтобы все неблагоприятные условия стали мне поддержкой.

Великолепный и славный гуру, молю, благослови меня без усилий осуществить два труда – для себя и для других.

Великолепный и славный гуру, молю, быстро, очень быстро, благослови меня!

Молю, даруй мне благословения прямо на этом сиденье!

Молю, благослови меня прямо во время этой сессии!

После чтения этих строф прочтите любое молитвенное обращение к вашему собственному гуру, которое пожелаете.

Да не породится у меня ни на мгновение

Неверие в деяния славного гуру.

Да сочту я чистыми любые его действия.

[С этой преданностью] да впитаю я в своё сердце благословения гуру!

Затем прочтите следующую строфу и медитируйте на то, что гуру входит в ваше сердце.

Великолепный, драгоценный коренной гуру,

Молю, пребудь на сиденье из лотоса и луны в моём сердце.

Веди меня своей великой добротой

И даруй мне свершения твоих святых тела, речи и ума!

Колофон

Его Преосвященство Шьялпа Ринпоче сообщил нам, что автором изначального текста «Призывание Ламы издалека» был Заронгфу Сангье Нгаванг Тензин Ринпоче, который, по мнению Его Преосвященства, «скорее всего, был очень близок к предыдущему воплощению ламы Сопы Ринпоче». Эта молитва была переведена ламой Сопой Ринпочче в 1985 году, а расшифрована и отредактирована дост. Тхубтен Дондруб. Две заключительные строфы, следующие за основной молитвой, были также переведены ламой Сопой Ринпочче. Слегка отредактировано дост. Констанс Миллер. Заново отредактировано в январе 2003 года Кендаллом Мангуссеном, Образовательный отдел ФПМТ. Колофон отредактирован в декабре 2003 г.

Приложение 3.



ОЧИЩЕНИЕ ОШИБОК В ПРЕДАННОСТИ ГУРУ

Это ответ ламы Сопы Ринпоче на письмо ученика, который спрашивает о том, как правильно медитировать на преданность гуру и что делать, когда нарушена самайя с гуру.¹³¹

Мой дорогой и любимый (имя не разглашается).

Прости, что я так долго не мог отправить тебе ответ. На самом деле я хотел тебе позвонить из центра «Миларепа»¹³² или послать письмо по электронной почте. У меня было такое желание, но этого не случилось. Я слышал, что ты считаешь и говоришь некоторым своим друзьям, что твою неблагую карму очистить невозможно.

Согласно буддизму, сколько бы ни было накоплено неблагой кармы, её можно очистить. В учениях о карме (о причине и следствии) у недобродетели есть одно преимущество – её можно очистить. Следовательно, буддизм учит, что, сколько бы неблагой кармы мы ни создали, эта карма очищаема. Иначе было бы много живых существ, которые никогда бы не смогли достичь просветления, и тогда это стало бы немного похоже на христианство, в котором говорится, что, родившись в аду, ты пребудешь в нём навеки. Итак, это означало бы, что природа будды не действует и не приносит благо, то есть омрачения и неблагую карму очистить невозможно, как и достичь освобождения от сансары и просветления. Тогда твоя природа будды мертва. Но она совсем не мертва, она жива – и, конечно, она должна улыбаться!

Тренировка твоего ума и преданности гуру означает, что ты смотришь на гуру как на будду. Используя авторитетные цитаты и логические доводы, ты преобразуешь свой ум в преданность гуру. Развивая преданность гуру, постепенно ты станешь

способен увидеть одного гуру как всех будд, а всех будд – как всех своих гуру. Это прозрение должно длиться не несколько часов или дней: оно должно быть прочным. Ты должен это чувствовать всем сердцем, без малейших сомнений, постоянно.

Сколько лет ни ушло бы на это, тебе нужно медитировать на преданность гуру, пока её не осуществишь. Преданность гуру – это корень пути к просветлению, поэтому у тебя нет другого выхода. Тебе необходимо её осуществить, чтобы достичь свершений и завершить путь к просветлению.

Особенно используй недостатки, которые замечаешь в гуру, для развития преданности и не теряй свою веру, не губи своё просветление, освобождение, постижения и заслуги.

В разделе об ущербе от неправильного вверения себя гуру сказано, что, если разгневаешься на гуру, этот гнев разрушает заслуги, которые ты накапливал жизнями – не только в этой жизни, но и в бесчисленных прошлых рождениях. Следовательно, теряются кальпы заслуг. Ты также родишься в адских мирах и будешь вынужден страдать там столько кальп, сколько мгновений длился твой гнев. Не только разрушаются кальпы заслуг, числом равные количеству мгновений твоего гнева, но и твои свершения и просветления откладываются на то же количество кальп.

Поэтому в учениях сутры и тантры уделяется столько внимания чистым самайям с гуру. Правильное вверение себя благому другу и чистая самайя насущно необходимы.

Для того чтобы очиститься, вначале ты должен раскаяться непосредственно перед гуру. Это нужно сделать срочно, не медля ни секунды, ведь теперь ты видишь, как опасна и вредоносна даже одна неблагая карма в отношении гуру. Ты можешь раскаяться, встретившись со своим гуру и признавшись ему напрямую, либо в письме или по телефону. Если ты ещё этого не сделал, то должен сделать незамедлительно. Почтительно думая: «Это будда, проявляющийся мне в такой форме», признайся, пока гуру не примет твои извинения.

Другой мощной практикой очищения неблагой кармы является совершение того, что больше всего радует святой ум благого друга. В нашей повседневной жизни, когда мы делаем то, что радует святой ум гуру, это самая мощная очистительная практика, и нет сомнений, что ею накапливаются обширнейшие заслуги. Это означает, что все будды довольны, и мы приближаемся к просветлению. Гораздо легче достичь свершений, исполняя святые желания нашего гуру.

Ещё одно – необходимо изменить свой ум, своё отношение. Даже если ты утратил веру, тебе нужно зародить её вновь. Делай самопосвящение с сильным помыслом об очищении той конкретной неблагодатной кармы. Также ты можешь делать простира-ния Тридцати пяти Буддам и практики Ваджрасаттвы и Самайяваджры. Эти практики хороши для очищения. Кроме того, ты можешь делать подношения цог на основе «Гуру-пуджи» или «Гуру-йоги Ламы Цонкапы». Особенно подноси цог гуру, в отношении которого ты создал тяжкую неблагодатную карму. Цог очень полезен, так как радует гуру, и это всё меняет, так меняет! Неблагодатной кармы становится настолько меньше! Первый и самый важный вопрос – это раскаяться непосредственно перед гуру и вновь установить с ним хорошие отношения, хорошую самайю.

Сейчас я упомяну о краткой медитации, в которой ты можешь использовать ошибки, которые тебе мерещатся в гуру, для развития преданности и достижения свершений на пути к просветлению.

Во-первых, подумай о том, что всё это – иллюзия. У нас так много заблуждений, например, мы воспринимаем непостоянные вещи как постоянные, а также не способны увидеть, что произойдёт завтра или даже через минуту. Поэтому мы глубоко невежественны. Нам нужно распознать обилие своих иллюзий. У нас столько ошибочных мыслей, столько ложных представлений!

Вначале установи, что гуру – бодхисаттва. Убедись, что понимаешь и веришь в то, что у бодхисаттв нет желания искать счастья для себя, даже на минуту. Они думают только о других и трудятся только ради других с бодхичиттой, стремлением помочь всем живым существам.

После того, как ты это себе доказал, думай о том, что бодхисаттвы накапливают два вида заслуг, чтобы достичь просветления ради живых существ, включая и тебя. Подумай: «Существуют бесчисленные бодхисаттвы, которые трудятся ради живых существ и ради меня».

Затем подумай: «Есть бесчисленные будды, завершившие накопление двух видов заслуг и устранившие все грубые и тонкие загрязнения, осуществив пути метода и мудрости. У этих бесчисленных будд всеведущий ум. Они видят всех живых существ, включая меня. Они видят все мои страдания, мои нужды, мою карму, мои особенности, уровень моего интеллекта – всё. Они безошибочно видят все методы, которые мне подходят, которые могут вести меня от счастья к счастью вплоть до

просветления, а также знают методы, подходящие каждому из всех бесчисленных других существ. Они не только безусловно знают мой ум, но также напрямую видят всё: всё прошлое, настоящее и будущее. Они обладают совершенной силой применять эти методы согласно моей карме и карме всех живых существ. Помимо этого, их ум освоил великое сострадание, которое охватывает и зацепляет меня и каждое живое существо. И они даже больше страдают тем, у кого больше неблагодатной кармы и страданий. У будд к ним невообразимое сострадание.

Будда никогда, даже на мгновение, не оставляет живых существ и в совершенстве развил все достоинства, чтобы вести меня и всех живых существ. Все будды ведут меня прямо сейчас. Кто же они? Никого не найти, кроме моих гуру, особенно этого гуру, по отношению к которому я испытываю гнев или неверие, этого гуру, у которого я замечаю недостатки, этого гуру, у которого вижу омрачения и страдающие совокупности, а также ошибочные действия.

Если бы гуру проявился в более низкой форме, например, как животное, мне было бы трудно его узнать и обучаться под его руководством. Если бы гуру проявился в более высокой форме, чем эта, у меня не было бы чистой кармы, чистого ума, чтобы его увидеть. Следовательно, моя нечистая карма позволяет мне видеть гуру только в этом аспекте, с такими проявлениями как омрачения, страдающие совокупности и ошибочные действия, например, безнравственное поведение.

Итак, чтобы меня вести, Гуру-Будда проявляется в этом обычном облике, то есть с недостатками, в точности в соответствии с моей кармой. Какая это невероятная доброта!». Повторяй это вновь и вновь – двадцать один раз или даже половину круга или целый круг чётко.

После этого подумай: «Этот обычный аспект с недостатками – единственный, который может меня вести». Повторяй это снова и снова, а затем однонаправленно на это медитируй. Затем подумай: «Как это драгоценно!». Также повторяй вновь и вновь: «Это самое драгоценное, самое важное в моей жизни! Этот обычный аспект освобождает меня от низших миров, от сансары и даже от низшей нирваны, и приводит меня к просветлению, раскрывая святую Дхарму и различными другими способами. Как невообразимо добр гуру!». Повторяй это снова и снова, а затем сосредоточься в однонаправленной медитации.

«Будда Шакьямуни, Манджушри, Ченрези, Ваджрайогини, Тара, Гухьясамаджа, Херука, Ямантака, Мачиг Лабдрон и все

остальные бесчисленные будды, ведите меня посредством этого обычного аспекта (или этого проявления)!». Думай: «Как драгоценен этот обычный аспект, как он драгоценен...». Повторяй это снова и снова. «Это самое драгоценное, самое важное в моей жизни!». Повторяй это снова и снова, а затем выполни однонаправленную медитацию.

После этого подумай: «Любое действие, которое гуру совершает ради меня, несомненно, ведёт меня к просветлению. Даже дарование мне устной передачи нескольких слогов мантры или одной строфы сутры или тантры оставляет в потоке моего ума благой отпечаток, который приближает меня к тому, чтобы в следующей жизни я вновь обрёл драгоценное человеческое тело, встретился с Дхармой Будды и понял слова и смысл учений, накопил заслуги и получил очищение, тем самым положив конец всем грубым и тонким омрачениям. Таким образом, это приводит меня к просветлению. Поэтому нет никаких сомнений в результате, который будет от того, что мой гуру даёт мне Прибежище и другие обеты, посвящения, устные передачи и наставления. Другие его действия, такие как похвала, любезные разговоры со мной, даяние мне пищи, напитков и подарков и даже гневная ругань, мне помогают, вдохновляя на практику Дхармы и приводя к просветлению.

Хотя мой обыденный ум считает, что мои гуру – обычные люди, на самом деле они трудятся, ведя меня и приводя к полному просветлению посредством обучения этим методам. Моему обыденному сознанию кажется, что бесчисленные будды ничего для меня не делают. Это абсолютно невозможно. У будд небеса достоинств. Следовательно, те гуру, которые меня ведут и заботятся обо мне прямо сейчас – будды.

Обычно мои представления совершенно ошибочны. У меня постоянно возникают ложные взгляды. Мне свойственно видеть в гуру недостатки, воспринимать его нечистым, разнужданным и так далее. Мой ум всё это видит и в это верит, хотя это недостоверно. Это самое вредоносное в моей жизни».

Бхикшу Сунакшатра, который был рядом с Буддой и служил ему двадцать два года, видел в Будде только лжеца. Он не замечал никаких благих качеств в Будде, который был просветлённым уже невообразимое количество калп, хотя бесчисленные другие люди воспринимали Будду как полностью просветлённое существо. Это подобно тому, каким мы видим гуру.

Даже если ты воспринимаешь своего гуру обычным, другие могут в нём видеть истинного будду и со счастливым, здоро-

вым умом питать к нему чистую преданность. Следовательно, нет ни малейшего сомнения в том, что он будда. Однонаправленно медитируй на это.

«Каким мы что-то видим, чистым или нечистым, зависит от того, как мы на это смотрим – с чистым умом или с нечистым. Хорошее, плохое, счастливое, несчастное – моё представление о чём-то возникает из-за ярлыка, который я наклеиваю, от чистого или нечистого помысла, который я создаю.» Используя этот пример, подумай: «Следовательно, мой гуру – несомненно, будда». И вновь однонаправленно на это медитируй.

Есть история о том, как в Тибете жил один учитель, высоко в горах. Однажды двое учеников пришли его навестить. По прибытии они очень устали, и учитель угостил их холодным чаем. Один из учеников подумал: «Мы прибыли издалека и так утомились, а учитель даже не удосужился подать нам горячий чай». Другой ученик подумал: «Как невероятно добр наш учитель! Он специально подал нам холодный чай, чтобы утолить нашу жажду».

Ученик, который мыслил доброжелательно, очень обрадовался и получил много пользы и благословений, но другой ученик, который увидел ситуацию в дурном свете, был сильно огорчён и, возможно, даже разозлился, поэтому, кроме ущерба, ему ничего не досталось.

Можно видеть вещи чистыми или нечистыми, в зависимости от состояния ума, с которым ты на них смотришь. Всё зависит от того, смотришь ли ты на вещи с чистым умом или с нечистым, с неблагим умом. Поэтому то, какие благословения ты получаешь – большие или маленькие – не зависит от самого объекта: это зависит от того, как ты на него смотришь.

«Даже когда гуру демонстрирует недостатки, что означает проявление в обычном облике, – это самый искусный способ вести меня к просветлению. Поскольку мой гуру это делает, чтобы привести меня к просветлению, если он не будда, кто тогда будда? Он, несомненно, будда». Опять же, однонаправленно на это медитируй.

Тебе нужно по-настоящему медитировать на то, что гуру проявляется в обычном облике, то есть с омрачениями и со страданием, с ошибочными действиями, такими как безнравственное поведение и прочее. Здесь этот аспект становится для тебя незаменимым, самым важным в твоей жизни, важнее всего остального.

«Без этого проявления, демонстрирующего ошибки, я

остался бы совсем один, без проводника. Я полностью заблудился бы в сансаре, подобно малышу, оставленному в пустыне, где ничего нет и о нём некому позаботиться. Кроме того, в этой большой пустыне грозят опасности от ядовитых змей и других хищников. Так моя жизнь оказалась бы в великой опасности».

Пабонка Ринпоче упоминает пример о человеке, который заблудился ночью в лесу, когда на небе не светят ни луна, ни звёзды. Ничего невозможно увидеть, потому что всё в полной мгле, и лес кишит тиграми и другими хищниками. Ты не только остался без проводника, но и находишься в чудовищной опасности. Именно таково пребывание в сансаре.

«Помимо этих будд, демонстрирующих обычные аспекты, помимо моих гуру, меня больше некому вести.» Твёрдо реши для себя, что все твои гуру, особенно этот гуру, в котором ты видишь недостатки и который вызвал у тебя гнев и неверие, – это Гуру Будда Шакьямуни. Решив, что этот гуру – будда, проведи однонаправленную медитацию, удерживая это чувство и осознавая гуру как будду.

Такова краткая медитация, которую ты можешь практиковать ежедневно. Если это возможно, начитывай, выполняя медитацию, мантры имени твоих гуру¹³³, особенно мантру имени данного конкретного гуру или молитвенное обращение к нему (обычно длиной в одну строфу). Если сможешь, делай это во время медитации.

Также всегда важно обращаться с особой просьбой об осуществлении трёх великих целей¹³⁴ в конце подношения мандалы.

Каждый раз, когда замечаешь ошибку, тебе нужно немедленно подумать: «Это – будда, являющий себя в обычной форме, демонстрирующий аспект безнравственности, даяния неверных объяснений или учений, либо говорящий: “Я этого не знаю”». Если сразу же так подумаешь, это пресечёт мысли о пороках. Подумай: «Вот что означает проявление в обычной форме», и остановишь мысли о недостатках.

*С большой любовью и молитвами,
Лама Сона Ринпоче*

Колофон

Это письмо было продиктовано дост. Холли Энсетт в Качо Дечен Линге, Аптос, Калифорния, в ноябре 2002 г.



*(На фото – Лама Сопэ Ринпоче и Лама Еше, озеро Эрроухед,
Калифорния, 1975 г.
Фотография Кэрол Ройс-Уайлдер)*

Приложение 4.



«ПРИЗЫВАНИЕ ЛАМЫ ИЗДАЛЕКА: СТРАДАЛЬЧЕСКИЙ ВОПЛЬ, БЫСТРО ПРИВЛЕКАЮЩИЙ БЛАГОСЛОВЕНИЕ ЛАМЫ, НЕРАЗДЕЛЬНОЙ ТРИКАИ»¹³⁵

Лама, думай обо мне.

Лама, думай обо мне.

Лама, думай обо мне.

*Мудрость великого блаженства всех будд, единая на вкус с
Дхармакаей,*

Это абсолютная природа всех милосердных учителей.

*Молю тебя, Лама, Дхармакая, будь всегда со мной неразлучен
В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.*

Иллюзорное проявление самой мудрости,

Победитель с семью ветвями,

Есть абсолютная основа проявлений всех милосердных учителей.

*Молю тебя, Лама, Самбхогакая, будь всегда со мной неразлучен
В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.*

Игра разнообразных проявлений,

Усмиряющих живых существ с различными наклонностями,

Это деяния самой Самбхогакаи милосердных учителей.

*Молю тебя, Лама, Нирманакая, будь всегда со мной неразлучен
В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.*

*Игра нераздельных Трёх Тел, явленных в форме Ламы,
Едина с самой сущностью всех милосердных учителей.
Молю тебя, Лама, единство Трикаи, будь всегда со мной неразлучен
В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.*

*Все бесчисленные мирные и гневные йидамы – также природа Ламы,
И ни один йидам неотделим от милосердных учителей.
Молю тебя, Лама, воплощение всех йидамов, будь всегда со мной
неразлучен
В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.*

*Обычная форма будд порождается в форме Ламы,
И будд не увидишь отдельно от милосердных учителей.
Молю тебя, Лама, воплощение всех будд, будь всегда со мною неразлучен
В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.*

*Мудрость, сострадание и сила всех будд воплощаются в форме Ламы.
Поэтому высшие арьи, Владыки Трёх семейств, – это также мило-
сердные учителя.
Молю тебя, Лама, единство Трёх семейств, будь всегда со мной
неразлучен
В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.*

*Сто, пять или три семейства, сколько бы их ни насчитать, – это
Лама.
Всеобъемлющий владыка, воплощение их всех – также Лама.
Молю тебя, Лама, Властелин всех семейств, будь всегда со мной
неразлучен
В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.*

*Творец всех будд, Дхармы и Сангхи – это Лама.
Всеобъемлющее единство Трёх Драгоценностей – также Лама.
Молю тебя, Лама, чьё присутствие являет Три Прибежища, будь
всегда со мной неразлучен
В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо.*

Размышляя о том, как форма всех будд порождается в облике Ламы

И окружает меня милосердной заботой, – Лама, я вспоминаю тебя.

*Размышляя о том, как ты укажешь превосходный безошибочный
путь*

*Мне, несчастному скитальцу, которого оставили все будды, – Лама,
я вспоминаю тебя.*

*Размышляя об этом превосходном теле, таком значимом и редком,
И желая извлечь его суть, сделав правильный выбор между обретен-
ем и потерей, счастьем и страданием, – Лама, я вспоминаю тебя.*

*Размышляя о том, как беспомощен я буду, когда меня внезапно охва-
тит*

Великий страх смерти, – Лама, я вспоминаю тебя.

*Размышляя о том, каково это – вдруг расстаться с радостями этой
жизни*

И в одиночестве отправиться в путь, – Лама, я вспоминаю тебя.

*Размышляя о том, каково это, когда моё нагое тело низвергается в
ужасающий*

Адский огонь, в невыносимые муки, – Лама, я вспоминаю тебя.

*Размышляя о том, как страдают от голода и жажды, без капли
воды,*

*Несчастливые обитатели мира голодных духов, – Лама, я вспоминаю
тебя.*

*Размышляя о том, как ужасно и отвратительно быть тупым
животным,*

И каково пережить это самому, – Лама, я вспоминаю тебя.

*Размышляя о Прибежище, которое защитит меня от неизбежного
Падения в страдания низших миров, – Лама, я вспоминаю тебя.*

Размышляя о том, как созревают [плоды] белых и чёрных деяний,

*И о том, как действовать тщательно, точно и сдержанно, – Лама,
я вспоминаю тебя.*

Размышляя о том, как сбежать из этой темницы бесконечных рождений,

Источника всех мучений, – Лама, я вспоминаю тебя.

*Размышляя о муках моих несчастных старых матерей, неисчисли-
мых как небо,*

*Тонущих и терзаемых в ужасном океане сансары, – Лама, я вспоми-
наю тебя.*

Поэтому, Лама, благослови меня породить в потоке ума

Самопроизвольный опыт трёх основ пути и двух глубоких стадий.

*Молю, благослови меня усердствовать в однонаправленном освоении
Трёх высших практик с сильным отречением, чтобы достичь полно-
го освобождения.*

*Молю, благослови меня развить высшую драгоценную бодхичитту с
особым подходом –*

Дав клятву в одиночку освободить всех скитальцев.

Молю, благослови меня последовать за бессчётными Победителями

И осуществлять с решимостью великие деяния сыновей

Победоносных.

