

**ПРАВИЛА ДЛЯ МЕДИТИРУЮЩИХ КАРМА КАМЦАНГ:
СТАДИИ ПУТИ УСТРАНЕНИЯ НЕГАТИВНЫХ И ДОСТИЖЕНИЯ БЛАГОПРИЯТНЫХ УСЛОВИЙ
ДЛЯ ТЕХ, КТО СТРЕМИТСЯ ДОСТИЧЬ ВЫСШЕГО ОСВОБОЖДЕНИЯ**

Восьмой Гьялванг Кармапа Микьё Дордже



Перевод с тибетского языка на английский: Дэвид Карма Чопэл, 2013 г.

Перевод с английского языка на русский: Мария Васильева, 2013 г.

ОТ ПЕРЕВОДЧИКА

«Правила для медитирующих Карма Камцанг» являются одним из разделов сокровищницы сущностных наставлений по буддийской практике, известных под названием «Сто наставлений Кармапы Микьё Дордже», которые во всей полноте раскрывают путь к совершенному просветлению. Они были составлены славным Восьмым Гьялвангом Кармапой Микьё Дордже (1507-1554), одним из наиболее выдающихся ученых и практиков, которые когда-либо жили в снежных горах Тибета.

Во время учений в Сарнатхе весной 2013 года Его Святейшество Семнадцатый Гьялванг Кармапа Огьен Тринлей Дордже даровал комментарий на текст «Правил для медитирующих Карма Камцанг». К этим учениям был также приурочен и перевод с тибетского языка на английский этого текста.

Как сказал во время этих учений Семнадцатый Гьялванг Кармапа: «Эти наставления предназначены для серьезных практикующих. Иногда они очень откровенны и раскрывают самую суть». Каждое наставление, содержащееся в этом тексте, составлено так искусно, что его можно открыть в любом месте и отыскать сердечный совет, наполненный просветленной мудростью Восьмого Гьялванга Кармапы.

Пусть этот перевод на русский язык принесет благо!

ПРАВИЛА ДЛЯ МЕДИТИРУЮЩИХ КАРМА КАМЦАНГ:

СТАДИИ ПУТИ УСТРАНЕНИЯ НЕГАТИВНЫХ И ДОСТИЖЕНИЯ БЛАГОПРИЯТНЫХ УСЛОВИЙ ДЛЯ ТЕХ, КТО СТРЕМИТСЯ ДОСТИЧЬ ВЫСШЕГО ОСВОБОЖДЕНИЯ

Среди Великих Ваджрадхар Кагью, тот, кто обладает благословениями спонтанного достижения двух благ