*Молю, благослови меня постичь высшее воззрение, свободное от
крайностей,*

*Где пустота и взаимозависимость, проявление и пустота допол-
няют друг друга.*

Молю, благослови меня быстро породить опыт принятия на путь

Трёх Тел

Для созревания основ рождения, смерти и бардо.

Молю, благослови меня возникнуть в иллюзорном теле божества, –

Игре четырёх восторгов и четырёх пустот, – когда ветер и ум

растворятся в центральном канале.

*Молю, благослови меня сорвать покров [истинности] субъекта и
объекта и узреть
Абсолютного, неизменного Ламу – обнажённый лик природы моего
ума.*

*Молю, благослови меня слиться воедино с твоими тремя таин-
ствами, Лама,
В бескрайней Дхармакае великого блаженства, где истощены умо-
построения двух завес.*

*Словом, пребудь нераздельно в самом моём сердце вплоть до вели-
кого просветления
И милосердно благослови меня, твоего сына, идти за тобой, моим
отцом.*

*Лама, думай обо мне.
Лама, думай обо мне.
Лама, думай обо мне.*

Колофон

Молитва «Призывание Ламы издалека: страдальческий вопль, быстро привлекающий благословение Ламы, нераздельных Трикая» была написана Пабонкой Тулку по настоятельной просьбе и с подношением трёх сотен серебряных монет, гелонга Лосанга Рабгье из Бомпа, отдалённой местности Цава. Записал монах Лосанг Дордже из местности Ден. Переведено Давой Дондрупом в Копане в июне 1985 года на основании комментария, данного его гуру, геше Давой, и более раннего перевода гелонгмы Венди Финстер и гелонга Тхубтена Сампхела. Отредактировал и заново перевёл гелонг Тхубтен Тцультрим в «Институте ламы Цонкапы», Италия, в сентябре 1989 года. Слегка отредактировано для публикации в «Сборнике молитв» ФМПТ дост. Констанс Миллер, январь 1999 г.



*(На фото – Лама Еше и лама Сопя Ринпоче, Копан, Непал, 1980.
Фотография Робина Батха).*

Приложение 5.



ПРЕДАННОСТЬ ГУРУ В «СУЩНОСТИ НЕКТАРА»¹³⁶

«Сущность нектара» – это хорошая книга, которую можно использовать как карманный ламрим, поскольку слова и содержание этого текста насыщены вкусом и плодотворны для ума. Её автор, Еше Цондру (1761–1861), сам был ламой линии преемственности ламрима, и эти учения произошли из его собственных переживаний. Хотя в «Сущности нектара» нет подробных объяснений каждой темы ламрима со всеми историями и логическими обоснованиями, это прямой, ясный и лёгкий для чтения текст. Вы можете открыть «Сущность нектара» и провести непосредственную медитацию на любую тему, читая это сочинение. Для тех, кто хочет понять медитации на преданность гуру, «Сущность нектара» даёт подробные наставления о том, как их выполнять.

*Сострадание всех бесчисленных Победоносных
Явлено в святом теле высшего благого друга, открывающего
путь.*

*К милосердному коренному гуру обращаюсь:
Прошу, благослови поток моего ума!¹³⁷*

Преимущества преданности гуру

*Преданность в мыслях и на деле
Святым благим друзьям, открывающим нам
Безупречный, безошибочный, высший путь к просветлению,
Приносит невообразимые блага.*

Великого единения трудно достичь

Даже сотнями усилий за океаны бесчисленных кальп;
Но его можно достичь за одну короткую жизнь в эпоху упадка,
Если мы опираемся на силу гуру.

Когда ученик правильно следует святому благому другу,
Мысль о том, что этот практик быстро освободится от сансары,
Глубоко радует святые умы всех Победоносных,
Подобно матери, которая видит, что её сын благоденствует.

Сказано, что, когда ученик правильно следует гуру,
Будды, даже без призывания, с радостью войдут
В святое тело гуру, примут все подношения
И благословят поток ума ученика.

И тогда, поскольку благословения всех будд
Проникают в открытый преданностью ум,
Тебе не повредит множество мар и омрачений
И свершения на путях и бхуми породятся и возрастут.

У того, кто вечно предан благому другу,
Все омрачения и дурное поведение прекращаются сами собой.
Непроизвольно развиваются белые дхармы,
Поэтому обретается великое счастье в этой и будущих жизнях.

Если мы как следует радуем гуру в этой жизни,
То переживанием следствия, подобного причине,
Будет встреча с высшими благими друзьями во всех будущих
жизнях
И возможность слушать безупречную, безошибочную святую
Дхарму.

Вкратце, вверением себя благому другу
Временно обретается тело бога или человека со всеми свободами;
Абсолютно же прекращаются все страдания сансары
И достигается святое состояние определённого блага.

Ущерб от неправильного вверения

Так же, как правильное вверение благому другу
Дает невообразимые преимущества,
Невверение или неправильное вверение благому другу
Причиняет немислимый ущерб.

Сказано, что в собственном гуру
 Проявляются деяния всех Победоносных.
 Поэтому непочтение к нему есть непочтение ко всем
 Победоносным.
 Что может привести к более тяжкому созревшему следствию,
 чем это?

Сколько мгновений длится гнев на гуру,
 Столько кальп заслуг уничтожено будет,
 И ты столько же кальп пробудешь в аду.
 Так сказано в тантре Калачакры.

Даже создавший тяжкую неблагую карму, такую как пять
 тяжелейших злодеяний и прочее,
 Посредством тантры может достичь высших свершений прямо
 в этой жизни.
 Но любой, кто от всего сердца оскорбляет гуру,
 Не достигнет никаких свершений, даже практикуя кальпами.

Тот, кто намеренно оскорбляет и презирает благого друга, рас-
 крывающего путь,
 Даже если и старается постичь смысл тантры,
 Отказавшись от сна, вялости и отвлечений,
 Это, как сказано в тантре, подобно трудам ради ада и так
 далее.

У лишённого преданности высшему объекту, гуру,
 Качества не рождаются, а уже рождённые приходят в упадок.
 В этой жизни возникают болезни, вред от духов, преждевремен-
 ная смерть и прочее.
 В будущих жизнях ждёт бесконечное блуждание в дурных уделах.

Преданность в мыслях и на деле
 Святым благим друзьям, раскрывающим нам
 Безупречный, безошибочный, высший путь к просветлению,
 Приносит невообразимые блага.

Если случайно обретёшь тело счастливого скитальца,
 То из-за созревания следствия, подобного причине – непочита-
 ния гуру,

*Переродишься в неблагих уделах без свободы
И даже не услышишь слов “святая Дхарма” или “благой друг”.*

*Вкратце, если способ вверения гуру неверен,
У тебя не будет возможности достичь высших состояний либо
освобождения,
И ты будешь вечно блуждать в сансаре в целом
И в частности – в низших мирах.*

Корень: тренировка нашего ума в преданности

*Благие друзья, открывающие путь,
Подобны одной луне в небе, отражённой
Беспрепятственно и одновременно
Во всех водах этого мира.*

*Сутра гласит: “Запредельная мудрость будд
Является без усилий в святых телах
Самбхогакаи, Нирманакаи и в обычных благих друзьях
Чистым и нечистым объектам усмирения”.*

*Во многих тантрах, в частности, сказано,
Что в конце эпохи вездесущий Владыка Ваджрадхары
Явится в облике обычных гуру
И будет проводником существ времён упадка¹³⁸.*

*Какие бы святые тело и деяния ни являлись, воистину нет со-
мнений,
Что все Победоносные десяти сторон света
Являют святые тела, нас усмиряющие,
Чтобы вести нас по пути к просветлению.*

*Что касается видимости пороков, то Дэвадатта, Сунакишатра
и тиртхики
Видели Основателя, свободного от всех скверн
И обладающего совершенством качеств,
Полным недостатков.*

*Подобно больному желтухой, видящему белую раковину жёлтой,
Поскольку покровы моей дурной кармы и омрачений так густы,*

*Я в безупречных вижу одни пороки.
Возможно ли, чтобы у них были недостатки и пороки?*

*Сказано, что живым существам Победоносные
Являют себя в любой форме, как мары и прочие.
Откуда мне знать, что эти деяния, кажущиеся лишь ошибками,
Не показаны намеренно?*

*Пока мы не свободны от омрачающей неблагой кармы,
Даже если все без исключения будды снизойдут прямо перед нами,
У нас нет удачи увидеть высшее святое тело, украшенное свя-
тыми большими и малыми знаками –
Только этот нынешний облик.*

*Следовательно, все аспекты недостатков
В действиях моего учителя –
Либо иллюзия, явленная моей дурной кармой,
Либо они показаны намеренно.*

*Следовательно, что бы мне ни являлось,
Суть всего этого в том, что оно – воплощение
Каждого из бесчисленных Победоносных бесчисленных земель будд,
В которых пресечены все пороки, а все качества доведены до
совершенства.*

*Когда я памятью о доброте гуру,
Это не только мои спасители,
Единые по сути со всеми Победоносными:
Постоянно ведя меня нектаром святой Дхармы,
Они в своей доброте куда превосходнее всех будд.*

*Если человек страдает в тюрьме,
И кто-то его вызволяет оттуда,
А затем приводит в место совершенных наслаждений,
Мы определённо считаем это великой добротой.*

*Следовательно, когда наши гуру нам открыли
Способы избежать трёх дурных уделов,
Милосердно даровав нам возможность немного насладиться
Совершенствами богов и людей,*

Ясно указали нам лучший метод
 Умиротворения всех пороков сансары и нирваны
 И ведут нас к непревзойдённому состоянию Трёх Тел, –
 Почему эта доброта не является высшей?

Если сказано, что доброте дарования одной строфы учения
 Невозможно отблагодарить совершением подношений кальпами,
 Числом равными количеству букв [в этой строфе],
 Как измерить доброту того, кто указал полный, чистый путь?

В силу доброты наших драгоценных гуру
 Мы отрекаемся от семейной жизни, которая подобна пребыва-
 нию в центре пламени,
 И затем, соблюдая праведное поведение мудреца в уединённом
 месте,
 Наслаждаемся высшим вкусом нектара святой Дхармы.

В силу доброты наших святых наставников
 Мы встретились с учением Джамгона Ламы,
 Которое трудно отыскать даже за тысячи кальп,
 И уверились в методах его учения.

Следовательно, мои благие друзья –
 Спасатели, вызволяющие меня из низших миров;
 Кормчие, перевозящие меня через океан сансары:
 Проводники, ведущие меня в высшие миры и к освобождению,

Целители, излечивающие меня от хронического недуга омрачений.
 Потоки воды, тушащие великий огонь страдания,
 Светочи, рассеивающие тьму неведения,
 Солнца, озаряющие путь к освобождению,

Освободители, вызволяющие меня из оков темницы сансары,
 Дождевые облака, проливающие дождь святой Дхармы,
 Родственники и друзья, приносящие благо и изгоняющие вред,
 Родители, всегда радеющие обо мне с любовью.

Вверение себя на деле

Каждое благо в сансаре и за её пределами
 Приходит благодаря милости гуру.
 Хотя мне никогда всецело не отблагодарить его за доброту,

Ради этого буду стараться радовать его.

*Так же, как засеивают семена в плодотворном поле,
Хотя гуру не зависит от подношений и почитания,
Чтобы быстро завершить великое накопление моих заслуг,
Почему бы мне не попытаться засеять семена в этом высшем поле,
Совершая подношения и проявляя почтение?*

*Сказано, что подношение одной поре на коже гуру,
Разъяснившего нам безошибочный путь,
Создаёт больше заслуг, чем почитание множества арьев и совер-
шение им подношений,
А именно: шраваков, пратьекабудд, бодхисаттв и будд.*

*Многие святые существа, такие как Нарона, Миларена,
Дромтонпа, Сакья Пандита и Чаюлва,
Не колеблясь, отдавали свои тело, жизнь и богатство
Своим гуру и обрели много свершений.*

*Поэтому я буду стремиться усердно почитать гуру и служить
ему своими телом и речью,
Например, поднося все дорогие моему сердцу вещи,
Простираясь, вставая, массируя и омывая,
Почтительно обращаясь, восхваляя и так далее.*

*Особенно, я денно и ночью буду пытаться, не отвлекаясь,
Практиковать полный, безошибочный постепенный путь:
лучший способ порадовать гуру моими тремя дверями.
Я буду угождать моему гуру, поднося ему практику согласно его
советам.
Прошу, даруй мне благословения на это!³⁹*

Колофон

Эти строфы, переведённые ламой Сорой Ринпоче с дополнительным комментарием, были продиктованы Нику Рибушу с августа по октябрь 1982 г. и Кьоган О'Нил с декабря 1982 г. по февраль 1983 г. в монастыре Копан, Непал. Затем они были отредактированы для издания в этой книге.

Приложение 6.



ЗАЩИТА УМА

Это совет ламы Сопы Ринпоче ученице, которая была очень встревожена тем, что произошло между ней и её гуру, и чувствовала, что это необходимо поправить.

Ты спрашиваешь об очень срочной и важной практике – иными словами, о защите развития твоего ума на пути к просветлению.

Я не уверен, слышала ли ты то, что Его Святейшество Далай-лама сказал по этому вопросу – например, на конференции для западных учителей. Этот совет был дан в соответствии с обычаями западного мира. Если бы он прозвучал по-другому, эта тема стала бы опасной и превратилась бы в проблему для западного менталитета.

В монастырях, конечно же, обычно есть настоятель, наставник по дисциплине и многие другие, кто может наказать монахов за любые нарушения монашеских обетов или обетов личного освобождения. Они даже могут выгнать монаха. Но по сей день я ни разу не слышал о том, чтобы ученик выгонял гуру из монастыря или привлекал его к суду. На Востоке я ни разу о таком не слышал.

Согласно текстам, учениям Будды и ламриму, нужно смотреть лишь на достоинства гуру и только его восхвалять. Если вы совершаете противоположное, то есть порождаете гнев или неверие в гуру и осуждаете его словесно, то создаёте тяжелейшую неблагую карму.

Во многих тантрических учениях, таких как коренные тексты Калачакры и Гухьясамаджи, сказано, что, даже если мы совершили пять тяжелейших злодеяний, всё равно в этой жизни можно достичь высшей колесницы, в особенности – пути Высшей Йога-тантры, а это является самым искусным средством обрести просветление за эту короткую жизнь эпохи упадка. Но те, кто от всего сердца осуждает гуру, этого не достигнут, даже если будут практиковать высшую колесницу.

В ламрине ламы Цонкапы ясно упомянуто, что даже мысль о том, что благой друг – обычное существо, становится причиной утраты свершений. Это также означает, что подобное становится препятствием развитию ума на пути.

Очень важно анализировать и как можно больше проверять человека, перед тем как установить с ним связь в Дхарме. Как только связь в Дхарме установлена с осознанием отношений гуру-ученик, обратной дороги нет. Нужно формировать эти новые отношения. Это другой мир, в котором вам нужно смотреть на этого человека с новым умом, с чистым умом.

Пабонка Дечен Ньингпо, великое просветлённое существо, воплощённый Херука, сказал, что, если мы можем пресечь все мысли о недостатках и смотреть только на достоинства, видеть гуру только как будду, у нас есть возможность достичь просветления в этой жизни.

И это относится не только к этой жизни. В целом, если видишь ошибки у благого друга, просветления не достичь. Но с постижением того, что все будды – гуру, а все гуру – будды, это становится возможно. Об этом говорится как в сутре, так и в тантре, а также во всех четырёх махаянских традициях.

Такие ошибки, как гнев или неверие, либо осуждение благого друга или отказ от него, приводят к тому, что в будущих жизнях мы не найдём гуру. В «Сущности нектара»¹⁴⁰ сказано, что из-за этого мы не сможем услышать звук святой Дхармы, не гово-

ря уже о том, что не найдём благого друга, и станем нищими, то есть не сможем обрести благого друга во всех своих жизнях (это последний из восьми ущербов от неправильного вверения себя благому другу).

Я часто упоминаю эту цитату из Пятого Далай-ламы: «Наши собственные ошибки являются нашему уму, полному иллюзий, в действиях гуру. Мы должны понять, что это наша собственная ошибка, и отбросить её как яд».

Это означает, что с этой медитацией на преданность гуру нужно отбросить веру в то, что благой друг в своих действиях совершает ошибки. С памятованием об этом вы смотрите на этого человека как на будду, как на того, кто пресёк все пороки и обладает всеми совершенствами.

Если ваш гуру просит вас сделать то, на что вы не способны, потому что ваш ум ещё не достиг этого уровня, с памятованием о чистом помысле, о котором я уже упоминал, вы должны почтительно объяснить гуру, что не можете это сделать. Таким образом вы пытаетесь попросить у гуру разрешения этого не совершать.

Именно об этом говорится в «Пятидесяти [строфах] об Учителе» и в винае. Если гуру просит вас сделать то, что не является Дхармой, вы можете попросить разрешение так не поступать¹⁴¹. Это не означает, что у вас обязательно должны быть дурные мысли о гуру или вы начнёте его осуждать или даже подадите на него в суд.

Эта последняя часть относится к практике преданности гуру, к способу решить эту проблему без того, чтобы она стала препятствием развитию вашего собственного ума на пути.

Конечно, как всё время упоминает Его Святейшество Далай-лама, когда встречаются особый гуру и особый ученик, ученик делает абсолютно всё, что велит ему гуру, как это было с Наропой и Тилопой или с Миларепой и Марпой.

Основное здесь – быть искусным, стараясь не оскорбить святой ум гуру. Возмущение ума гуру – величайшее препятствие развитию вашего собственного ума на пути к просветлению.

Во многих тантрических учениях, в особенности, говорится, что нужно понять путь, услышав его из святых уст, и осуществить его, радуя святой ум благого друга. Упоминаются многие подобные тайные вещи.

Как только установлены отношения гуру-ученик, даже если гуру убивает тысячи людей, долг ученика – воспринимать это как благой поступок. В учениях древних практиков тибетской традиции Махаяны, обретших прозрения, сказано, что, даже если гуру кого-нибудь убьет, нужно рассматривать это как благое действие, как быстрый способ приведения к просветлению злоумышленника, переноса его сознания в чистую землю. Вывод состоит в том, что это конкретное действие гуру является напутствием для данного человека.

Существуют несколько подобных цитат, в которых описывается, как практикующие тибетских традиций Махаяны былых и нынешних времён практиковали преданность гуру. Также упоминается, что даже такие действия, как половое совокупление, должны рассматриваться как наслаждение гуру мудростью великого блаженства и так далее.

Тебе также нужно попросить у «Института ламы Цонкапы» экземпляр на английском языке или небольшую брошюру, в которой я перевёл эти цитаты во время краткой беседы о преданности гуру. Это учение я дал в том центре, потому что у многих людей возникли похожие проблемы.

Если ошибка уже совершена, ты должна раскаяться в ней от всего сердца. Тогда тебе улыбнётся удача: ты облегчишь и очистишь неблагодатную карму. Конечно, ты можешь делать практику Самайваджры, самопосвящения и множество других практик, но было бы полезно поднести какое-то служение или практику, которая порадует святой ум благого друга.

Я знаю, что ты упомянула про искренность, но, по-моему, эта искренность лишена мудрости. Искренность приносит пользу другим, когда она сочетается с мудростью и состраданием. Если присутствует мудрость, она обычно также сопровождается состраданием, что означает обширность мудрости.

Например, что если к вам подойдёт преследователь, который хочет кого-то убить, и спросит: «Куда пошёл тот человек?». Если вы считаете, что должны быть искренними, но при этом у вас нет мудрости (в которую также должно быть включено сострадание), вы укажете ему, куда пошёл тот человек, вместо того, чтобы ответить, что вы этого не знаете, и тем самым спасти ему жизнь.

Ещё один момент состоит в том, что у западных людей много лишних представлений, которых не было на Востоке, особенно среди тибетцев – например, обвинять в психических или физических проблемах ребёнка его родителей. Теперь даже в Америке люди обнаруживают, что это не так. В журнале «Тайм» были статьи о том, что то, что раньше считалось виной родителей, сейчас, оказывается, совсем не так. Даже родители, которые очень сильно любили своих детей, позже из-за этого представления могут испытать много проблем.

Есть много и других дополнительных понятий, с которыми я раньше никогда не сталкивался до встречи с западными людьми, хотя часто путешествовал и жил в разных регионах Востока. Теперь, конечно, жители Востока пытаются получить образование в западном мире, поэтому некоторые люди, следующие западной культуре в Индии, например, примерно так сейчас говорят.

Итак, я просто беседую с тобой о том, что думаю, исходя из своего опыта: просто пытаюсь дать тебе больше объяснений.

Ещё одно: когда мы смотрим на гуру, мы видим ошибки. Мы будем всегда замечать ошибки. Вопрос только в том, большая это ошибка или маленькая. Даже если вопрос не в сексе, найдётся что-нибудь другое – например, чрезмерный гнев, чрезмерная жадность, чрезмерная гордыня, чрезмерная предвзятость.

Если ты будешь смотреть на это с точки зрения недостатков, ты будешь видеть ошибки.

Колофон

Ринпоче продиктовал этот совет в монастыре Копан, Непал, 20 апреля 1994 года. Отредактировано дост. Лхудрупом Дамчо.



*(На фото – Гомчен Кхампала, Солу Кхумбу, Непал, 1977 г.
Фотография Тхубтена Еше)*

Приложение 7.



СОВЕТ ГОМЧЕНА КХАМПАЛЫ О ПРАКТИКЕ ГУРУ

Вступление ламы Тхубтена Сопы Ринпоче: Гомчен-ла – великий практик медитации с гор Солу Кхумбу, недалеко от места, где я родился. Он выходец из Тибета. Он очень доволен тем, что жители Запада молятся и медитируют на Дхарму Будды, потому что это довольно необычное явление, не в порядке вещей. Словно случилось нечто невозможное. Поэтому он так радуется. Я попросил его дать западным ученикам небольшое наставление, и, кажется, у него на это есть масса энергии! Он также говорит, что я должен перевести в точности всё, что он сказал, ничего не упуская!

Я провёл в Копане только одну ночь, но ощущение здесь прекрасное. Я думаю, потому, что здесь все соблюдают Прибежище: это сила умов людей, которые пребывают в Прибежище, став «внутренними существами», то есть буддистами.

В своей предыдущей жизни лама Сопа жил в Солу Кхумбу, и его называли Лавудо Лама. В те времена вы, вероятно, находились где-то в окрестностях той местности и установили с ним кармическую связь. Благодаря этому, а также вашей удаче, хотя в этой жизни вы родились в отдалённых странах, вы нашли учителя, который может объяснять вам Дхарму на вашем языке, на что не способны другие ламы. Следовательно, вам невероятно повезло. Вы должны использовать эту возможность и, в особенности, со всей тщательностью выполнять свою практику гуру.

Есть много лам из разных школ – нyingма, кагью, гелуг и

сакья – которые могут очень хорошо объяснять Дхарму, но остаётся проблема с языком.

В Дхарме Будды практика гуру – самое главное. На самом деле, нам нужно молиться только гуру, потому что гуру воплощает в себе все Три Драгоценности – Будду, Дхарму и Сангху. Следовательно, в первую очередь, необходимо найти совершенного гуру, но сейчас я буду говорить не об этом.

В учениях сутры мы принимаем Прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе, но в тантре мы ищем Прибежище в гуру. Как сказано в «Гуру-пудже»:

*Ты Гуру, ты йидам, ты – все дакини и защитники,
Отныне и до просветления лишь ты – моё Прибежище.*

Это тантрический способ принятия Прибежища. Вы должны постараться это осуществить, обрести подобное переживание. Лама Сопы Ринпоче должен объяснить вам эту практику и вы, со своей стороны, должны от всего сердца обращаться с молитвами о том, чтобы получать учения о практике гуру-йоги.

Когда я был в Тибете, я попросил своего гуру объяснить мне эту практику, но он ответил: «Если я буду говорить о практике гуру, это будет выглядеть, как будто я себя восхваляю; словно я говорю, что я хороший, я самый лучший», и не стал мне ничего объяснять. Он сказал мне: «Ты можешь изучить подробности о практике гуру в книгах, чтобы понять, в чём она заключается. Если о ней говорит лама, ученики могут подумать, что он просто себя рекламирует или хвалится, что лучше его никого нет».

Я рад тому, что вы не только читаете молитвы, но и также анализируете смысл учений: вы размышляете о смысле основ пути и сосредотачиваетесь на нём. Например, если бы было много триллионов галактик, наполненных ступами с мощами Будды, и вы бы ежедневно делали всем им подношения, от этого была бы огромная польза. Но, как сказано в учениях махамудры, «Одна краткая медитация на основополагающий путь приносит больше блага, чем ежедневные подношения триллионам галактик, наполненных ступами с мощами Будды». Поэтому я благодарю ламу Сопу Ринпопе и всех вас.

Есть много людей, которые умеют читать слова и давать ясные теоретические объяснения учений, но они не практикуют, не анализируют их смысл. А вы сейчас делаете и то, и

другое: вы не только думаете о том, что означают слова, но в то же время пытаетесь применить их смысл на практике. Обучение, объединённое с медитацией, – медитация во время получения учения – называется «опытом комментария», то есть, когда учитель даёт комментарий, ученики пытаются почувствовать его на своём опыте. Это мудрый, превосходный способ практики!

Есть одно молитвенное обращение к гуру, вот оно:

*Великолепный и драгоценный коренной гуру,
Прошу, пребудь на сиденье из лотоса и луны на моей макушке.
Веди меня своей великой добротой
И даруй мне свершения твоих святых тела, речи и ума.*

Что это за доброта, о которой говорится в этой молитве? Это то, что происходит в монастыре Копан – гуру ведёт своих учеников, в силу своей великой доброты даруя им комментарии к учениям и посвящения, которые приводят их ум к созреванию.

Что касается последней строки этой молитвы, суть любого божества, на которое вы медитируете – например, Авалокитешвары – это гуру. Божества в медитациях – проявления гуру. Когда мы просим о свершениях святых тела, речи и ума нашего гуру, мы получаем благословения святых тела, речи и ума гуру. Эти благословения очищают загрязнения наших собственных тела, речи и ума, которые затем становятся едины со святыми телом, речью и умом нашего гуру.

Однажды выдающийся пандит и йогин Наропа читал тексты в большой библиотеке обширного храма. Тогда ему внезапно явилась дакини, возникнув из тёмного облака в пространстве перед ним, и сказала: «Ты знаешь слова, но не знаешь смысл». «А где мне узнать смысл?» – спросил Наропа.

Она ответила: «Есть великий йогин по имени Тилопа. Ты можешь получить комментарии от него».

После этого великий пандит Наропа по указу дакини отправился в Восточный Бенгал, на северо-восток Индии, в поисках своего гуру Тилопы. Добравшись до места, он стал расспрашивать местных жителей о Тилопе. Ему сказали: «Есть два Тилопы, один богач, а другой нищий. Их двое». Наропа возразил: «Тилопе, гуру, которого я ищу, необязательно быть богачом или нищим».

Позже, бродя по местности, он обнаружил Тилопу у реки.

Тот ловил рыбу, жарил её на костре и ел её. Увидев это, вместо того, чтобы осудить Тилопу или испытать потрясение от его поведения, Наропа, хранил молчание: у него на теле не пошевелился ни один волосок. Он просто тихо стоял в стороне, без единой неблаготворной или осуждающей мысли, и размышлял: «Поскольку живые существа так невежественны, чтобы избавиться от неведения и привести к просветлению, Тилопа проявился в этом облике рыбака, поедающего рыбу».

Подобное мышление – один из способов практиковать гуру-йогу. В предыдущих жизнях Наропа создал невообразимые заслуги и карму, необходимую для встречи с таким гуру как Тилопа, и у него не возникло о нём ни единой дурной мысли. Следовательно, когда он, наконец, встретил своего великого гуру, он осознал, что этот гуру – истинный святой, и видел в нём только достоинства. Подобным образом и вы в своих предыдущих жизнях также создали благую карму. На самом деле, ваша карма, возможно, даже лучше, чем у Наропы, потому что вы видите своего гуру в лучшем облике – как монаха в монашеских одеждах.

Как бы то ни было, увидев Тилопу, Наропа его попросил: «Прошу, стань моим проводником», имея в виду «Прошу, приведи меня к просветлению».

Вначале Тилопа ответил: «Я лишь простой нищий, я не могу этого сделать... Я не могу принять твою просьбу. Я ничем тебе помочь не могу». Но в конечном итоге он согласился, после чего Наропа всегда безупречно следовал за своим гуру.

Однажды, когда они шли по краю высокой скалы, Тилопа сказал: «Тут есть кто-нибудь, кто может исполнить приказ гуру?». А это ведь и есть способ достичь просветления за одну жизнь. Приказ состоял в том, чтобы прыгнуть со скалы.

Наропа ответил: «Никто другой, кроме меня, этого не сделает, так что это сделаю я», и бросился в пропасть.

С тяжёлыми ранами он лежал у подножия скалы целых три дня, и всё это время Тилопа его полностью игнорировал. Наконец, Тилопа спросил Наропу: «Что с тобой стряслось?».

«Это следствие исполнения приказа гуру», – сказал Наропа. Затем Тилопа лишь приложил руки к Наропе и тот полностью исцелился от ран.

Следуя приказам своего гуру, Наропа испытал двенадцать подобных тягот, из-за которых чуть не погиб. Рассказывать обо

всех них сейчас было бы очень долго, и, к тому же, я уже довольно стар и не помню их в подробностях.

В другой раз Тилопа приказал Наропе пойти попросить супа у крестьян, работающих в поле. Они не дали ему суп, поэтому он попытался его украсть, но они его поймали и избили до полусмерти. И вновь Тилопа бросил его на три дня, после чего спросил: «Что с тобой?».

Суть в том, что, всегда, без малейшего исключения, Наропа делал именно то, что приказывал ему гуру. Однажды по пути им встретилась царская свадебная процессия, где женихом был царь. Это было великолепное зрелище, и невеста ехала верхом на коне. Тилопа сказал: «Ученик, который хочет просветления в этой жизни, должен украсть эту невесту». Наропа подумал: «Это обо мне» и без малейших сомнений или колебаний отправился прямо на свадебный пир, стащил женщину с коня и попытался её похитить. Все люди сразу же набросились на Наропу, избили его и даже отрубили ему некоторые конечности.

И вновь Тилопа бросил его на три дня и, наконец, вернулся, чтобы спросить: «Что с тобой стряслось?».

«Это случилось потому, что я выполнил приказ моего гуру», – сказал Наропа. Тилопа вновь исцелил Наропу, лишь прикоснувшись к нему, и его отрубленные конечности чудесным образом восстановились.

Есть ещё одна история, когда Тилопа так сильно ударил Наропу по голове своей туфлём, что тот лишился чувств. Когда Наропа пришёл в себя, его ум и ум его гуру слились воедино: все знания Тилопы перешли к Наропе. Это было следствием его несравненной преданности гуру и выполнения всего, что ему приказывал Тилопа.

Как объясняется в учениях, вы должны для себя твёрдо решить, что гуру, без всяких сомнений, – будда. Если вы не придёте к этому выводу, какими бы практиками Дхармы вы ни занимались, они не принесут большой пользы: не станут быстрым путём к просветлению.

В другом учении сказано: «Медитация на святое тело гуру в сотни тысяч раз мощнее медитации на триллионы божеств во всех их разнообразных аспектах». Однако на какое божество бы вы ни медитировали, вы должны помнить: «Это святое тело моего гуру». Не надо думать: «Это божество, а гуру – нечто другое».

Также, следование наставлениям вашего гуру гораздо полезнее начитывания мантры божества триллионы раз.

Существуют две стадии пути к просветлению Высшей Йога-тантры: порождения и завершения. Хотя медитация на стадию завершения приносит огромное благо, она меркнет в сравнении с призыванием святого ума гуру хотя бы один раз.

Мне больше особо нечего добавить. Я просто хотел сказать несколько слов о практике гуру, поэтому сейчас лишь подчёркиваю несколько её важных положений.

Как я упоминал, вы должны просить ламу Сопу Ринпоче об учениях о преданности гуру и со своей стороны молиться гуру как единому с божеством. Но помните, что мне сказал мой гуру, когда я попросил у него наставления о практике гуру: «Ты можешь понять практику преданности гуру, читая тексты: если я объясню её тебе, покажется, будто я преувеличиваю свои собственные добродетели и хвастаюсь, что я самый лучший».

В наше время люди не способны практиковать так, как это делали великие пандиты древности. Это очень трудно. Вместо того, чтобы, подобно тем счастливым, следовать приказам наших гуру, мы плохо относимся к своим учителям: вместо того, чтобы породить преданность, мы их осуждаем, а вместо того, чтобы делать то, что они советуют, мы поступаем наоборот.

Однако, даже хотя мы не способны практиковать подобно тем великим пандитам, очищающим свои загрязнения выполнением приказов гуру, мы можем очищаться другими путями. Например, мы можем делать простираания, подношения мандалы, читать мантры Ваджрасаттвы и так далее.

Есть множество различных тантрических божеств, но по сути все они – гуру. Следовательно, когда мы делаем подношения разным божествам, на самом деле мы делаем подношения гуру.

Получить благословения можно, если не считать Авалокитешвару отдельным от вашего гуру, но думать, что они едины. По-настоящему быстрый способ получить благословения – это сосредоточиться на гуру и объединить свой ум с его святым умом, подобно смешиванию воды с молоком.

Не думайте, что Авалокитешвара существует где-то ещё, что он прекраснее вашего гуру или не имеет никакого отношения к

гуру, от которого вы получаете учения. Это не так. Авалокитешвара или любое другое божество, – это гуру. Именно это я и хочу подчеркнуть.

Однажды жил йогин по имени Цанг Ньёнпа. «Цанг» – это название местности, «ньён» означает «сумасшедший». Этот йогин вёл жизнь аскета и много бродяжничал. Перед едой он всегда вначале подносил пищу своему гуру. Однажды, бродя по лесу, он встретил там пастуха, который дал ему немного цампы. Он долгое время ничего не ел и очень проголодался, поэтому сразу же стал её жевать. Но положив цампу в рот, он подумал: «Надо же! Я забыл её поднести!». Поэтому он вынул цампу изо рта и с великой преданностью поднёс её своему гуру.

В тот момент его гуру давал учения на расстоянии многих километров от того места. Неожиданно пища, которую поднёс Цанг Ньёнпа, оказалась во рту его гуру, и ему пришлось замолчать. Он сказал: «Сегодня мой ученик Цанг Ньёнпа, который давно не ел, раздобыл немного цампы и поднёс мне её с такой великой преданностью и однонаправленным сосредоточением, что она на самом деле попала мне в рот».

То, насколько вы знаете Дхарму, сколько у вас прозрений, зависит от того, насколько велика ваша преданность вашему гуру: чем больше преданности, тем больше понимания Дхармы и свершений. Всё это зависит от преданности гуру.

Колофон

Нгаванг Норбу Гомчен Кхампала произнёс эту речь, переведённую на английский ламой Сопой Ринпоче, перед западными учениками в монастыре Копан 10 января 1975 года. Она была отредактирована Ником Рибушем и опубликована в книге “Учения Тибета: руководство великих лам”.



*(На фото – Лама Сона Ринпоче и лама Еше, Бангкок, Таиланд, 1974 г.
Фотография любезно предоставлено Энн Макнил)*

Приложение 8.



ПРАКТИКА ПРЕДАННОСТИ ГУРУ С ДЕВЯТЬЮ УСТАНОВКАМИ

В «Большом руководстве к этапам пути пробуждения» лама Цонкапа объясняет девять установок в практике правильного вверения себя благому другу: он сводит истинную практику гуру-йоги к девяти установкам. Там он не даёт подробных объяснений преданности гуру, но эти девять установок очень ясны и точны. Читать их и помнить о них очень полезно.

Когда у вас возникает какая-то проблема с вашим гуру, которая кажется трудноразрешимой и сбивает вас с толку (конечно, вся эта трудность создана вашими собственными представлениями), памятование об этих девяти установках мгновенно всё разрешает. После чтения этой молитвы ваши сложности или смятение внезапно исчезают. Это подобно атомной бомбе, разрушающей неblahие мысли о вашем гуру. Это всё очень упрощает.

*Я обращаюсь к милосердному владыке, коренному гуру,
Который необычайнее всех будд:
Молю, благослови меня вверять себя сведущему владыке-гуру
С великим почтением во всех будущих жизнях.*

*Осознав, что правильное вверение себя милосердному владыке-гуру –
Основе всех достоинств –
Это корень счастья и блага, я верю ему себя с великим почтением,
Не отрекаясь от него даже ценой жизни.*

Думая о том, как важен сведущий гуру,
Да смогу я отдать себя в его власть!
Да буду я подобен послушному сыну¹⁴²,
Действуя в точности по указанию гуру.

Даже когда мары, дурные друзья и им подобные
Пытаются разлучить меня с гуру,
Да буду я подобен ваджре, вовеки неразделимой.

Когда гуру даёт мне работу, какой ни была бы ноша,
Да буду подобен земле я, всё выносящей.

Когда я вверяю себя гуру,
Какое бы ни возникло страдание (трудности или проблемы)¹⁴³,
Да буду я, словно гора, непоколебимым.
(Ум не должен огорчаться или унывать).

Даже если придётся мне делать всю грязную работу,
Да буду подобен слуге царя я,
С умом невозмутимым.

Да отброшу я гордыню.
Ставя себя ниже гуру,
Да буду я подобен подметальщику пола.

Да буду я подобен верёвке,
Радостно держащей труды гуру,
Какой бы трудной или тяжкой ни была эта ноша.

Даже когда гуру ругает, унижает или не замечает меня,
Да буду я подобен покорной собаке,
Никогда не отвечающей гневом.

Да буду я подобен кораблю или парому,
Всегда беспечально прибывающим и отбывающим ради гуру.

О славный, драгоценный коренной гуру,

*Молю, благослови меня практиковать именно так.
Отныне и во всех моих будущих рождениях
Да смогу я верить себя гуру именно так.*

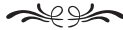
Читая эти слова вслух и размышляя над их смыслом, вы обретёте удачу правильно верить себя драгоценному гуру из жизни в жизнь и во всех ваших будущих рождениях.

Если вы подносите служение и почитание и делаете подношения драгоценному гуру с этими девятью установками, даже если вы не практикуете намеренно, у вас разовьются многие достоинства, вы накопите обширные заслуги и быстро достигнете полного просветления.

Колофон

Эта молитва была написана ламой с высокими свершениями, Шабкармом Цокдругом Рангдолом, и переведена ламой Сопой Ринпоче в Качо Дечен Линге, Аптос, Калифорния, в феврале 1999 года. Её записали Лиллиан Ту и дост. Тхубтен Декьонг (Ценла), а отредактировали – Ник Рибуш и дост. Конни Миллер.

ПРИМЕЧАНИЯ



¹ Замечание, сделанное во время пуджи долгой жизни, поднесённой Его Святейшеству ФПМТ в декабре 2006 года в Сарнатхе, Индия.

² Янгси Ринпоче, перерожденец геше Нгаванга Гендуна, одного из гуру ламы Еше, занимает пост директора в колледже «Майтрипа» в Портленде, Орегон.

³ Practicing the Path, p. 65.

⁴ Отрывок из беседы о преданности гуру в институте «Ваджрапани», Калифорния, 24 октября 1986 г. («Архив мудрости ламы Еше», номер 624).

⁵ Важные расшифровки LYWA («Архива мудрости ламы Еше»), – это, соответственно, №№ 1047, 266, 305, 788, 322, 721, 1478, 360, 127, 325, 1443, 176, 851, 741, 1223, 1404, 1481, 1383 и 1384.

⁶ Использован материал из следующих расшифровок LYWA («Архив мудрости ламы Еше»): №№ 17, 60, 68, 197, 350, 425, 441, 442, 469, 477, 509, 513, 514, 515, 558, 560, 561, 585, 624, 677, 715, 826, 831, 886, 944, 1022, 1064, 1078, 1087, 1255, 1329, 1405 и 1543.

⁷ Эта работа называется «Сокращённые примечания к разъясняющим учениям, данным [Первым Панчен-ламой] о Шестиразовой Гуру-йоге, Двадцати [строфах о бодхисаттвенских] обетах [Чандрагомина], Пятидесяти [строфах] об Учителе [Ашвагхоши], и о Коренных и вторичных тантрических обетах».

⁸ Точные источники цитат из «Освобождения на вашей ладони» Пабонки Ринпоче см. в Liberation in Our Hands, Part Two.

⁹ Или «её». К сожалению, единственное безличное местоимение в третьем лице, которое существует в английском языке, – это «it», которое кажется неподходящим местоимением для живого существа, особенно для гуру. Слишком громоздко каждый раз писать «он или она», а чередование двух этих местоимений кажется излишне «пользовательским». Использование местоимения «они» кажется грамматически неверным, хотя оно становится всё популярнее. Поскольку

большинство гуру мужского пола, было решено использовать местоимение «он». Если же ваш гуру – женщина, думайте о «ней». Однако, если речь идёт не о гуру, на протяжении этой книги мы чередовали два местоимения [Примечание издателя].

¹⁰ Время или эпоха упадка [скт. Калиюга] имеет пять характеристик: короткий жизненный срок, скудные средства к существованию, омрачения ума, глубокие ложные воззрения и слабость живых существ.

¹¹ Первый совет в «Собрании советов отовсюду» или Кадам Тхорбу, составленном Чегомом Шерапом Дордже. Полный текст см. в «Изречениях наставников кадам», *The Book of Kadam*, pp. 559–610 или *Door of Liberation*, pp. 83–122.

¹² Другие очистительные практики включают в себя простирания перед Тридцатью пятью Буддами покаяния, огненные пуджи Дордже Кхадро, медитацию на Самайваджру и чтение мантры этого божества, а также изготовление ца-ца. См также прим. 52.

¹³ Другие способы накопления заслуг включают в себя подношения чаш с водой, практику Прибежища, подношения цог и гуру-йогу.

¹⁴ См. *Enlightened Beings: Life Stories from the Gaden Oral Tradition*.

¹⁵ *The Great Treatise, Volume One*, p.90.

¹⁶ Это относится к тибетскому гаданию «мо» с опорой на медитативное божество, в ходе которого обычно бросают кости.

¹⁷ Три мира – мир желаний, мир форм и мир без форм.

¹⁸ Глава 6, строфа 1.

¹⁹ Строфа 84.

²⁰ Пять основных областей знания – искусства и прикладные ремёсла, медицина, языки и грамматика, логика и религиозная философия.

²¹ См. *The Union of Bliss and Emptiness*, chapter 5.

²² См. *The Fulfillment of All Hopes* и два комментария геше Нгаванга Даргье онлайн на сайте www.LamaYeshe.com.

²³ Строфа 45.

²⁴ Десять внешних принципов, которые должен знать ваджрный наставник: 1) как медитировать на мандалу с формой и без формы; 2) как сохранять закреплённую медитацию на себя как на божество в мандале; 3) как делать различные жесты рук для подношения украшений божествам; 4) как совершать ритуальные танцы; 5) как принимать разнообразные позы, такие как ваджрная поза; 6) как начитывать мантры; 7) как совершать огненные пуджи: мирные, возрастая, могущества и гневные; 8) как делать внешние, внутренние и тай-

ные подношения; 9) как совершать мирные деяния, деяния возрастания, могущества и гневные, а также как даровать защиту и приглашать различных гостей и 10) как завершать ритуалы и отправлять гостей обратно в их разнообразные обитатели.

²⁵ «Источник добродетели, великий океан нравственности,
Сокровищница драгоценностей обширного слушания,
Наставник, второй владыка мудрецов, облачённых в шафран,
Держатель Винаи Старейшин, к тебе обращаюсь!». (Строфа 43)

²⁶ Этот дух – Дордже Шугден. Его Святейшество Далай-лама попросил своих последователей прекратить практику этого духа. Подробности см. в книге *The Fourteen Dalai Lamas*, pp. 209–10. См. также совет Ринпоче на сайтах www.fpmt.org и www.LamaYeshe.com.

²⁷ Геше Лосанг Цепхел, настоятель монастыря Ганден Джангце, является директором «Земли Будды Сострадания» недалеко от Лос-Анджелеса, Калифорния.

²⁸ Этого духа раньше называли защитником, но лама Сопа Ринпоче говорит, что лучше называть его просто «духом».

²⁹ См. *The Book of Kadam*, p. 594, или *The Door of Liberation*, p.116.

³⁰ Шесть причин – это признание всех живых существ нашими матерями, памятование об их доброте, желание отблагодарить их за доброту, развитие любви, развитие сострадания и особого подхода, следствием чего является бодхичитта.

³¹ Четыре человека, завершивших строительство ступы Будданатх, позже родились в Тибете как царь Дхармы Трисонг Децен; его министр Селнанг; великий йогин Падмасамбхава; и настоятель Шантаракшита. Подробности см. в *The Legend of the Great Stupa* by Keith Dowman, Tibetan Nyingma Meditation Center, Berkeley, 1973).

³² См. в *Liberation in the Palm of Your Hand*, pp. 106–12 более длинную версию этой истории. (Ссылки на страницы в этих примечаниях соответствуют изданию с синей обложкой 2006 г.)

³³ Лама Лосанг Тхубванг Дордже Чанг – центральная фигура в полях заслуг «Гуру-пуджи» и «Джорчо». «Лама» означает «коренной гуру», «Лосанг» – ламу Цонкапу, «Тхубванг» – Будду Шакьямуни, а «Дордже Чанг» – Ваджрадхару. У основной фигуры ламы Цонкапы в сердце – Будда Шакьямуни, у которого, в свою очередь, в сердце – Ваджрадхара.

³⁴ Первое коренное тантрическое падение – это презрение к своему гуру или его принижение.

³⁵ Санскр.: *шравак* и *пратьекабудда* («слушающий» и «самостоятельно постигающий»).

³⁶ Строфа 18.

³⁷ Также переводится как «путь накопления». Есть пять путей Махаяны, первый из которых, путь заслуг, делится на три части: малую, промежуточную и великую.

³⁸ Целиком эту историю см. в «Восьмитысячной праджняпарамите», *The Perfection of Wisdom in Eight Thousand Lines*, chapters 30 и 31.

³⁹ «Терпение нерождённой Дхармы» – это состояние достижения, в котором омрачения уже более не возникают.

⁴⁰ См. стр. 337–344 этой книги, где история Миларепы приведена более подробно.

⁴¹ Пять упадков – это упадки ума, жизненного срока, живых существ, времён и воззрений. См. также прим. 10 на стр. 457.

⁴² См. совет 23, pp. 47–48, в *The Hundred Verses of Advice* [тиб. Тингри Гьяца], подборке различных наставлений, которые Падампа Сангье дал жителям Тингри.

⁴³ Строфа 48.

⁴⁴ Умственное загрязнение возникает, когда деньги, поднесённые от имени умершего человека, тратятся не на цели Дхармы.

⁴⁵ Пятью основными ламами сакья были Сачен Кунга Ньинпо, Сонам Цемо, Драпка Гьялцен, Кунга Гьялцен (Сакья Пандита) и Лодро Гьялцен (Чогьял Пакпа).

⁴⁶ Кхен Ринпоче лама Лхундруп Ригсел – настоятель монастыря Копан, Непал.

⁴⁷ Майкл Шумейкер или Свами Четанананда; ашрам Рудрананда.

⁴⁸ См. *Essential Buddhist Prayers*, Volume 1, p.139.

⁴⁹ *Lines of Experience*, v.9. См. *Illuminating the Path to Enlightenment*, appendix 2, p. 181.

⁵⁰ См. *Illuminating the Path to Enlightenment*, appendix 1, под заголовком *A Lamp for the Path to Enlightenment*.

⁵¹ «Какие бы полезные действия,

Такие как почитание будд и щедрость,

Ни были накоплены за тысячу кальп,

Все они будут уничтожены одним мгновением гнева» (Глава 6, строфа 1)

⁵² Шесть методов очищения – повторение имён будд; начитывание мантры Ваджрасаттвы; чтение сутр о пустоте; размышления о пустоте; совершение подношений и создание статуй и изображений будд либо строительство ступ.

⁵³ Четыре силы, которые делают раскаяние действенным для очи-

щения неблагой кармы, – сила сожаления, сила объекта опоры, сила противоядия и сила решимости более не совершать неблаговую карму.

⁵⁴ Список шестнадцати человеческих дхарм см. в «Освобождении на вашей ладони» (Liberation in Our Hands, Part Two, pp.269-70, n.115).

⁵⁵ Пять основных философских трактатов – «Украшение ясных постижений» Майтреи, «Свод достоверного познания» Дигнаги, «Вступление в срединность» Чандракирти, виная и «Сокровищница знания» Васубандху.

⁵⁶ Центр ФПМТ в Сокеле, Калифорния.

⁵⁷ В целом различают три вида веры – веру-доверие или чистосердечную веру; ясную или постигающую веру, то есть веру, основанную на логической убеждённости; веру устремлённую. См. «Освобождение на вашей ладони» (Liberation in Our Hands, Part Two, p.31, n.23).

⁵⁸ Четыре великие реки – неведения, воззрений, желания и мирского бытия. См. Three Principal Aspects of the Path, pp. 87–88.

⁵⁹ «Единственный источник полного благоденствия,

Уничтоживший все пороки и их следы,

Сокровищница безмерных драгоценных достоинств,

Твоим стопам, досточтимый Гуру, поклоняюсь!». (Строфа 20)

⁶⁰ Бусина ракши большая, красная, и у неё шероховатая поверхность. Индийские садху часто носят чётки из бусин ракши.

⁶¹ Это относится к Джово, знаменитой статуе Будды Шакьямуни в храме Джокханг в центре Лхасы.

⁶² Четыре коренных обета – не убивать, не воровать, не лгать и не вступать в половое совокупление.

⁶³ См. стр. 157–158.

⁶⁴ «Сокращённые примечания к разъясняющим учениям, данным [Первым Панчен-ламой] о Шестиразовой Гуру-йоге, Двадцати [строфах о бодхисаттвенских] обетах [Чандрагомина], Пятидесяти [строфах] об Учителе [Ашвагхоши] и о Коренных и вторичных тантрических обетах.»

⁶⁵ «Нет ничего, что не стало бы легче

Посредством привыкания.» (Guide, ch.6, v.14).

⁶⁶ Это учение, данное во время Второго празднования ФПМТ просветлённого опыта, опубликовано в книге The Union of Bliss and Emptiness.

⁶⁷ Это аспект Ченрези – белого цвета, с одним ликом и двумя руками, находящийся в позе отдыха, с левой рукой, покоящейся сзади на сиденье, на фоне лунного диска.

⁶⁸ Полный список тридцати двух больших и восьмидесяти малых знаков см. в «Освобождении на вашей ладони» (*Liberation in Our Hands, Part Two*, pp. 308-314).

⁶⁹ Потомок дерева, под которым Будда Шакьямуни достиг просветления.

⁷⁰ Объяснение двенадцати звеньев см. в *The Meaning of Life* или в «Освобождении на вашей ладони» (*Liberation in Our Hands*, pp. 479–86).

⁷¹ «На каждой частице пребывают будды, бесчисленные, как частицы,

Каждый из них – в окружении сонма бодхисаттв,

И я уверен, что пространство всех феноменов

Таким образом полностью насыщено буддами.»

(«Царь молитв: молитва Самантабхадры», *King of Prayers, v.3*. См. *Essential Buddhist Prayers, Volume 1*, p.249).

⁷² Болезнь желчи связана с желтухой и другими заболеваниями печени.

⁷³ Болезнь ветра или лунга относится к состояниям, когда элемент ветра в теле выходит из равновесия. Оно напоминает состояние стресса, вызванное беспокойством.

⁷⁴ Лхамо Лхацо – озеро в Тибете, связанное с Палден Лхамо, защитницей Тибета. Это «озеро оракулов», к которому обычно обращаются в поисках перерождений Далай-лам.

⁷⁵ Центр ФПМТ в Помае, Италия. Эти учения были опубликованы в книге *The Bliss of Inner Fire*.

⁷⁶ Санскр.; тиб.: *mu-teg-pa*. Иноверцы – древнеиндийские последователи небуддийских систем. См. *Meditation on Emptiness*, p.320 ff.

⁷⁷ Непосредственное условие при порождении, например, сострадания – это момент сознания, непосредственно предшествующий порождению мотивации сострадания.

⁷⁸ Причинное условие порождения сострадания – это страдание других живых существ либо то же самое, что непосредственное условие.

⁷⁹ См. Приложение 4.

⁸⁰ Будда Шакьямуни предсказал, что его учения сохранятся на протяжении десяти пятисотлетних периодов.

⁸¹ Эпитет Ваджрадхары.

⁸² Список двенадцати деяний Будды Шакьямуни см. в книге *Opening the Eye of New Awareness* pp.91–92.

⁸³ «Ты средоточие десяти миллионов чакр мандалы,
Возникающих из игры всеведущего изначально чистого осознания,

Всеобъемлющий властелин Ста семейств Будд, наивысший Ваджрадхара,

О Владыка изначального единства, к тебе обращаюсь!». (Строфа 51)

⁸⁴ Строфа 46.

⁸⁵ Защитник всех существ без исключения;

Божественный уничтожитель непокорных войск Мары;

Безупречно знающий все вещи:

Бхагаван, прошу тебя прибыть сюда вместе со свитой!

⁸⁶ Семь патриархов – это Кашьяпа, Ананда, Шанаваца, Упагупта, Дхитика, Кришна и Махасударшана.

⁸⁷ Шесть украшений – это Нагарджуна, Арьядева, Асанга, Васубандху, Дигнага и Дхармакирти.

⁸⁸ Подробнее о восьмидесяти махасиддхах см. в Buddha's Lions: The Lives of the Eighty Four Siddhas.

⁸⁹ Строфа 47.

⁹⁰ «Восседает мой коренной гуру, трижды добрый, по сути – воплощение всех будд...». (Строфа 10).

⁹¹ Prayer for Meeting the Teaching of the Great Tsongkhapa, Dharma King of the Three Realms, Giving Compassionate Refuge and Care.

⁹² Prayer for the Flourishing of Je Tsongkhapa's Teachings, [тиб. Lo-sang gyal-tan-ma]. См. Essential Buddhist Prayers, Volume 1, p.259 ff.

⁹³ См. Глоссарий, где перечислены восемь и пять обетов.

⁹⁴ См. «Освобождение на вашей ладони», (Liberation in the Palm of Your Hand, pp.380–84), где подробно описан обет Прибежища.

⁹⁵ The Avatamsaka Sutra, переведённая на англ. язык как The Flower Ornament Scripture.

⁹⁶ См. Taking the Essence, учение ламы Еше по этой практике, на сайте www.LamaYeshe.com.

⁹⁷ Будды трёх родов – это Вайрочана, Амиабха и Акшобхья – сущности святых тела, речи и ума будды. Будды пяти родов – это предыдущие три, с добавлением Ратнасамбхавы и Амогхасиддхи, и эти пять Будд связаны с пятью чистыми совокупностями будды. Будды ста родов связаны с пятью аспектами пяти совокупностей будды, четырьмя элементами, шестью внутренними опорами сознания и пятью объектами органов чувств.

⁹⁸ Шесть видов страдания – неопределённость, неудовлетворён-

ность, постоянное оставление своего тела, постоянное перерождение, постоянные «взлёты и падения» в своих рождениях и отсутствие спутника. Четыре вида страдания – это рождение, старение, болезнь и смерть. Три вида страдания – это страдание от страданий, страдание перемены и всепроникающее страдание обусловленности.

⁹⁹ Стихотворения 18–22.

¹⁰⁰ Восемь подношений – вода для питья, вода для омовения стоп, цветы, благовония, свет, ароматная вода для сердца, пища и музыка.

¹⁰¹ Пять видов чувственных подношений – форм, звуков, ароматов, вкусов и осязаемых предметов.

¹⁰² См. The Great Kagyu Masters.

¹⁰³ Бывший британский бастион на холмах в штате Химачал Прадеш, Индия.

¹⁰⁴ Геше Дога, долгое время занимающий пост резидентного геше в «Институте Тары», Мельбурн, Австралия, является учеником геше Нгаванга Даргье.

¹⁰⁵ См., например, The Life & Teachings of Naropa и Illusion's Game.

¹⁰⁶ Вот двенадцать великих тягот, которые испытал Наропа, будучи учеником Тилопы: 1) бросился с крыши храма; 2) прыгнул в огонь; 3) его избили после того, как он испортил пищу тех, кто дважды отказал ему в подавании; 4) на него напали пиявки после того, как он попытался покрыть своим телом лужу, подобно мосту; 5) он подвергся пытке горячим тростником в руках Тилопы; 6) преследовал явленное ему видение человека до полного изнеможения; 7) его избили министр и его подданные после того, как он напал на министра и его невесту; 8) его избили царь и его подданные после того, как он напал на царицу; 9) его избило войско после того, как он напал на царевича; 10) был разочарован своей супругой и работой, а также ударил камнем свой половой орган; 11) ему пришлось отдать свою супругу Тилопе, после чего Тилопа её избил; 12) сделал подношение мандалы песком и частями своего тела, а также кровью. После каждой тяготы Тилопа исцелял Наропу от всех физических недугов, а затем давал ему особые наставления.

¹⁰⁷ Наропа пережил двенадцать малых тягот: 1) Ваджрайогини явилась ему в виде безобразной старухи и приказала пойти к Тилопе; 2) перепрыгнул через прокажённую женщину, у которой не было ни рук, ни ступней, преградившую ему путь; 3) перепрыгнул через вонючую суку, опухшую от паразитов; 4) не захотел связываться с человеком, обманывавшим своих родителей; 5) не захотел помочь человеку, вырывавшему кишки из человеческого трупа, а затем их резавшему; 6) отказался помочь человеку, вскрывшему желудок другого живого человека и омывшему его тёплой водой; 7) пытался жениться на доче-

ри царя, чтобы узнать у царя, где находится Тилопа; 8) отказался убить оленя стрелой из лука, полученного от смуглого человека со сворой гончих; 9) отказался съесть рыбу и лягушек, жареной какой-то старухой; 10) отказался помочь человеку, жестоко убившему своих родителей; 11) встретившись с Тилопой, не выполнил просьбу Тилопы убить пригоршню вшей; 12) встретил множество одноглазых людей, слепого человека, способного видеть, глухого, способного слышать, безъязыкого, способного говорить, хромого, способного бегать, и покойника, мягко обмахивавшего себя опахалом. Все эти двенадцать видений указывали на символы махамудры.

¹⁰⁸ Околосердечная мантра Херуки: ОМ ХРИХ ХА ХА ХУМ ХУМ ПХАТ.

¹⁰⁹ Употребление пищи после полудня – нарушение монашеских обетов.

¹¹⁰ Медитация на краткий слог АХ – часть стадии завершения практики туммо или внутреннего огня. Подробнее о этой практике см. в книге *The Bliss of Inner Fire*.

¹¹¹ Пища с сотней вкусов указывает на разнообразную, изысканную пищу с разнообразием вкусов.

¹¹² Это мудра, которую являли многие гневные божества, такие как Ваджрапани и Махакала.

¹¹³ «Защита» – амулет-оберег, в котором содержатся печатные копии мандал, святые мощи и так далее; иногда его зашивают в ткань и носят на шее или на другой части тела для защиты.

¹¹⁴ См, например, *The Life of Marpa the Translator*, *The Life of Milarepa* и *The Hundred Thousand Songs of Milarepa*.

¹¹⁵ Девять установок верения, о которых преподано в «Сутре устройства древа», состоят в следующем: 1) подобно послушному ребёнку, отказаться от своеволия и верить себя в распоряжение ламы; 2) подобно алмазу, иметь нерушимую преданность и никому не позволять вас разлучить; 3) подобно самой земле, исполнять любые наказания ламы; 4) подобно великим горам на краю света, оставаться непоколебимым в своём служении, какие бы неприятности это на тебя ни навлекло; 5) подобно слуге, совершать любую данную ламой работу, никогда не стремясь её избежать, какой бы грязной она ни казалась; 6) подобно земной пыли, искать самое низкое положение, отказавшись от всей гордыни, самомнения и высокомерия; 7) подобно прочной колеснице, носить всю ношу, которой тебя нагружает лама, какой бы тяжкой она ни была; 8) подобно верной собаке, не допускать гнева, как бы лама ни унижал и ни ругал; 9) подобно кораблю или парому, никогда не жаловаться, сколько бы ни пришлось уходить или приходиться в служении ламе. См. *The Great Treatise, Volume 1*, pp. 78–80.

¹¹⁶ Три вида терпения – терпение, не колеблемое вредом, причинённым другими, терпение добровольного принятия на себя страдания и терпение, необходимое для обретения убеждённости в Дхарме.

¹¹⁷ Благая заслуга мудрости, накопленная медитацией на пустоту, становится причиной Дхармакаи, святого ума будды, а заслуга удачи, накопленная добродетелями, не относящимися к медитации на пустоту, становится причиной Рупакаи, святого тела будды.

¹¹⁸ «Сто, пять и три семейства, сколько бы их ни насчитать, – это лама.

Всеобъемлющий владыка, воплощение их всех, – также лама.

Молю, тебя, Лама, Владыка всех семейств, будь всегда со мною неразлучен

В этой жизни, в будущих жизнях и в бардо!». (Строфа 8)

¹¹⁹ Строфа 53.

¹²⁰ См. «Шестиразовую Гуру-йогу», где дан комментарий на этот текст.

¹²¹ Строфа 53.

¹²² «Следовательно, когда наши гуру нам открыли

Способы избежать трёх дурных уделов,
Милосердно даровав нам возможность немного насладиться
Совершенствами богов и людей,
Ясно указали нам лучший метод
Умиротворения всех пороков сансары и нирваны
И ведут нас к непревзойдённому состоянию Трёх Тел, –
Почему эта доброта не является высшей?». (Строфы 126).

¹²³ Семь ветвей – это полное наслаждение, единение, великое блаженство, несамобытие, великое сострадание, непрерывная протяжённость и непресечение.

¹²⁴ Это особое намерение, когда на себя принимается личная ответственность за приведение всех существ к просветлению.

¹²⁵ См. Рекомендуемая литература для дальнейшего чтения.

¹²⁶ Строфа 84.

¹²⁷ См. Прим. 57.

¹²⁸ Это означает правильное вверение себя гуру в мыслях и на деле.

¹²⁹ Традиционно эти четыре строфы излагаются в противоположной последовательности, начиная с «Ваджрадхара заявил...» и заканчивая «Нечему доверять...», но лама Сопа Ринпоче считает, что лучше размышлять и медитировать о них в указанном им порядке.

¹³⁰ См. Essential Buddhist Prayers, Volume 1, pp. 135–137, где приведена тибетская транскрипция этой молитвы.

¹³¹ Дополнительные советы Ринпоче о преданности гуру и многих других темах см. онлайн в его книге наставлений на сайте www.LamaYeshe.com.

¹³² Центр ФПМТ в Вермонте, США.

¹³³ Мантра имени гуру состоит из его имени на санскрите, которое вставляется между ОМ АХ ГУРУ ВАДЖРАДХАРА и САРВА СИДДХИ ХУМ ХУМ. Например, мантра имени ламы Сопы Ринпоче – ОМ АХ ГУРУ ВАДЖРАДХАРА МУНИ ШАСАНА КШАНТИ САРВА СИДДХИ ХУМ ХУМ.

¹³⁴ «Простираюсь и ищу Прибежище в гуру и Трёх Драгоценностях: прошу, благословите поток моего ума!

Я прошу вас мгновенно умиротворить все ложные воззрения, от неправильного вверения себя гуру до тонкого двойственного восприятия белого, красного и чёрного видений, существующих в моём уме и умах всех матерей-живых существ.

Я прошу вас о мгновенном порождении всех правильных свершений, от преданности гуру вплоть до просветления в моём уме и умах всех матерей-живых существ.

Я прошу вас умиротворить все внешние и внутренние препятствия осуществлению всего постепенного пути к просветлению в моём уме и умах всех матерей-живых существ.» См. Lama Chora, p. 47.

¹³⁵ См. Essential Buddhist Prayers, Volume 1, pp. 127–33, где приведена тибетская транскрипция этой молитвы.

¹³⁶ Существуют два перевода на английский язык полного текста. «Сущность нектара» (The Essence of Nectar) содержит лишь коренной текст, а в книге The Essential Nectar также приведены комментарии геше Рабтена. См. Рекомендуемая литература для дальнейшего чтения. Эти строфы перевёл лама Сопы Ринпоче.

¹³⁷ Строфа 78. Этой строфой завершается молитвенное обращение к учителям линии преемственности.

¹³⁸ Строфа 116 была исключена из изначального перевода. Эта строфа переведена Мартином Уиллсоном и приведена в книге The Essential Nectar.

¹³⁹ Строфы 97–139.

¹⁴⁰ «Если случайно обретёшь тело счастливого скитальца,

То из-за созревания следствия, подобного причине, – непочитания гуру,

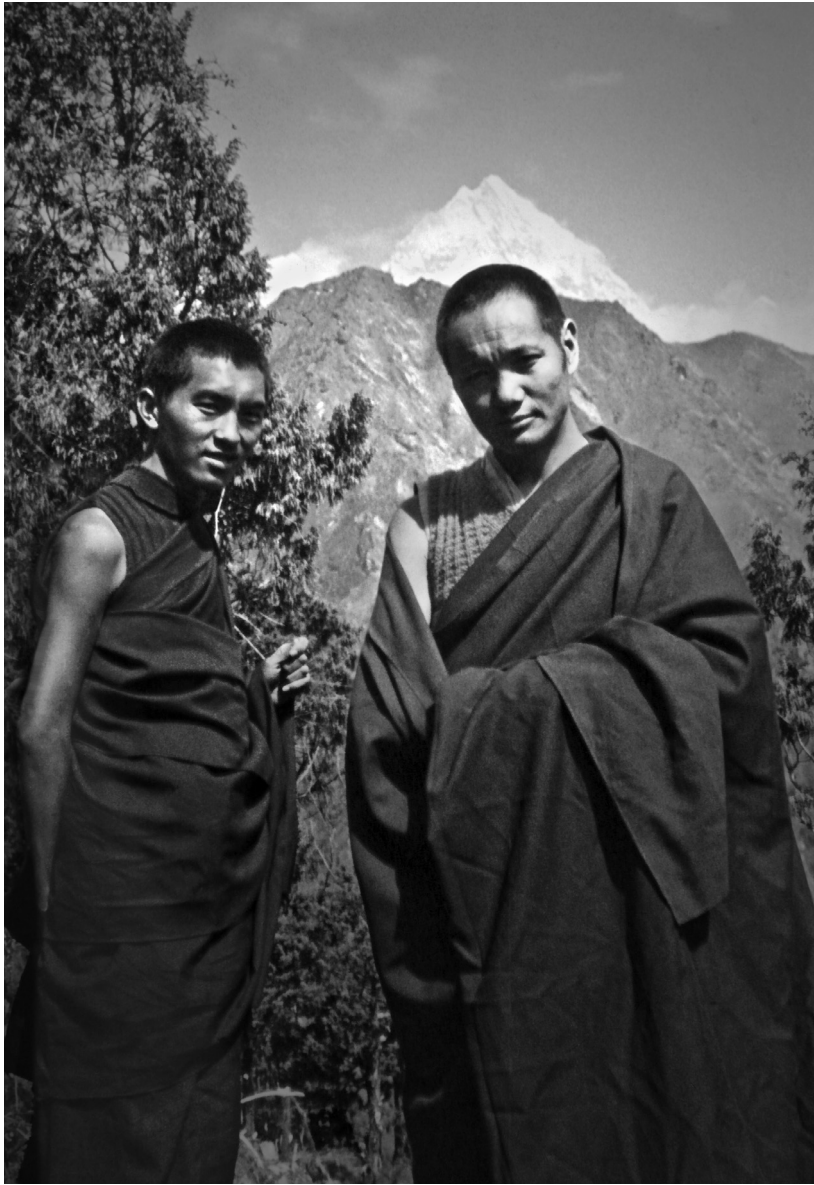
Переродишься в неблагих уделах без свободы

И даже не услышишь слов “святая Дхарма” или “благой друг”.» (Строфа 111.)

¹⁴¹ «(Ученики), обладающие большим разумом, должны слушаться слов своих гуру с радостью и энтузиазмом. Если у тебя недостаточно знаний или способностей (исполнять его наказания), (вежливо) объясни, почему ты не можешь (послушаться).» (Строфа 24.)

¹⁴² Было предложение заменить «сына» на «ребёнка», однако, согласно ламе Сопе Ринпоче, понятие «сын» используется в зависимости не от свойств тела, а от свойств ума. Этот термин употребляется, потому что обычно сын наследует престол царя. Его дочь становится царицей, но не царём. Поскольку здесь применяется этот пример, ученика называют «сыном ваджрного наставника», но это не имеет никакого отношения к его телу.

¹⁴³ Слова в скобках добавлены для прояснения смысла текста, и о них нужно помнить, но произносить их не нужно.



(На фото – Лама Сона Ринпоче и лама Еше, Дхарамсала, приблиз. 1972 г.)

Глоссарий



(Санскр. — санскрит, тиб. — тибетский).

Абхидхарма. Одна из «трёх корзин» (Трипитака) буддийского канона, где две остальные — виная и сутра; систематизированный философский и психологический анализ существования, который является основой буддийских систем философии и тренировки ума.

Авалокитешвара. (Санскр.). См. Ченрези.

Ад. Сансарический мир, где испытываются наибольшие страдания. Существуют восемь горячих адов, восемь холодных и четыре промежуточных.

Амдо. Северо-восточная провинция Тибета, граничащая с Китаем.

Амогхадарши. (Санскр.: «Значимый для созерцания»). Один из бодхисаттв, который сопровождал Будду Шакьямуни.

Архат. (Санскр.; тиб. «драчомпа»). С тиб. буквально — «уничтожитель врага». Существо, которое, после пресечения его кармы и омрачений, полностью свободно от всех страданий и их причин и достигло освобождения от круговорота бытия.

Арья (санскр.). Существо, напрямую постигшее пустоту.

Асанга. Индийский наставник IV века, который получил прямую от Будды Майтреи обширную передачу или передачу метода учений Будды Шакьямуни; гуру и брат Васубандху.

Ашвагхоша (или Арьясура). Индийский наставник III века, прославившийся своей учёностью и поэзией, автор «Пятидесяти [строф] об Учителе».

Бакула Ринпоче (1917–2003). Лама из Ладака, перерожденец одного из шестнадцати архатов, много лет служивший в индийском парламенте, а также занимавший пост посла Индии в Монголии.

Бардо (тиб.). Промежуточное состояние; состояние между смертью и перерождением, которое длится от одного мгновения до сорока девяти дней.

Благой друг (тиб.: ге-ве ше-ньен). См. Гуру.

Бог. См. Дэва.

Бодхгайя. Небольшой городок в штате Бихар на севере Индии, где Будда Шакьямуни достиг просветления.

Бодхичитта (санскр.). Альтруистическая решимость достичь полного просветления ради освобождения всех живых существ от страдания и приведения их к просветлению.

Бодхисаттва (санскр.). Обладающий бодхичиттой.

Божество (тиб.: йидам). Форма божества, используемая в качестве объекта медитации в тантрических практиках.

Болезнь ветра. См. Лунг.

Будданатх. Деревня рядом с Катманду, построенная вокруг ступы Будданатх, знаменитого места буддийского паломничества.

Брахма. Могущественное индуистское божество в мире богов.

Будда (санскр.). Полностью просветлённое существо. Тот, кто очистил все завесы ума и дошёл до совершенства все достоинства. См. также Просветление, Будда Шакьямуни.

Будда Майтрея (санскр.; тиб.: Джампа). Букв. «Любящий». Следующий Будда, после Шакьямуни и пятый из тысячи будд этой эпохи.

Буддхаджняна (тиб.: Сангье Еше). Индийский учитель VIII века, основавший одну из систем Гухьясамаджи; изучал сутры праджняпарамиты (совершенства мудрости) с Харибхадрой.

Будда Шакьямуни (563–483 гг. до н.э.). Основатель нынешней Дхармы Будды. Четвёртый из тысячи будд-основателей в нынешней эпохе; родился царевичем в клане шакьев на севере Индии и проповедовал пути сутры и тантры к освобождению и полному просветлению.

Букса Дуар. Небольшой городок в Восточном Бенгале, на востоке Индии, где получило приют большинство тибетских монахов, сбежавших в Индию в 1959 г. См. также Безмятежность, Шаматха.

Бхагаван (санскр.). Букв. «Благословенный [в мирах]». Эпитет будды.

Бхикшу (санскр.). См. Гелонг.

Бхуми (санскр.). Буквально «уровень» или «земля». Бодхисаттвы должны пройти десять бхуми на их пути к просветлению, и первый бхуми достигается после прямого постижения пустоты.

Ваджрадхара (санскр.; тиб.: Дордже Чанг). Мужское медитативное божество; форма, в которой Будда Шакьямуни раскрыл тантрические учения.

Ваджраварахи (санскр.; тиб.: Дордже Пхагмо). Аспект Ваджрайогини.

Ваджра гуру (санскр.). Гуру, от которого получено тантрическое посвящение.

Ваджрайогини (санскр.; тиб.: Дордже Нелджорма). Полугневное женское божество в цикле Чакрасамвары.

Ваджра и колокольчик. Атрибуты, используемые во время тантрических ритуалов: ваджра, которую держат в правой руке, символизирует блаженство, а колокольчик, который держат в левой, — пустоту.

Ваджрапани (санскр.; тиб.: Чана Дордже). Крайне гневное мужское медитативное божество, воплощающее силу всех будд.

Ваджрасаттва (санскр.; тиб.: Дордже Семпа). Мужское тантрическое божество, особенно используемое для очищения.

Ваджраяна (санскр.). Также известна как Тантраяна, Мантраяна или Тайная Мантра. Самая быстрая колесница буддизма, способная привести к полному просветлению за одну жизнь.

Вайбхашика (санскр.). Школа «великого предьявления», одна из двух основных философских школ Хинаяны.

Васубандху. Индийский учитель V века, написавший «Сокровищницу знания» (санскр.: Абхидхармакоша); ученик и брат Асанги.

Вера. Есть три её вида: вера-доверие или чистосердечная вера; ясная или постигающая вера, основанная на логической убеждённости, и устремлённая вера.

Ветры. Энергии-ветры. Тонкие энергии, которые текут по каналам тела, позволяющие телу функционировать и связанные с различными уровнями ума.

Виная (санскр.). Учения Будды о нравственности, монашеском поведении и т.п.

Великое прозрение. Медитативное постижение непостоянства и пустоты, преодолевающее неведение и ведущее к освобождению.

Великое сострадание. Принятие на себя личной ответственности за освобождение всех живых существ от страдания и его причин.

Высшая Йога-тантра (санскр.: маха-ануттара-йога-тантра). Четвёртый и высший из четырёх классов тантры, в котором главным образом подчёркиваются внутренние деяния.

Внутренний огонь. См. Туммо.

Восемь мирских дхарм. Мирские заботы, обычно мотивирующие действия непросветлённых существ: радость от подарков и огорчение

из-за отсутствия подарков; желание счастья и нежелание несчастья; желание похвалы и нежелание осуждения; желание хорошей репутации и нежелание дурной.

Восемь обетов Махаяны. Однодневные обеты, предполагающие отказ от убийства; воровства; лжи; полового совокупления; одурманивающих веществ; высоких сидений; принятия пищи в неположенное время; а также от пения, танцев, духов и украшений.

Восемь свобод. Восемь состояний, от которых свободно драгоценное человеческое рождение: рождение в аду, голодным духом, животным, богом-долгожителем или варваром, либо в тёмную эпоху, когда в мир не приходил будда; вера в ложные взгляды; рождение с ущербными совокупностями ума или тела.

Времена раздоров. См. Пять упадков.

Времена или эпоха упадка (санскр. Калиюга). См. Пять упадков.

Всеведущий ум. См. Просветление.

Всепроникающее страдание обусловленности. Наиболее тонкий из четырёх видов страдания; указывает на природу пяти психофизических совокупностей, загрязнённых кармой и омрачениями.

Гампопа (1074–1153 гг.) «Солцеподобный» ученик Миларепы и автор «Драгоценного украшения освобождения»; также известен как «лекарь из Дакпо»; гуру Первого Кармапы.

Ганден Трипа (тиб.). Представитель ламы Цонкапы; глава традиции гелуг.

Гелек Ринпоче (род. в 1939 г.) Лама-мирянин, проживает в США; основатель организации «Драгоценное сердце» (Jewel Heart), ориентированной на сохранение тибетской культуры и буддизма.

Гелонг (тиб.). Полностью посвящённый буддийский монах. Женский аналог — гелонгма.

Гелуг (тиб.). Одна из четырёх традиций тибетского буддизма, основанная ламой Цонкапой в начале XV века и распространённая такими выдающимися учителями как Далай-ламы и Панчен-ламы.

Гелугпа (тиб.). Последователь традиции гелуг.

Ген (тиб.). Букв. «старейшина». Почтительное звание.

Ген Джампа Вангду (ск. в 1984 г.) Медитирующий аскет, бывший близким другом ламы Еше и гуру ламы Сопы Ринпоче.

Гецул (тиб.). Буддийский монах-послушник. Монахиня — гецулма.

Геше (тиб.). Букв. «благой друг». Это звание даётся тем, кто завершил многолетнее обучение и сдал экзамены в гелугпинских монашеских университетах.

Геше Лекден. Бывший настоятель монастыря Сера Дже и бывший

резидентный геше в институте «Ченрези», центре ФПМТ рядом с Юдло, Австралия.

Геше Нгаванг Дхаргье (1921–1995 гг.). Наставник многих гелугпинских тулку и резидентный учитель в Библиотеке тибетских трудов и архивов в Дхарамсале, Индия, перед тем как уехать в Новую Зеландию, где он основал собственные центры, а затем там же скончался.

Геше Ньюсурпа (1042–1118 гг.). Также известен как Еше Бар. Ученик геше Потовы и гуру Лангри Тхагпы.

Гнев. Омрачающая эмоция, преувеличивающая отрицательные качества объекта и желающая причинить ему вред; одно из шести коренных омрачений.

Геше Потова (1031–1105 гг.). Также известен как Потова Ринчен Сел. Поступил в монастырь Ретинг в 1058 году и непродолжительное время занимал пост его настоятеля; один из трёх великих учеников Дромтонпы, патриарха кадампинской линии трактатов.

Геше Рабтен (1920–1986 гг.). Учёный гелугпинский лама, бывший помощником по религиозным вопросам Его Святейшества Далай-ламы перед тем, как переехать в Швейцарию в 1975 г.; гуру ламы Еше и ламы Сопы Ринпоче.

Геше Сенге. Монгольский лама, настоятель обоих монастырей Сера Дже и Сера Ме в Тибете во время китайской оккупации; гуру ламы Сопы Ринпоче.

Геше Толунгпа (1032–1116 гг.). При монашеском посвящении получил имя Ринчен Ньингпо; ученик геше Ченгавы и гуру геше Чаюлвы.

Геше Чаюлва (1075–1138 гг.). Также известен как Шонну О; кадампинский геше, прославившийся своей безупречной преданностью геше Толунгпе и геше Ченгаве.

Геше Чекава (1101–1175 гг.). Кадампинский геше, автор знаменитого сочинения «Семь пунктов тренировки ума».

Геше Ченгава (1038–1103 гг.). Также известен как Ченгава Цультрим Бар; патриарх кадампинской линии наставлений и один из трёх основных учеников Дромтонпы.

Геше Шаравы (1070–1141 гг.). Получил монашеское посвящение от геше Потовы; гуру геше Чекавы.

Голодный дух. См. Прета.

Гомпа (тиб.). Обычно основной зал для медитаций, или храм, на территории монастыря.

Гомо Ринпоче (1921–1985 гг.). Лама-мирянин, гуру обоих ламы

Еще и ламы Сопы Ринпоче, учивший во многих центрах ФПМТ, особенно в Италии; скончался и переродился в Канаде.

Гонпава (1016–1082 гг.). Гонпава Вангчук Гьялцен; непосредственный ученик ламы Атиши и патриарх кадампинской линии ламрим.

Гора Кайлаш. Священная гора в юго-западном Тибете, считающаяся святыней Херуки Чакрасамвары.

Гора Меру. Центр вселенной в буддийской космологии.

Гунтанг Тенпе Дронме (1762–1823 гг.). Ученик первого воплощения великого Джамьяна Шепы; известен выразительной духовной поэзией и философскими трудами.

Гуру (санскр.; тиб.: лама). Букв. «весомый», напр. «весомый знаниями Дхармы». Духовный учитель, наставник.

Гуру-йога (санскр.). Тантрическая практика медитации на нераздельное единство гуру и божества, а затем на слияние гуру-божества с собственным умом; различные садханы, включающие в себя эти медитации.

Гуру-йога ламы Цонкапы. Практика гуру-йоги, связанная с ламой Цонкапой, ежедневно выполняемая в гелугпинских монастырях.

Гухьясамаджа (санскр.). Мужское медитативное божество Высшей Йога-тантры, в чьей тантре особенно подчёркивается иллюзорное тело.

«Гуру-пуджа» (тиб. Лама чопа). Практика гуру-йоги Высшей йога-тантры, составленная Панченем Лосангом Чокьи Гьялценом.

Гьялва Гоцангпа или Гонпо Дордже (1189–1258 гг.). Кагьюпинский учитель, бывший учеником Цангпа Гьяре.

Гьялва Энсапа (1505–1566 гг.). Ученик Чокьи Дордже; достиг просветления за несколько лет без больших трудностей; предшественник Панчен-лам; гуру Кхедрупа Сангье Еше.

Дака (санскр.). Мужской эквивалент дакини.

Дакини (санскр.). Буквально «небесная странница», существо женского пола с тантрическими свершениями стадий порождения или завершения.

Далай-лама, Его Святейшество Четырнадцатый (р. в 1935 г.). Гьялва Тензин Гьяцо. Всемирно почитаемый духовный лидер тибетского народа и неустанный борец за мир во всём мире; лауреат Нобелевской премии мира 1989 года; гуру ламы Сопы Ринпоче.

Две стадии. Стадии порождения и завершения Высшей Йога-тантры.

Денма Лочо Ринпоче (1928–2014). Учёный гелугпинский лама, бывший настоятель монастыря Намгьял, один из гуру ламы Сопы Ринпоче.

Десять дарований. Десять качеств, характеризующих драгоценное человеческое рождение: рождение человеком, в стране Дхармы — с полноценными умственными и физическими способностями; свобода от совершения пяти тяжелейших злодеяний; вера в учение Будды; рождение в то время, когда в этот мир сошёл будда, когда учения до сих пор живы, когда до сих пор есть последователи этих учений; наличие всех необходимых условий для практики Дхармы.

Десять недобродетелей. Три недобродетели тела — это убийство, воровство и разврат; четыре недобродетели речи — это ложь, клевета, грубая речь и пустая болтовня; три недобродетели ума — это алчность, злонамеренность и ложные взгляды.

Джампел Лхундруп. Дагпо Ринпоче. Коренной гуру Пабонки Ринпоче в учениях дамрим; автор текста Джорчо «Ожерелье для счастливых»; его перерожденец много лет живёт во Франции.

Джамьян Шепа (1648–1721 гг.). Знаменитый гелугпинский учитель и учёный; автор учебников, используемых в монастыре Дрепунг.

Дже Друкхангпа Гелек Гьяцо (1641–1712 гг.). Известный учитель ламрима, медитировавший в пещере над монастырём Сера.

Доб-доб (тиб.). Монах, не участвующий в программе монастырского обучения, но больше занимающийся хозяйственными делами монастыря.

Добродетель. Благая карма; то, что приводит к счастью.

Домо Геше Ринпоче (ск. в 1936 г.). В юности был знаменитым аскетом, практиком медитации, а позже основал монашеские общины на тибето-непальской границе и в Дарджилинге; гуру ламы Говинды, автора книги «Путь белых облаков».

Донгка (тиб.). Бордовая или бордово-жёлтая верхняя одежда тибетских буддийских монахов и монахинь.

Дордже Кхадро (тиб.; санскр. Ваджрадака). Божество мужского пола, очищающее загрязнения посредством особой практики огненной пуджи.

Драгоценное человеческое рождение. Редкая человеческая жизнь, наделённая восемью свободами и десятью дарованиями — идеальное условие для практики Дхармы и достижения просветления.

Драгпа Гьялцен (1147–1216 гг.). Великий учёный и ранний учитель школы сакья; дядя и гуру Сакья Пандиты.

Драгоценность исполнения желаний. Драгоценность, приносящая её обладателю всё, что тот пожелает.

Дромтонпа (1005–64 гг.). Сердечный ученик ламы Атиши и основной переводчик в Тибете; распространитель традиции кадампа.

Дурные уделы. См. Низшие миры.

Духи. Существа, обычно невидимые для обычных людей; могут относиться к мирам голодных духов или богов; могут быть как доброжелательными, так и вредоносными.

Дхарма (санскр.). В целом — духовная практика; особенно — учения Будды, защищающие от страдания и ведущие к освобождению и полному просветлению.

Дхарма Будды (санскр.). См. Дхарма.

Дхармакая (санскр.). Букв. «Тело Истины»; исполненный блаженства всеведущий ум будды.

Дхармаракшита. Гуру, с которым лама Атиша двенадцать лет изучал Абхидхарму.

Дэва (санскр.). Бог, живущий в состоянии, полном удобств и удовольствий, в мирах желаний, форм и без форм.

Дэвадатта (тиб.: Лха-джин). Двоюродный брат Будды Шакьямуни, завидовавший Будде и постоянно пытавшийся ему навредить.

Дюйра (тиб.). Тема, предшествующая диспутам, в которой объясняются основные понятия и определения.

Еше Цондру (1761–1861 гг.). Также известен как Конгпо Лама. Лама XVIII века, бывший близким учеником Его Святейшества Триджанга Ринпоче и гуру ламы Сопы Ринпоче.

Живое существо. Любое непросветлённое существо; тот, чем ум не полностью свободен от неведения.

Завесы. Неблагое отпечатки, оставленные в сознании отрицательной кармой и омрачениями, замутняющие ум. Завеса омрачений (тиб. ньон-дриб) препятствует достижению освобождения, а более тонкая завеса к всеведению (тиб. ше-дриб) препятствует достижению просветления.

Зависимое происхождение. Способ условного существования «я» и феноменов как относительных и взаимозависимых. Они возникают в зависимости: 1) от причин и условий; 2) от собственных частей; на самом тонком уровне — от 3) мысленного обозначения.

Заслуги. Благая энергия, накапливаемая в уме как результат добродетелей тела, речи и ума. Основная причина счастья.

Защитник. Мирское или просветлённое существо, защищающее буддизм и практикующих его людей.

Защитники Дхармы. Существа, одни — мирские, а другие — просветлённые, охраняющие учения Дхармы и Дхарму практикующих.

Зиме Ринпоче (1927–1996 гг.). Лама XX века, близкий ученик Его Святейшества Триджанга Ринпоче и гуру ламы Сопы Ринпоче.

Иллюзорное тело. Тонкое тело, обретенное практикой стадии завершения Высшей Йога-тантры; причина Рупакаи.

Индра. Могущественный индуистский бог в мире богов.

Истинное существование. Вид конкретного, реального независимого существования, которым, как нам кажется, обладают все явления, хотя на самом деле всё пусто от истинного бытия.

Йидам. См. Божество.

Йога (санскр.). Букв. «впрягать». Духовная дисциплина, в которую «впрягаются», чтобы достичь просветления.

Йога-тантра (санскр.). Третий из четырёх классов буддийской тантры.

Йогин (санскр.). Знарок медитации с высокими свершениями. Женщина — йогини.

Кагью (тиб.). Одна из четырёх традиций тибетского буддизма, происходящая от таких знаменитых лам, как Марпа, Миларепа, Гампопа и Гьялва Кармапа.

Калачакра (санскр.). Букв. «круг времени». Мужское медитативное божество Высшей Йога-тантры. В тантре Калачакры содержатся наставления по медицине, астрономии и пр.

Кадампинский геше. Практикующий буддийской традиции, возникшей в Тибете в XI веке с учениями ламы Атиши. Кадампинские геше известны своей практикой преобразования ума.

Капли (санскр.: кундалини). Исполненная блаженства энергия, текущая по каналам тела.

Карма (санскр.). Букв. «действие». Причинно-следственная связь, в рамках которой благие действия приводят к счастью, а неблагие — к страданию.

Качен Еше Гьялцен (1713–93 гг.). Цечок Линг Ринпоче. Лама линии преемственности махамудры; учитель Восьмого Далай-ламы; основатель монастыря Цечок Линг в Лхасе.

Кирти Ценшаб Ринпоче (1926–2006 гг.). Йогин-аскет с высокими свершениями и большими знаниями, живший в Дхарамсале, Индия, и являвшийся одним из гуру ламы Сопы Ринпоче.

Кришначарья (тиб.: Нагпо Чопа). Также известен как Кришначари и Канхапа; один из восьмидесяти четырёх махасиддхов.

Куцанг Джамьян Монлам. Гелугпинский лама XVIII века; автор сочинений по ламриму.

Кхедруб Сангье Еше. Ученик Гьялвы Энсапы и гуру Первого Панчен-ламы, Лосанга Чокьи Гьялцена.

Кхуну Лама Тензин Гьялцен (1896–1977 гг.). Знаменитый бодхиса-

тва, родившийся на севере Индии; знаток санскрита; обучался в Тибете со многими учителями различных школ; дал Его Святейшеству Далай-ламе обширный комментарий на «Бодхичарья-аватару»; гуру ламы Сопы Ринпоче.

Кьябдже (тиб.). Букв. «Владыка Прибежища». Почтительный титул.

Лавудо. Пещера в непальском регионе Солу Кхумбу, где Лама Лавудо медитировал более двадцати лет. Лама Сопы Ринпоче считается перерожденцем Ламы Лавудо.

Лама (тиб.). См. Гуру.

Лама Атиша (982–1054 гг.). Знаменитый индийский учитель, отправившийся в Тибет в 1042 году, чтобы помочь в возрождении там буддизма; основал традицию кадам. Его сочинение «Светильник на пути» стало первым текстом по ламриму.

Лама Еше (1935–1984 гг.). Родившись и получив образование в Тибете, бежал в Индию, где встретил своего основного ученика, ламу Сопу Ринпоче. В 1969 году они начали обучать людей с Запада в монастыре Копан и в 1975 году основали Фонд поддержания махаянской традиции (ФПМТ).

Лама Лхундруп Ригсел (р. в 1941 г.). Настоятель монастыря Копан.

Лама Осел (р. в 1985 г.). Перероженец ламы Еше из Испании.

Лама Суварнадвипи (тиб. лама Серлингпа). Также известен как Джхармамати. Знаменитый бодхисатва, наставлявший Атишу практике бодхичитты в Суматре в течение двенадцати лет.

Лама Цонкапа (1357–1419 гг.). Почитаемый учитель и практикующий с великими свершениями, основавший школу гелуг тибетского буддизма. Земное воплощение Манджушри, Будды мудрости.

«**Лама Чопа**». См. «Гуру-пуджа».

Ламрим (тиб.). Постепенный путь к просветлению. Изложение учений Будды Шакьямуни в качестве поэтапного руководства для достижению просветления учеником.

Лама линии преемственности. Духовный учитель, принадлежащий линии непосредственной передачи учений от гуру к ученику от Будды до современных наставников.

Лангри Тхангпа (1054–1123 гг.). Дордже Сенге. Автор знаменитого труда «Восемь строф для тренировки ума».

Лингрепа (1128–88 гг.). Практикующий мирянин и значимый учитель кагью; от Лингрепы происходит линия другпа кагью.

Линг Ринпоче (1903–1983 гг.). Покойный старший наставник Его Святейшества Далай-ламы XIV-го; 97-й Ганден Типа; гуру ламы Сопы Ринпоче.

Лунг (тиб.). Букв. «ветер». Состояние нарушения равновесия или блокировки ветров в теле, приводящее к различным заболеваниям. Также может означать устную передачу.

Лхасова. Выдающийся скульптор и ученик геше Толунгпы.

Луипа. Один из восьмидесяти четырёх махасиддхов и основатель одной из трёх основных линий практики Херуки Чакрасамвары.

Любовь. Желание, чтобы другие обрели счастье и его причины.

Мадхьямака (санскр.). Школа срединного пути; философская система, созданная Нагарджуной на основе сутр совершенства мудрости (праджняпарамиты) Будды Шакьямуни и считающаяся высшим изложением учений Будды о пустоте. Одна из двух основных махаянских школ буддийских учений.

Майтрипа. Индийский махасиддха XI века, знаменитый своим постижением махамудры; был учеником Наропы и одним из главных гуру Марпы.

Мала (санскр.; тиб.: тхренг-ва). Чётки для подсчёта мантр.

Мандала (санскр.). Чистое окружение тантрического божества; диаграмма или изображение, символизирующие это.

Манджушри (санскр.; тиб.: Джамьян). Мужское медитативное божество, воплощение мудрости всех будд.

Мантра (санскр.). Букв. «защита ума». Санскритские слоги, обычно читающиеся в сочетании с практикой определённого медитативного божества и воплощающие качества этого божества.

Мачиг Лабдрон (1031–1126 гг.). Ученица и супруга Падампы Сангье; установила линию чод в Тибете.

Марпа (1012–1096 гг.). Великий тибетский буддийский переводчик; основатель традиции кагью и коренной гуру Миларепы.

Мары (санскр.). Внутренние чинители препятствий, такие как карма и омрачения, или внешние чинители препятствий, такие как духи или боги. См. также Четыре мары.

Махакала (санскр.). Гневное мужское тантрическое божество.

Махамудра (санскр.). Букв. «великая печать». В сутре это относится к пустоте ума; в тантре — к союзу вместиорождённой мудрости и пустоты. Махамудра — это также медитации, направленные на развитие этих постижений.

Махасиддха (санскр.). Тантрический йогин с великими свершениями; святой.

Махаяна (санскр.). Букв. «великая колесница». Путь бодхисаттв, т.е. тех, кто ищет освобождение, чтобы привести к просветлению всех остальных существ.

Медитация. Ознакомление ума с благим объектом. Существуют два вида медитации: аналитическая и однонаправленная или сосредоточенная.

Метод. Все аспекты пути к просветлению, помимо связанных с пустотой. Они в основном имеют отношение к развитию любви, сострадания и бодхичитты.

Миццема (тиб.). Строфа восхваления, которую читают во время практики «Гуру-йоги ламы Цонкапы».

Миларепа (1040–1123 гг.). Великий тибетский йогин и поэт, прославившийся своей безупречной преданностью своему гуру, Марпе, аскетизмом и песнями духовного опыта. Один из основателей традиции кагью.

Мир без форм. Высший из трёх миров сансары с четырьмя классами богов, пребывающих в медитациях на бесформенном.

Мир желаний. Один из трёх миров сансары, состоящий из адов, мира голодных духов, мира животных, мира людей, мира полубогов и шести классов богов; обитатели мира желаний испытывают влечение к объектам шести чувств.

Мир форм. Второй из трёх миров сансары, где обитают семнадцать классов богов.

Мо-мо (тиб.). Жареный или приготовленный на пару пельмень, обычно с начинкой из мяса; любимое кушанье тибетцев.

Монастырь Ганден. Первый из трёх великих гелугпинских монастырских университетов около Лхасы, основанный в 1409 году ламой Цонкапой. Был сильно разрушен в шестидесятых годах прошлого столетия и теперь восстановлен в изгнании на юге Индии.

Монастырь Дрепунг. Крупнейший из трёх основных монастырей гелугпа; основан около Лхасы одним из учеников ламы Цонкпы. Теперь восстановлен в изгнании на юге Индии.

Монастырь Копан. Монастырь рядом с Будданатхом в долине Катманду, Непал, основанный ламой Еше и ламой Сопой Ринпоче.

Монастырь Сера. Один из трёх крупнейших монастырей гелугпа возле Лхасы; основан в начале XV века Джамченом Чойдже, учеником ламы Цонкапы; теперь также учреждён в изгнании на юге Индии. У него есть два отделения — Сера Дже, с которым связан лама Сопя Ринпоче, и Сера Ме.

Мудра (санскр.). Букв. «печать». Символические жесты рук в изображениях Будды или в тантрических ритуалах.

Мудрость. Все аспекты пути к просветлению, связанные с развитием постижения пустоты.

Нага (санскр.). Змееподобные существа из мира животных, обитающие в водоёмах или рядом с ними; обычно ассоциируются с плодородием земли, но также могут действовать как защитники религии.

Нагарджуна. Великий индийский философ II века и тантрический адепт, разъяснивший философию мадхьямаки о пустоте.

Наланда. Махаянский буддийский монастырский университет, основанный в V веке на севере Индии, недалеко от Бодхгаи, который являлся основным источником буддийских учений, распространившихся в Тибете.

Наропа (1016–1100 гг.). Индийский махасиддха, ученик Тилопы и гуру Марпы и Майтрипы, от которого было передано много тантрических линий, включая линию знаменитых Шести йог Наропы.

Нгагпа (тиб.). Тантрический практик-мирянин.

Небеса Тридцати трёх. Обитель богов в мире желаний; обитель Индры.

Неблагая карма. См. Недобродетель.

Неведение. Ментальный фактор, мешающий уму увидеть, как вещи существуют в реальности. В целом различают два вида неведения — неведение относительно кармы и неведение, цепляющееся за истинное бытие; основополагающее омрачение, из которого происходят все остальные омрачения.

Неверие. Общее понятие, означающее дурные мысли о гуру; противоположность преданности.

Недобродетель. Неблагая карма; то, что ведёт к страданию.

Непостоянство. Грубый и тонкий уровни мимолётной, проходящей природы феноменов.

Низшие миры. Три мира сансары с наибольшими страданиями: ад, мир голодных духов и мир животных.

Нирвана (санскр.). См. Освобождение.

Нирманакая (санскр.). Тело Проявления; форма, в которой будда является обычным существам.

Ньянгма (тиб.). Старейшая из четырёх школ тибетского буддизма; её учения исходят от Падмасамбхавы или Гуру Ринпоче.

Нюнг-нэ (тиб.). Двухдневное затворничество по Тысячерукому Ченрези, включающее в себя голодание, простирания и обет молчания.

Обход. Практика очищения неблагод кармы и накопления заслуг, в ходе которой человек по часовой стрелке обходит вокруг святого объекта, например ступы или статуи.

Объединение. Просветление; конечное единение ясного света *по сути* и чистого иллюзорного тела.

Объект отрицания. Истинное бытие или самобытие, «я» и феноменов.

Огненная пуджа (тиб. джин-сег). Ритуал, который проводится в завершение определённых видов затворничества и который также можно использовать для мирных деяний, деяний возрастания, могущества и гнева.

Однонаправленное сосредоточение. Способность сосредоточиться без усилий и сколь угодно долго на объекте медитации.

ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ (санскр.). *Мани*, мантра Ченрези, Будды Сострадания.

Омрачения. Омрачающие, неблагоприятные мысли или состояния ума, являющиеся причиной страдания. Три коренных омрачения — это неведение, гнев и привязанность.

Освобождение (санскр.: нирвана; тиб.: тхарпа). Состояние полной свободы от сансары; цель практикующего, ищущего собственного избавления от страдания.

Отпечатки. Потенциал или семена, оставленные в сознании благиими или неблагоприятными действиями тела, речи и ума.

Отречение. Состояние отсутствия, даже на мгновение, малейшей привязанности к сансарическим удовольствиям и сильное стремление к освобождению.

Очищение. Устранение из ума неблагоприятной кармы и её отпечатков.

Пабонка Дечен Ньингпо (1871–1941 гг.). Влиятельный и харизматичный лама школы гелуг, Пабонка Ринпоче был коренным гуру старших и младших наставников Его Святейшества Далай-лама. Он также дал учения, собранные в книге «Освобождение на вашей ладони».

Падампа Сангье (ск. в 1117 г.). Великий индийский йогин, современник Миларепы, распространивший учения, особенно по практике чод, в Индии, Китае и Тибете.

Падмасамбхава. Индийский тантрический учитель VIII века, сыгравший основную роль в установлении буддизма в Тибете, почитаемый всеми тибетскими буддистами, но особенно — последователями ньингма.

Пандит (санскр.). Великий учёный и философ.

Панчен Лосанг Чокьи Гьялцен (1570–1662 гг.). Первый Панчен-лама, автор «Гуру-пуджи» и «Пути к блаженству, ведущему к всеведению» — знаменитого текста по ламриму; наставник Пятого Далай-ламы.

Парамиты (санскр.). См. Совершенства.

Парамитаяна (санскр.). Букв. «колесница совершенств».

Колесница бодхисаттв; раздел учений махаянских сутр; одна из двух форм Махаяны, где вторая — тантраяна.

Подношение мандалы. Символическое подношение всей очищенной вселенной.

Подношение цог. Подношение благословенной пищи полю заслуг; обычно совершается в 10-й и 25-й дни тибетского лунного календаря.

Поле заслуг. Или поле накопления. Представляемые перед собой святые существа, в отношении которых практикующий накапливает заслуги (принимая в них Прибежище, совершая подношения и так далее), а также обращается к ним с особыми целями.

Посвящение. Наделение силой. Передача практики определённого божества от тантрического наставника к ученику, позволяющая ученику заняться этой практикой.

Постепенный путь к просветлению. См. Ламрим.

Праджняпарамита (санскр.). Совершенство мудрости. Второе учение или второй поворот колеса Будды Шакьямуни, в котором объясняются мудрость познания пустоты и путь бодхисаттвы. См. также Раджгхир.

Прасангика мадхьямака (санскр.). «Школа вывода» срединного пути; считается высшей из всех буддийских философских школ.

Прагимокша (санскр.). Обеты индивидуального освобождения, принимаемые монахами, монахинями и мирянами.

Преданность гуру. Практика сутры или тантры, в которой гуру рассматривается как будда, а затем — вверение ему себя в мыслях и на деле.

Предварительные практики. Практики, готовящие ум к успешной тантрической медитации, устраняя препятствия и накапливая заслуги.

Преобразование ума. См. Тренировка ума.

Прета (санскр.). Голодный дух. Один из шести классов сансарических существ; голодные духи испытывают тяжелейшие страдания от голода и жажды.

Прибежище. Сердечная опора на Будду, Дхарму и Сангху в руководстве на пути к просветлению.

Привязанность. Омрачающая эмоция, преувеличивающая положительные качества объекта и сопровождаемая желанием им обладать; одно из шести коренных омрачений.

Природа будды. Указывает на пустоту, или абсолютную природу ума. Благодаря наличию этой природы каждое живое существо способно достичь полного просветления.

Причинные феномены. Возникают в зависимости от причин и условий; включают в себя все объекты чувственного восприятия, а также сам ум; непостоянные явления.

Просветление. Полное пробуждение; состояние будды; всеведение. Конечная цель буддийской практики Махаяны, достигаемая при избавлении ума от всех пороков и доведения до совершенства всех постижений; состояние, характеризующееся совершенством сострадания, мудрости и силы.

Простирания. Выражение почтения телом, речью и умом гуру, буддам, божествам и другим святым существам; одна из тантрических предварительных практик.

Просто обозначение. Наитончайший смысл зависимого происхождения; каждый феномен существует условно или относительно, как просто мысленное обозначение.

Пустота (санскр. шуньята). Отсутствие истинного бытия. В абсолютном смысле каждый феномен пуст от истинного существования, или от существования со своей стороны, или от независимого бытия (см. Просто обозначение).

Пуджа (санскр.). Букв. «подношение»; религиозная церемония.

Пхурба (тиб.). Тантрический ритуальный кинжал.

Пхурчог Нгаванг Джампа (1682–1762 гг.). Ученик Дже Друбкхангпы; также входит в линию преемственности устной передачи ганден.

Пятый Далай-лама (1617–1682 гг.). Гьялва Нгаванг Лосанг Гьяцо; «Великий Пятый». Он объединил Тибет в качестве духовного и светского главы этого района мира.

Пять Владык сакья. Сачен Кунга Ньингпо, Сонам Цемо, Драпка Гьялцен, Кунга Гьялцен (Сакья Пандита) и Лодро Гьялцен (Чогьял Пакпа).

Пять Дхьяни-Будд. Будды пять семейств: Вайрочана, Амитабха, Акшобхья, Ратнасамбхава и Амогасиддхи.

Пять обетов. Обеты отказа от убийства, воровства, лжи, разврата и употребления одурманивающих веществ; принимаются буддистами-мирянами.

Пять путей Махаяны. Пять путей, ведущих к состоянию будды: заслуг, подготовки, видения, медитации и более-не-учения.

Пять тяжелейших злодеяний. Убийство отца, матери или архата; злонамеренное пролитие крови Будды; внесение раскола в Сангху.

Пять упадков. Упадки ума, жизненного срока, живых существ, времени и воззрений.

Раджгхир. Небольшой городок в северном индийском штате Бихар, место, где находится Гора Коршуна, на которой Будда преподавал «Сутру сердца» или «Сущности мудрости» во время второго поворота колеса Дхармы.

Ралоцава. Переводчик XI века, родом из Ра, принесший в Тибет линию тантры Ямантаки.

Рачевская, Зина (1931–1973 гг.). Первая западная ученица ламы Еше и ламы Сопы Ринпоче, она помогла им основать монастырь Копан и скончалась в затворничестве в Тхубтен Чолинге, монастыре Трулшика Ринпоче в Солу Кхумбу.

Реликты. Маленькие пилюли, напоминающие жемчужины, которые самопроизвольно проявляются из святых объектов, таких как статуи, ступы или кремированные тела великих практикующих.

Речунгпа (1083–1161 гг.). Также известен как Дордже Драгпа; «луноподобный» ученик Миларепы.

Рибур Ринпоче (1923–2006 гг.). Признан Тринадцатым Далай-ламой перерожденцем; геше из монастыря Сера Ме; двадцать один год страдал под китайским гнётом; гуру ламы Сопы Ринпоче; жил в США и учил во многих странах Запада.

Ринпоче (тиб.). Букв. «драгоценный». В целом, этот титул даётся ламе, который сознательно переродился в человеческом теле, чтобы продолжать помогать другим; почтительное обращение к собственному ламе.

Ронгтха Ринпоче. Братья, признанные ламами-перерожденцами; жили в Ладак Бадх Вихаре в Дели много лет.

Рупакая (санскр.). Тело Формы; чистое тело просветлённого существа, у которого два аспекта — Самбхогакая и Нирманакая.

Садапранудита (санскр.; тиб.: Такту-нгу). «Всё время плачущий». Бодхисаттва, известный своим неколебимым усердием в практике преданности гуру; упоминается в литературе праджняпарамиты.

Садхана (санскр.). Букв. «метод осуществления». Практики медитации и начитывания мантр, связанные с определённым божеством, часто выполняемые ежедневно.

Садху (санскр.). Бродячий индуистский йогин.

Самобытие. См. Истинное существование.

Сакья (санскр.). Одна из четырёх основных традиций тибетского буддизма, основанная в XI в. Дрокми Сангье Еше (933–1047 гг.).

Сакья Пандита (1182–1251 гг.). Титул Кунги Гьялцена, наставника традиции сакья, распространившего буддизм в Монголии и Китае.

Самайя (санскр.). Обеты и обязательства, принятые практикующим.

Самайваджра (санскр.; тиб.: Дамциг Дордже). Божество Высшей Йога-тантры, практика которого выполняется для особого очищения загрязнений, созданных в отношении гуру.

Самбхогакая (санскр.). Тело Полного Наслаждения; тонкое тело, в котором Будда является арья бодхисаттваам.

Самопосвящение. Или самовхождение; практика, в которой, после завершения затворничества по божеству и проведения огненной пуджи, можно входить в мандалу божества и получать посвящение.

Самостоятельно постигающий (санскр.: пратьекабудда). Последователь Хинаяны, стремящийся к нирване в одиночку, не опираясь на учителя.

Сангха (санскр.). Третий объект Прибежища; абсолютная Сангха — те, кто напрямую познал пустоту; относительная Сангха — посвящённые монахи и монахини.

Сансара (санскр.; тиб.: кхорва). Круговорот бытия; шесть миров: низшие миры существ ада, голодных духов и животных и высшие миры людей, полубогов и богов; постоянный цикл смертей и рождений в одном из шести миров. Этим термином также обозначают загрязнённые совокупности живого существа.

Сараха. Один из восьмидесяти четырёх махасиддхов; кузнец стрел, известный своими песнями о духовных свершениях.

Свабхавикакая (санскр.). Сущностное Тело Будды; пустота Дхармакаи.

Себялюбие. Эгоцентричное представление о том, что собственное счастье важнее счастья других; основное препятствие порождению бодхичитты.

Седьмой Далай-лама (1708–1757 гг.). Гьялва Келсанг Гьяцо; построил великолепный летний дворец Норбулинка; знаменит своей духовной поэзией.

Семичленная практика. Семь частей — это простираания, совершенные подношений, раскаяние, сорадование, просьба о повороте колеса Дхармы, просьба к учителям оставаться в мире и посвящение заслуг.

Серконг Дордже Чанг (1920–1979 гг.). Великий йогин XX века, много лет проживший в святом месте Сваямбхунатх в Непале; гуру ламы Сопы Ринпоче.

Серконг Ценшаб Ринпоче (1914–1983 гг.). Гуру и партнёр по диспутам Его Святейшества Далай-ламы, а также гуру ламы Сопы Ринпоче; переродился в Спити, Индия, в 1984 г.

Слушающий (санскр.: шравак). Последователь Хинаяны, стремящийся к нирване на основе слушания учений от наставника.

Совокупности (санскр. скандха). Связь тела и ума; «личность» состоит из пяти совокупностей: формы, ощущения, различения, формирующих факторов и сознания.

Совершенство (санскр.: парамиты). Практики бодхисаттвы. На основе бодхичитты бодхисатва практикует шесть парамит: даяние, нравственность, терпение, усердие, сосредоточение и мудрость.

Соджонг (тиб.). Церемония раскаяния для монахов и монахинь, проводящаяся раз в две недели.

Солу Кхумбу. Область в северо-восточном Непале на границе с Тибетом, где родился лама Сопа Ринпоче; населена шерпами.

Сонг Ринпоче (1905–1984 гг.). Могущественный гелугпинский лама, известный своим гневным проявлением, который безупречно знал ритуалы, искусство и науку тибетского буддизма. Переродился в Индии в 1985 г.

Сострадание. Искреннее желание, чтобы остальные существа стали свободны от страдания и его причин.

Срединный путь. См. Мадхьямака.

Стадия завершения. Вторая, более глубокая из двух стадий Высшей Йога-тантры.

Стадия порождения. Первая из двух стадий Высшей Йога-тантры.

Ступа (санскр.). Подobie гробницы с реликтами, символизирующее ум Будды.

Сунакшатра (тиб.: Легпэ Карма). Помощник Будды Шакьямуни на протяжении более двадцати лет, который знал наизусть всю Трипитаку, но никогда не имел настоящей преданности Будде.

Сутра (санскр.). Публичные беседы Будды Шакьямуни; текст писаний и учения и практики, которые он содержит.

Сын Дэвы (санскр.: дэвапутрамара). Один из четырёх видов мар или тех, кто чинит препятствия медитации, усугубляя влечение к чувственным объектам. См. Четыре мары.

Тангтонг Гьялпо (1385–1509 гг.). Знаменитый тибетский махасиддха, считающийся проявлением Ченрези; много путешествовал по Тибету и Китаю; прославился как великий инженер, построивший много храмов и железных мостов, а также — как выдающийся врач.

Тантра (санскр.). Тайные учения Будды; текст писаний и учения и практики, которые он содержит. Тантрические практики обычно связаны с отождествлением себя с полностью просветлённым божеством, для преобразования нечистых состояний тела, речи и ума в

чистые тело, речь и ум этого просветлённого существа.

Тантра действия (Санскр. крия-тантра). Первый из четырёх классов тантры, в которых в основном подчёркиваются внешние деяния.

Тантра поведения (санскр. чарья-тантра). Второй из четырёх классов тантр.

Тара (санскр.; тиб.: Дролма). Женское медитативное божество, которое воплощает в себе просветлённую активность всех будд; её часто называют матерью будд прошлого, настоящего и будущего.

Тариг (тиб.). Знаки и логические доводы; изучение логики.

Татхагата (санскр.). Букв. «Так Ушедший»; эпитет будды.

Ташилхунпо. Монастырь панчен-лам в Шигадзе в Тибете; построен Первым Далай-ламой, Гьялва Гендуном Друбпой; ныне восстановлен в изгнании на юге Индии.

Тилопа (988–1069 гг.). Индийский махасиддха и гуру Наропы; источник многих линий тантрических учений.

Тиргхика (санскр.). Иноверец. Последователь небуддийских учений, особенно древнеиндийских философских традиций, отличных от буддийских.

Только-ум (санскр. читтаматра). Одна из двух основных философских школ Махаяны, в которой тонкая бессамость — отсутствие сущностного различия между умом и внешними феноменами, субъектом и объектом.

Тонкие завесы. См. Завесы.

Тренировка ума (тиб.: ло-джонг). Или преобразование ума. Мощный метод развития бодхичитты, в котором ум тренируют, чтобы использовать все ситуации, как благоприятные, так и неблагоприятные, в качестве средства уничтожения себялюбия и цепляния за «я».

Трехор Кьорпен Ринпоче. Геше из монастыря Дрепунг, руководивший после изгнания из Тибета группой медитирующих аскетов в строгом затворничестве на холмах вокруг Далхузи.

Тридцать пять Будд. Группа из Тридцати пяти Будд визуализируется во время чтения «Сутры трёх груд» и совершения простираний; используются в практике раскаяния и очищения неблагой кармы.

Три великих смысла. Счастье в будущих жизнях, освобождение и просветление.

Три высшие практики. Высшие практики нравственности, сосредоточения и мудрости.

Три двери. Или трое врат. Тело, речь и ум.

Три Драгоценности. Объекты буддийского Прибежища: Будда, Дхарма и Сангха.

Три Каи (Три Тела). Дхармакая, Самбхогакая и Нирманакая.

Три основы пути. Сущностные положения ламрима: отречение от сансары, бодхичитта и правильное воззрение о пустоте.

Триджанг Ринпоче (1901–1981 гг.). Покойный младший наставник Его Святейшества Далай-ламы XIV и коренной гуру ламы Еше и ламы Сопы Ринпоче; также — редактор «Освобождения на вашей ладони».

Тринадцатый Далай-лама (1876–1933 гг.). Гьялва Тхубтен Гьяцо; «Великий Тринадцатый»; знаменитый мистик и государственный деятель, пытавшийся защитить независимость Тибета от Китая.

Трипитака (санскр.). Три раздела Дхармы: виная, сутра и абхидхарма.

Тричен Тенпа Рабгье. Лама XVIII века, который был вторым Ретингом Ринпоче и одним из Ганден Трип.

Трулшик Ринпоче (р. в 1924 г.). Ньингмапинский лама, почитаемый в Непале, один из гуру ламы Сопы Ринпоче.

Торма (тиб.). Ритуальный пирожок, который традиционно лепят из жареной ячменной муки, масла и сахара и подносят буддам и другим святым существам во время религиозных церемоний.

Туммо (тиб.). Медитативный приём тантрической стадии завершения, первая из Шести йог наропы, в которой все ветры собираются в центральном канале для порождения ясного света.

Тушита (санскр.). Земля радости. Чистая земля тысячи будд этой эпохи, где правят будущий Будда Майтрея и лама Цонкапа.

Тханка (тиб.). Написанные красками или выполненные аппликацией изображения божеств, обычно обрамлённые разноцветной парчой.

Тхогме Зангпо (1295–1369 гг.). Также известен как Гьялсе Ринпоче. Великий наставник традиций ньингма и сакья и автор сочинения «Тридцать семь практик бодхисаттв».

Ум. Синоним сознания. Определяется как нечто «ясное и познающее»; бесформенная сущность, способная воспринимать объекты.

Устная передача (тиб.: лунг). Устная передача учения, медитативной практики или мантры от гуру к ученику, когда при этом гуру получил устную передачу по непрерывной линии преемственности от изначального источника.

Хадак (тиб.). Белый хлопковый шарф, который тибетцы используют для приветствий и подношений святым существам.

Хеваджра (санскр.). Мужское медитативное божество Высшей Йога-тантры, относящейся к материнской тантре.

Херука (санскр.). См. Чакрасамвара.

Хинаяна (санскр.). Букв. Малая Колесница. Путь архатов, цель которого — достижение нирваны или собственного освобождения от сансары.

Цампа (тиб.). Жареная ячменная мука, основная пища тибетцев.

Цангпа Гьяре (1161–1211 гг.). Кагьюпинский лама, ученик Лингрепы, который был основателем подшколы друкпа кагью и многих монастырей, в том числе и в Бутане.

Цанг-ньон-па. Также известен как Цанг-ньон Херука; безумный кагьюпинский йогин, собравший воедино сто тысяч песен Миларепы и написавший жизнеописания Марпы и Миларепы.

Царь, вращающий колесо. Или вселенский монарх; могущественный царь, распространяющий Дхарму.

Царь Индрабхути. Один из восьмидесяти четырёх махасиддхов; отказался от своего огромного царства ради практики Дхармы.

Ца-ца (тиб.). Оттиск изображения будды в глине или гипсе, сделанный вырезной формой.

Цечок Линг Ринпоче. См. Качен Еше Гьялцен.

Чакрасамвара (санскр.). Херука Чакрасамвара. Мужское медитативное божество Высшей Йога-тантры; в его тантре уделяется особое внимание ясному свету.

Чакра (санскр.). Буквально «колесо». Шесть основных чакр, образованные переплетением каналов в различных точках центрального канала, — «межбровная», «макушечная», «горловая», «сердечная», «пупочная» и «половая» чакры.

Чанг (тиб.). Пиво из ферментированного зерна, часто из ячменя.

Ченгава Лодро Гьялцен (1490–1448). Ученик Кхедруб Дже, один из сердечных учеников ламы Цонкапы.

Ченпрези (тиб.; санскр.: Авалокитешвара). Будда Сострадания. Мужское медитативное божество, воплощающее в себе сострадание всех будд.; земным воплощением этого божества считаются Далай-ламы.

Четыре благородные истины. Тема первого учения Будды Шакьямуни или первого поворота колеса Дхармы: истина о страдании, истина о причине страдания, истина о пресечении страдания и истина о пути.

Четыре Каи (Четыре Тела). Нирманакая, Самбхогакая, Дхармакая и Свабхавикакая.

Четыре мары. Скандхи, омрачения, смерть и Сын Дэвы.

Четыре охранителя (тиб.: гьялчен ши). Четыре царя четырёх

основных сторон света, защищающие от вредоносных воздействий. Их изображения обычно располагаются у входа в тибетские храмы и монастыри.

Чистая земля. Чистая земля будды, в которой нет страдания; после рождения в чистой земле практикующий получает учения непосредственно от будды этой чистой земли, осуществляет оставшийся путь и достигает просветления.

Чод (тиб.). Тантрическая практика, направленная на уничтожение цепляния за «я» и часто выполняемая в ужасающих местах, таких как места кремации.

Чоден Ринпоче (р. в 1933 г.). Аскет и учёный гелугпинский лама, медитировавший в маленькой комнатке в Лхасе на протяжении девятнадцати лет после китайской оккупации; гуру ламы Сопы Ринпоче.

Чокьи Дордже. Великий сиддха XV века, чьим основным учеником был Гьялва Энсапа.

Чу-лен (тиб.). «Извлечение сущности», то есть практика замены пищи пилюлями, сделанными из минералов или цветов и служащими вспомогательными средствами для сосредоточения.

Шаварипа. Один из восьмидесяти четырёх махасиддхов, охотник и отшельник; учитель линии преемственности махамудры; ученик Нагарджуны и гуру Майтрипы.

Шаматха (санскр.; тиб. шине). Безмятежность; состояние сосредоточения, в котором ум способен удерживаться прочно, без усилий и сколько требуется, на объекте медитации.

Шамбала (санскр.). Чистая земля Калачакры.

Шангидева (685–763 гг.). Великий индийский бодхисатва, написавший «Бодхичарья-аватару», один из важнейших махаянских текстов.

Шантипa. Один из восьмидесяти четырёх махасиддхов; ученик Наропы; великий учёный, преподававший в Шри-Ланке, а также в Индии.

Шемтхаб (тиб.). Тёмно-бордовое по цвету нижнее одеяние тибетских монахов и монахинь, напоминающее юбку.

«Шестиразовая гуру-йога». Практика гуру-йоги, выполняемая ежедневно шесть раз в качестве пожизненного обязательства после принятия посвящения Высшей Йога-тантры.

Шестой Далай-лама (1683–1706 гг.). Гьялва Цангьянг Гьяцо; единственный из Далай-лам, вернувший свои монашеские обеты; знаменит тем, что постоянно посещал таверны вокруг дворца Поталы; известен своим песнями о тантрических свершениях.

Шесть йог Наропы. Набор тантрических практик стадии завершения: медитация на внутренний огонь, йога иллюзорного тела, йога ясного света, перенос сознания, перемещение в другое тело и йога промежуточного состояния.

Якша (санскр.). Ужасающий дух-людоед.

Ямантака или Ваджробхайрава (санскр.). Гневное мужское божество, являющееся аспектом Манджушри в Высшей Йога-тантре.

Ясный свет. Наитончайший ум; проявляется естественно во время смерти либо в ходе успешной тантрической практики и используется практикующими для постижения пустоты.

БИБЛИОГРАФИЯ

Сутры и тантры

Diamond-Cutter Sutra. Aryavajra-cchedika-nama-prajnaparamita-mahayana-sutra, 'phags pa shes rab kyi pha rol tu phyin pa rdo rje gcod pa shes bya theg pa chen po'i mdo.

Essence of the Earth Sutra. Dasa-cakra-ksitigarbha-nama-mahayana-sutra, 'dus pa chen po las sa'i snying pa'i 'khor lo bcu po'i mdo.

Extensively Manifesting. Arya-lalitavistara-nama-mahayana-sutra, 'phags pa rgya cher rol pa shes bya be theg pa chen po'i mdo.

Guhyasamaja Root Tantra. Sarva-tathagata-kaya-vaccitta-rahasya-guhyasamaja-nama maha-kalpa-rajā, De bzhin gshegs pa thams cad kyi sku gsung thugs kyi gsang chen gsang ba 'dus pa zhes bya ba brtag pa'i gyal po chen po.

Heaped Flowers Sutra. Buddha-avatamsaka-nama-maha-vaipulya-sutra, Sangs rgyas phal po che shes bya ba shin tu rgyas pa chen po'i mdo.

Kalachakra Tantra. Parama-adibuddhodhrita-sri-kala-cakra-nama-tantra-rajā, Mchog gi dang po'i sang rgyas las byung ba rgyud kyi rgyal po dpal dus kyi 'khor lo shes bys ba.

The Lamp of the Three Jewels Sutra. Dkon mchog sgron me'i mdo.

Laying Out of Stalks Sutra. Gandavyuha-sutra, Ldong po mkod pa'i mdo.

Meeting of Father and Son Sutra. Arya-pitraputra-samagama-nama-mahayana-sutra, 'phag pa yab dang sras mjal ba shes bya ba theg pa chen po'i mdo.

Net of Illusion Tantra. Mayajala-mahatantra-rajā, Rgyud kyi rgyal po chen po sgyu 'phrul dra ba.

One Hundred Thousand Lines Perfection of Wisdom Sutra. Sata-sahasrika-prajna-paramita, She rab kyi pha rol tu phyin pa stong phrag brgya pa.

Ornament of the Vajra Essence Tantra. Vajra-hrdaya-lamkara-tantra, Dpal rdo rje snying po rgyan gyi rgyud.

Perfection of Wisdom Sutras. Prajna-paramita-sutra, Shes rab kyi pha rol tu phyin pa'i mdo.

Samputa Tantra. Samputa-nama-mahatantra, Yang dag par sbyor ba shes bya ba'i rgyud chen po.

The Ten Dharmas. Arya-dasa-dharmaka-nama-mahayana-sutra, 'phags pa chos bcu pa shes bya ba theg pa chen po'i mdo.

Two Investigations. Dvikalpa, Brtags pa gnis.

Vajrapani Empowerment Tantra. Arya-dasa-dharmaka-nama-mahayana-sutra, 'phags pa lag na rdo rje dbang bskur ba'i rgyud chen mo.

White Lotus Sutra. Saddharma-pundarika-nama-mahayana-sutra, Dam pa'i chos padma dkar po shes bya ba theg pa chen po'i mdo.

Индийские труды

Buddha's Lions (Abhayadatta). Caturasiti-siddha-pravrtti, Grub thob brygad bcu rtsa bzhi chos skor

Commentary on the Difficult Points of the Krishnayamari Tantra (Ratnakarasanti). Krsna-yamari-mahatantra-rajapanjika-ratna-pradipana-nama, Dpal gzhin rje dgra nag po'i rgyud kyi rgyal po chen po'i dka' 'grel rin po che'i sgron ma.

Compendium of Valid Cognitions (Candragomin). Desana-stava, Tshad ma rnam 'grel gyi tshig le'ur.

Confession and Praise (Candragomin). De anastava, Bshags pa'i bstod pa.

Fifty Verses of Guru Devotion (Asvaghosa). Guru-pancasika, Bla ma lnga bcu pa.

Five Stages (Nagarjuna). Pancakrama, Rim pa lnga pa.

Guide to the Bodhisattva's Way of Life (Santideva). Bodhisattva-carya-avatara, Byang chub sems dpa'i spyod pa la 'jug pa.

Light of the Path to Enlightenment (Atisa). Bodhi-patha-pradipa, Byang chub lam gyi sgron ma.

Ornament of Mahayana Sutras (Maitreya). Mahayana-sutra-alamkarakarika, Theg pa chen po'i mdo sde'i sgyan gyi tshig le'ur byas pa.

Ornament of Clear Realizations (Maitreya). Abhisamaya-alamkarakarika, Mngon par rtogs pa'i rgyan gyi tshig le'ur byas pa.

Treasury of Knowledge (Vasubandhu). Abhidharmakosa, Chos mngon pa'i mdzod.

Тибетские труды

Abbreviated Notes from Explanatory Discourses Given on [the First Panchen Lama's] *Six-Session Guru Yoga*, [Candragomin's] Twenty [Stanzas on the Bodhisattva Vows, [Asvaghosa's] Fifty Stanzas on the Guru, and the Root and Secondary Tantric Vows (Pabongka Dechen Nyingpo). Thun drug bla ma'i rnal 'byor dang dom pa nyi shu pa bla ma lnga bcu pa sngags kyi rtsa ltung sbom po bcas kyi bshad khri gnang ba'i zin tho mdor bsdu.

Calling the Guru from Afar: A Tormented Wail, Quickly Drawing Forth the Blessing of the Lama, the Inseparable Three Kayas (Pabongka Dechen

Nyingpo). Bla ma rgyang 'bod sku gsum dbyermed bla ma'i byin rlabs myur 'dren gdung dbyangs zhes bya ba zhugs so.

Collection of Advice from Here and There (Tsunba Jegom). Bka' gdams gsung thor bu.

Commentary to the Blue Manual (Geshe Dolpa). Be'u bum sngon po'i 'grel pa.

Foundation of All Good Qualities (Tsongkhapa). Yon tan bzhi gyur ma.

Guru Puja (Panchen Losang Chokyi Gyaltsen). Zab lam bla ma mchod pa'i cho ga bde stong dbyer med ma dang tshogs mchod bcas.

The Great Treatise on the Stages of the Path to Enlightenment (Tsongkhapa). Skyes bu gsum gyi rnyams su blang ba'i rim pa thams cad tshang bar stong pa'i byang chub lam gyi rim pa.

Hundred Stanzas to the People of Tingri (Padampa Sangye). Pha dam pa sangs rgyas kyi zhal gdams ding ri brgya rtsa ma.

In Praise of Dependent Arising (Tsongkhapa). Rten 'brel bstod pa.

Lama Copa. See Guru Puja.

Lam rim chen mo. See The Great Treatise.

Liberation in the Palm of Your Hand (Pabongka Dechen Nyingpo). Rnam sngol lag bcangs su gtod pa'i man ngag zab mo tshang la ma nor ba mtshungs med chos kyi rgyal po'i thugs bcud byang chub lam gyi rim pa'i nyams khrid kyi zin bris gsung rab kun gyi bcud bsdud gdams ngag bdud rtsi'i snying po.

Lines of Experience of the Graduated Path to Enlightenment (Tsongkhapa). Byang chub lam gyi rim pa'i nyams len gyi rnam gzhang mdor bsdus te brjed byang du bya ba.

Lam rim bsdus don. See Lines of Experience.

Ornament for the Throats of Fortunate Ones (Jampel Lhundrup). Byang chub lam gyi rim pa'i dmar khrid myur lam gyi sngon 'gro'i ngag 'don gyi rim pa khyer bde bklag chog bskal bzang mgrin rgyan.

Six-Session Guru Yoga (Pabongka Dechen Nyingpo). Thun drug gi rnal 'byor.

The Essence of Nectar (Yeshe Tsondru). Byang chub lam gyi rim pa'i gdams pa zab mo rnam tshigs su bcad pa'i sgo nas nyams su len tshul dam chos bdud rtsi'i snying po.

Thirty-Seven Practices of a Bodhisattva (Thogme Zangpo). Rgyal sras lag len so bdun ma.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА
ДЛЯ ДАЛЬНЕЙШЕГО ЧТЕНИЯ



Abhayadatta. *Buddha's Lions: The Lives of the Eighty-Four Siddhas*. Translated by James B. Robinson. Berkeley: Dharma Publishing, 1979.

Ashvaghosa. *Fifty Verses of Guru Devotion*. Translated by Translation Bureau of the Library of Tibetan Works and Archives. Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1975.

Berzin, Alexander. *Relating to a Spiritual Teacher: Building a Healthy Relationship*. Ithaca, New York: Snow Lion Publications, 2000.

Chang, Garma C.C. (trans). *The Hundred Thousand Songs of Milarepa*. Boston & London: Shambhala Publications, 1962, 1999.

Cleary, Thomas (trans). *The Flower Ornament Scripture: A Translation of the Avatamsaka Sutra*. Boston & London: Shambhala Publications, 1993.

Conze, Edward (trans). *The Perfection of Wisdom in Eight Thousand Lines & its Verse Summary*. San Francisco: Four Season Foundation, 1973, 1995.

Dhargyey, Geshe Ngawang. *An Anthology of Well-Spoken Advice on the Graded Paths of the Mind*. Translated by Sharpa Tulku. Edited by Alexander Berzin. Dharamsala, India: Library of Tibetan Works and Archives, 2001.

— " — " —. *Tibetan Tradition of Mental Development: Oral Teachings of Tibetan Lama Geshe Ngawang Dhargyey*. Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1992.

Dilgo Khyentse Rinpoche. *Guru Yoga. According to the Preliminary Practice of Longchen Nyingtik*. Translated by Matthieu Ricard. Edited by Rigpa. Ithaca, New York: Snow Lion Publications, 1999.

— " — " —. *The Hundred Verses of Advice: Tibetan Buddhist Teachings on What Matters Most*. Translated by the Padmakara Translation group. Boston & London: Shambhala Publications, 2005.

Dorje, Rig'dzin. *Dangerous Friend: The Teacher-Student Relationship in Vajrayana Buddhism*. Boston & London: Shambhala Publications, 2001.

Dorje, Wang-chug, the Ninth Karmapa. *The Mahamudra Eliminating the Darkness of Ignorance, with commentary by Beru Khyentze Rinpoche, and Fifty Stanzas of Guru Devotions, by Ashvaghosa, with commentary by*

Geshe Ngawang Dhargyey. Translated and edited by Alex Berzin. Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1978.

FPMT. Essential Buddhist Prayers: an FPMT Prayers Book, Volume 1, Basic Prayers and Practices. Portland: FPMT, Inc., 2006.

Gampopa. The Jewel Ornament of Liberation. Translated and annotated by Herbert V. Guenther. Boulder: Shambhala Publications, 1971.

—"—"—. The Jewel Ornament of Liberation: The Wish-fulfilling Gem of the Noble Teachings. Translated by Khenpo Kunchog Gyaltsen. Edited by Ani K. Trinlay Chudron. Ithaca, New York: Snow Lion Publications, 1998.

Guenther, Herbert V. The Life and Teaching of Naropa. Boston & London: Shambhala Publications, 1963, 1986.

Gyaltsan, Losang Chokyi, the First Panchen Lama. Lama Chopa: Expanded Edition in Accordance with the Advice of Lam Zopa Rinpoche. Portland: FPMT, Inc., 2004.

—"—"—. Guru Puja. Translated by Alexander Berzin, Jampa Gendun et al. Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1979, 2000.

Gyaltsan, Khenpo Konchog (trans). The Great Kagyu Masters: The Golden Lineage Treasury. Edited by Vicktoria Huckenpahler. Ithaca: Snow Lion Publications. 1990, 2006.

Gyatso, Tenzin, the Fourteenth Dalai Lama. Illuminating the Path to Enlightenment: A Commentary on Atisha Dipamkara Shrijnana's A Lamp for the Path to Enlightenment and Lama Je Tsong Khapa's Lines of Experience. Translated by Geshe Thupten Jinpa. Edited by Rebecca McClen Novick, Thupten Jinpa and Nickolas Ribush. Boston: Lama Yeshe Wisdom Archive, 2002.

—"—"—. The Meaning of Life: Buddhist Perspectives on Cause and Effect. Translated by Jeffrey Hopkins. Boston: Wisdom Publications, 1992, 2000.

—"—"—. Opening the Eye of New Awareness. Translated and introduced by Donald S. Lopez, Jr. Boston: Wisdom Publications, 1984, 1999.

—"—"—. Path to Bliss: A Practical Guide to Stages of Meditation. Translated by Geshe Thupten Jinpa. Edited by Christine Cox. Ithaca, New York: Snow Lion Publications, 1991.

—"—"—. The Path to Enlightenment. Edited and translated by Glenn H. Mullin. Ithaca, New York: Snow Lion Publications, 1995.

—"—"—. The Union of Bliss and Emptiness: A Commentary on the Lama Choepa Guru Yoga Practice. Translated by Thupten Jinpa. Ithaca, New York: Snow Lion Publications, 1988.

Heruka, Tsang Nyon. The Life of Marpa the Translator: Seeing Accomplishes All. Translated by the Nalanda Translation Committee. Boston & London: Shambhala Publications, 1982, 1995.

—"—"—. The Life of Milarepa. Translated by Lhalungpa, Lobsang P. London: Penguin Books (Arkana), 1977, 1992.

Jinpa, Thupten (trans). *The Book of Kadam: The Core Texts*. Boston: Wisdom Publications, 2008.

Kongtrul, Jamgon. *The Teacher-Student Relationship*. Translated and introduced by Ron Garry. Ithaca, New York: Snow Lion Publications, 1999.

Kunga Rinpoche, Lama and Brian Cutillo (trans). *Drinking the Mountain Stream: Songs of Tibet's Beloved Saint, Milarepa*. Boston: Wisdom Publications, 1995.

Loden, Geshe Acharya Thubten. *Path to Enlightenment in Tibetan Buddhism*. Melbourne: Tushita Publications, 1993.

— "—". *Meditations on the Path to Enlightenment*. Melbourne: Tushita Publications, 1996.

Mullin, Glenn H. *The Fourteen Dalai-lamas: a Sacred Legacy or Reincarnation*. Edited by Valerie Shepherd. Santa Fe, New Mexico: Clear Light Publishers, 2001.

Pabongka Rinpoche. *Liberation in the Palm of Your Hand: a Concise Discourse on the Path to Enlightenment*. Edited by Trijang Rinpoche. Translated by Michael Richards. Boston: Wisdom Publications, 1991, 2006.

— "—". *Liberation in the Our Hands, Part Two: The Fundamentals*. Transcribed and edited by Trijang Rinpoche. Translated by Geshe Lobsang Tharchin with Artemus B. Engle. Howell, New Jersey: Mahayana Sutra and Tantra Press, 1994.

Patrul Rinpoche. *The Words of My Perfect Teacher*. Translated by the Padmakara Translation Group. Boston, Shambhala Publications, 1998.

Rabten, Geshe. *The Essential Nectar: Meditations on the Buddhist Path*. Editing and verse translation by Martin Willson. Boston: Wisdom Publications, 1984, 1992.

— "—". And Geshe Ngawang Dhargyey. *Advice from a Spiritual Friend*. Translated by Brian Beresford. Boston: Wisdom Publications, 1977, 1996.

Ribush, Nicholas (ed). *Teachings from Tibet: Guidance from Great Lamas*. Boston: Lama Yeshe Wisdom Archive, 2005.

Rinchen, Geshe Sonam. *Atisha's Lamp for the Path to Enlightenment*. Translated and edited by Ruth Sonam. Ithaca, New York: Snow Lion Publications, 1997.

— "—". *The Three Principal Aspects of the Path*. Translated and edited by Ruth Sonam. Ithaca, New York: Snow Lion Publications, 1999.

Shantideva. *A Guide to the Bodhisattva Way of Life*. Translated by Stephen Batchelor. Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1979, 1992.

— "—". *A Guide to the Bodhisattva Way of Life*. Translated by Vesna A. Wallace and B. Alan Wallace. Ithaca, New York: Snow Lion Publications, 1997.

— "—". *The Way of the Bodhisattva: A Translation of the Bodhicharyavatara*. Translated by the Padmakara Translation Group.

Boston, Shambhala Publications, 1997.

Sherbourne, Richard. S.J. *A Lamp for the Path and Commentary*. London: George Allen & Unwin, 1983.

Sopa, Geshe Lhundub, with David Patt. *Steps on the Path to Enlightenment: A Commentary on Tsongkhapa's Lamrim Chenmo. Volume I: The Foundation Practices*. Boston: Wisdom Publications, 2004.

Tegchok, Geshe Jampa. *Transforming the Heart: the Buddhist Way to Joy and Courage*. Edited by Thubten Chodron. Ithaca, New York: Snow Lion Publications, 1999.

Tharchin, Geshe Lobsang. *Six-Session Guru Yoga: An Oral Commentary with a Detailed Explanation of the Bodhisattva and Tantric Vows*. Howell, New Jersey: Mahayana Sutra and Tantra Press, 1999.

Thurman, Robert A.F. *Essential Tibetan Buddhism*. New York: HarperSanFrancisco, 1995.

——— (ed). *Life and Teachings of Tsong Khapa*. Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1982.

Trungpa, Chogyam. *Cutting Through Spiritual Materialism*. Edited by John Baker and Marvin Casper. Berkeley: Shambhala Publications, 1973.

——— . *Illusion's Game: The Life and Teaching of Naropa*. Edited by Sherab Chodzin. Boston & London: Shambhala Publications, 1994.

Tsondu, Yeshe. *The Essence of Nectar*. Translated by Geshe Lobsang Tharchin. Dharamsala^ Library of Tibetan Works and Archives, 1979.

Tsongkhapa. *The Great Treatise on the Stages of the Path to Enlightenment: Volume One*. Translated by the Lamrim Chenmo Translation Committee. Ithaca, New York: Snow Lion Publications, 2000.

——— . *The Fulfillment of All Hopes: Guru Devotion in Tibetan Buddhism*. Translated and edited by Gareth Sparham. Boston: Wisdom Publications, 1999.

——— . *Preparing for Tantra: The Mountain of Blessings*. Translated by Geshe Lobsang Tharchin with Michael Roach. Howell, New Jersey: Mahayana Sutra and Tantra Press, 1988.

Wangmo, Jamyang. *The Lawudo Lama: Stories of Reincarnation from the Mount Everest Region*. Boston: Wisdom Publications, 2005.

Wangyal, Geshe (trans). *The Door of Liberation: Essential Teachings of the Tibetan Buddhist Tradition*. Boston: Wisdom Publications, 1995.

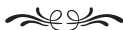
Willis, Janice D. *Enlightened Beings: Life Stories from the Ganden Oral Tradition*. Boston: Wisdom Publications, 1995.

Yangsi Rinpoche. *Practicing the Path: A Commentary on the Lamrim Chenmo*. Edited by Miranda Adams. Boston: Wisdom Publications, 2003.

Yeshe, Lama Thubten. *The Bliss of Inner Fire: Heart Practice of the Six Yogas of Naropa*. Edited by Robina Courtin and Aisa Cameron. Boston: Wisdom Publications, 1998.

——— . *Introduction to Tantra: The Transformation of Desire*. Edited by Jonathan Landaw. Boston: Wisdom Publications, 1987, 2001

ФОНД ПОДДЕРЖАНИЯ МАХАЯНСКОЙ ТРАДИЦИИ



Фонд поддержания махаянской традиции (ФПМТ) — международная организация буддийских центров медитации, обучения и затворничества, как городских, так и расположенных в сельской местности; монастырей, издательств, центров исцеления и других, связанных с этим, видов деятельности, основанная в 1975 году ламой Тхубтеном Еше и ламой Тхубтеном Сопой Ринпоче. В настоящее время в более чем тридцати странах мира действуют более 160 центров ФПМТ.

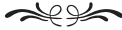
ФПМТ был учреждён для того, чтобы облегчить изучение и практику буддизма Махаяны в целом и, в частности, тибетской традиции гелуг, основанной в XV веке великим учёным, йогином и святым ламой Дже Цонкапой.

Ежеквартально Международный офис Фонда в США издаёт чудесный новостной журнал «Мандала». Чтобы на него подписаться или прочитать старые экземпляры, пожалуйста, посетите веб-сайт «Мандалы» www.mandalamagazine.org, или свяжитесь с нами по адресу:

FPMT
1632 SE 11th Avenue,
Portland, OR 97214
Telephone (503) 808–12-88;
Fax (503) 808–1589
info@fpmt.org
www.fpmt.org

На вебсайте ФПМТ также предлагаются учения Его Святейшества Далай-ламы, ламы Еше, ламы Сопы Ринпоче и многих других почитаемых учителей традиции, подробности об образовательных программах ФПМТ, аудио через радио ФПМТ, ссылка на превосходный магазин ФПМТ, полный список центров ФПМТ по всему миру и в вашем регионе, а также ссылки на центры ФПМТ в сети, где вы найдёте подробную информацию об их программах, и на другие интересные буддийские и тибетские домашние страницы.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР ФПМТ ОНЛАЙН



В 2009 году Образовательная служба ФПМТ основала Образовательный центр ФПМТ онлайн, чтобы образовательные программы и материалы ФПМТ стали доступнее для учеников во всём мире. Образовательный центр ФПМТ онлайн, который продолжает расширяться, предлагает следующие курсы:

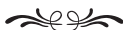
- Медитация 101
- О буддизме в двух словах
- Сердечные советы о смерти и умирании
- Открытие буддизма
- Базовая программа
- Жизнь на пути

«Жизнь на пути» — особенно уникальный курс, поскольку в нём учения ламы Сопы Ринпоче представлены в связанных с темами модулях, включая расшифровки учений, отрывки из видеозаписей, медитации, практики внимательности, карма-йогу и вопросы, помогающие ученикам интегрировать материал. Вот некоторые из последних модулей: «Мотивация для жизни», «Извлечение сути», «Во что верят буддисты», «Гуру — это Будда», «Знакомство с трудом Атиши», «Счастье Дхармы», «Привнесение в жизнь пустоты», «Тайна ума», «Медитация алмазного резака» и «Прибежище и бодхичитта».

Все наши онлайн-программы предлагают аудио и/или видео-учения по этим темам, медитации под руководством инструкторов, чтения и другие вспомогательные материалы. Онлайн-форумы для каждой из программ дают ученикам возможность обсуждать темы и задавать вопросы старшим по форуму. В дополнение к этому многие ретриты под руководством ламы Сопы Ринпоче доступны в полном аудио и/или видео-формате.

Образовательная служба предана идее создания динамичной виртуальной обучающей среды и добавляет всё больше программ и материалов ФПМТ, чтобы вы могли их использовать через Образовательный центр онлайн. Посетите нас по адресу www.onlinelearning.fpmt.org.

ДРУГИЕ ДОСТУПНЫЕ УЧЕНИЯ ЛАМЫ ЕШЕ И ЛАМЫ СОПЫ РИНПОЧЕ



Книги на английском языке, изданные «Wisdom Publications»

Wisdom Energy, by Lama Yeshe and Lama Zopa Rinpoche

Introduction to Tantra, by Lama Yeshe

Transforming Problems, by Lama Zopa Rinpoche

The Door to Satisfaction, by Lama Zopa Rinpoche

Becoming Vajrasattva: The Tantric Path of Purification, by Lama Yeshe

The Bliss of Inner Fire, by Lama Yeshe

Becoming the Compassion Buddha, by Lama Yeshe

Ultimate Healing, by Lama Zopa Rinpoche

Dear Lama Zopa, by Lama Zopa Rinpoche

How to Be Happy, by Lama Zopa Rinpoche

Wholesome Fear, by Lama Zopa Rinpoche with Kathleen McDonald

When the Chocolate Runs Out, by Lama Yeshe

О ламе Еше:

Reincarnation: The Boy Lama, by Vickie Mackenzie

О ламе Сопе Ринпоче:

The Lawudo Lama, by Jamyang Wangmo

Вы можете получить больше информации о вышеупомянутых книгах и заказать их на сайте www.wisdompubs.org или бесплатно из США позвонить по телефону 1-800-272-4050.

Расшифровки, практики и другие материалы

На вебсайтах «Архива мудрости ламы Еше» (LYWA) и ФПМТ (FPMT) см. расшифровки учений ламы Еше и ламы Сопы Ринпоче, а также другие практики, написанные или составленные ламой Сопой Ринпоче.

DVD-записи ламы Еше

Мы находимся в процессе перевода наших VHS видеозаписей учений ламы Еше на DVD. В настоящее время уже имеются записи таких учений, как Three Principal Aspects of the Path, Introduction to Tantra, Offering Tsok to Heruka Vajrasattva, Anxiety in the Nuclear Age, Bringing Dharma to the West, Lama Yeshe at Disneyland, Freedom, Through Understanding and Life, Death and After Death. Постоянно появляются новые записи — подробности см. на нашем сайте.

DVD-записи ламы Сопы Ринпоче

Доступно множество таких записей; более подробную информацию см. на вебсайте Store on the FPMT.

ЧТО ДЕЛАТЬ С УЧЕНИЯМИ ДХАРМЫ



Дхарма Будды — истинный источник счастья для всех живых существ. Такие книги как эта показывают вам, как применять учения на практике и объединять их с вашей жизнью, благодаря чему вы обретёте желанное счастье. Следовательно, всё, что содержит учения Дхармы, имена ваших учителей или священные объекты, гораздо драгоценнее других материальных предметов и требует почтительного отношения. Во избежание создания кармы, препятствующей встрече вновь с Дхармой в будущих жизнях, просим вас не класть книги (или другие священные объекты) на пол или под другие вещи, не перешагивать через них, не сидеть на них и не использовать их в мирских целях, например, в качестве подпорки для шатких столов. Их нужно хранить в чистом, высоком месте, отдельно от мирских сочинений, а при переносе — заворачивать в ткань. Это лишь несколько советов.

Если вам понадобится избавиться от материалов по Дхарме, их следует не выбрасывать в мусор, но особым образом сжигать. Вкратце: сжигайте подобные материалы не вместе с другим мусором, но — отдельно, и, когда они горят, повторяйте мантру ОМ АХ ХУМ. Когда дым начнёт подниматься вверх, представляйте, что он наполняет собой всё пространство, несёт суть Дхармы всем живым существам в шести мирах сансары, очищая их ум, облегчая их страдания и приводя их к счастью вплоть до просветления. Некоторым людям эта практика может показаться несколько необычной, но она делается согласно традиции. Благодарим вас.

ПОСВЯЩЕНИЕ ЗАСЛУГ



Силою заслуг, созданных подготовкой, чтением этой книги, размышлением о ней и даянием её другим да будет долгой и здоровой жизнь всех учителей Дхармы, да распространится Дхарма во всём безграничном пространстве и да достигнут все живые существа просветления как можно быстрее.

В каком бы мире, в какой бы стране, местности или месте ни находилась эта книга, пусть там не возникнет войн, засухи, голода, болезней, увечий, раздоров или несчастья, а будет лишь великое благоденствие: пусть всё необходимое достаётся легко и все находятся под опекой лишь безупречно сведущих учителей Дхармы, наслаждаются счастьем Дхармы, испытывают любовь и сострадание ко всем живым существам, приносят лишь пользу и никогда друг другу не вредят.

О ЛАМЕ СОПЕ РИНПОЧЕ



Лама Тхубтен Сопа Ринпоче родился в Тхаме, Непал, в 1945 году. В возрасте трёх лет он был признан перерожденцем Лавудо Ламы, ранее жившего неподалёку в Лавудо, в пещере, которую можно увидеть из дома Ринпоче в Тхаме. Собственное описание Ринпоче его детства можно найти в его книге «Врата, ведущие к удовлетворению» (The Door to Satisfaction). В возрасте десяти лет Ринпоче отправился в Тибет, где учился и медитировал в монастыре Домо Геше Ринпоче возле Пагри, пока китайская оккупация Тибета в 1959 году не вынудила его бежать из Тибета в безопасный Бутан. Затем Ринпоче переехал в лагерь тибетских беженцев в Букса Дуаре, Восточный Бенгал, Индия, где встретил ламу Еше, ставшего его самым близким учителем. В 1967 году ламы переехали в Непал и в течение нескольких последующих лет построили там монастыри Копан и Лавудо. В 1971 году лама Сопа Ринпоче провёл первый из его знаменитых ежегодных ретритных курсов по ламриму, которые и по сей день продолжают в Копане. В 1974 году Ринпоче, вместе с ламой Еше, начал путешествовать по миру, чтобы давать учения и основывать Дхарма-центры. Когда в 1984 году лама Еше скончался, Ринпоче занял его место духовного руководителя ФПМТ, продолжающего процветать под его безупречным руководством. Более подробно о жизни и работе Ринпоче можно прочитать в книге The Lawudo Lama и на веб-сайтах LYWA и FPMT. Помимо нескольких книг, изданных LYWA и FPMT, в число других опубликованных учений Ринпоче входят The Wisdom Energy (с ламой Еше), Transforming Problems, Ultimate Healing, Dear Lama Zopa, How to Be Нарру, а также многочисленные расшифровки и буклеты с практиками.

ОБ АИЛСЕ КЭМЕРОН



Аилса Кэмерон впервые встретила с буддизмом в затворническом центре «Тушита» в Индии в 1983 году и с тех пор принимала участие в различных мероприятиях ФПМТ, связанных, в основном, с архивированием, расшифровкой и редактурой учений ламы Сопы Ринпоче и ламы Еше. С дост. Робиной Куртин она редактировала книги ламы Сопы Ринпоче *Transforming Problems* и *The Door to Satisfaction*, и книгу ламы Еше *The Bliss of Inner Fire* для «Wisdom Publications». Для того же издательства она редактировала книги Ринпоче *Ultimate Healing* и *How to Be Happy*. Изначально работая в Индии и Непале, в 1989 году она отправилась в Гонконг, чтобы помочь с организацией электронной версии «Архива мудрости ламы Еше» (LYWA). В 1987 году Его Святейшество Далай-лама посвятил её в монахини, и с 1990 года она является членом сообщества монахинь «Ченрези» в Австралии. В последнее время она работает штатным редактором «Архива мудрости ламы Еше», для которого отредактировала много учений, в том числе *Teachings from the Mani Retreat*, *Teachings from the Vajrasattva Retreat*, *How Things Exist* и *Teachings from the Medicine Buddha Retreat*.

Библиотека ФПМТ–Россия
Издание центра Ганден Тендар Линг



Дорогие друзья!

Эта книга — издание центра «Ганден Тендар Линг» — московского буддийского центра, ассоциированного с международным Фондом поддержания махаянской традиции (ФПМТ — FPMT), основанным ламой Тубтеном Йеше и ламой Сопой Ринпоче.

С 2001 года наш центр осуществляет деятельность по изучению, сохранению и распространению наследия тибетского буддизма, в том числе в контексте утверждения общечеловеческих ценностей, которые неустанно отстаивает Его Святейшество Далай-лама.

Одним из направлений деятельности нашего центра, поддержанной грантом FPMT — MeritBox является издательский проект «Библиотека ФПМТ–Россия».

Лама Йеше ставил перед собой важнейшую цель: донести практическую мудрость буддийского учения до каждого, кто в ней нуждается — вне зависимости от того, является ли человек практикующим буддистом, приверженцем какой-то другой традиции или же просто интересуется психологией и философией.

Лама Сопы Ринпоче — духовный руководитель ФПМТ — так говорит о ценности книг, несущих мудрость буддийской Дхармы:

Книги по Дхарме засевают семена пути к просветлению в умах читателей. Эти отпечатки актуализируются, приходят к реализации, и достигается освобождение. Книги открывают око мудрости; вы сможете понять природу ума и процесс умирания; книги учат нас развитию сострадания; они приносят покой в мир.

Пока вы не изменили свой ум — не важно, насколько вы хороши — вы всё ещё совершаете ошибки в своих действиях. Чтобы прекратить собственные страдания, нужно прекратить совершать негативные

действия, а чтобы прекратить совершать негативные действия вы должны остановить ваш негативный ум. Книги рассказывают о том, как это сделать.

Подробную информацию о тибетском буддизме, Фонде поддержки махаянской традиции в России и мире, его учителях, центре «Ганден Тендар Линг» и образовательных программах вы можете найти на сайте www.fpmt.ru.

Мы не ставим перед собой каких-либо коммерческих целей. Практически вся работа в рамках издательского проекта осуществляется силами добровольцев и при их поддержке. Мы будем рады любой посильной помощи с вашей стороны. Внести пожертвования или предложить любую помощь вы можете как через наш сайт, так и на мероприятиях, которые регулярно проводит наш Центр.

Среди них — еженедельные лекции, практические занятия и семинары в рамках международной учебной программы «Открытие буддизма», а также мероприятия с участием посещающих центр Учителей.

Издаваемые нами книги используются в качестве материалов для образовательных программ нашего центра.

Подписано в печать 26.06.2015. Формат 60x84 1/16.
Гарнитура Minion Cyrillic. Печ. л.66
Тираж 1500 экз. Заказ № 4196.

Отпечатано в типографии ООО «Буки Веди»
119049, г. Москва, Ленинский проспект, д. 4, стр. 1 А
Тел.: (495) 926-63-96, www.bukivedi.com, info@bukivedi.com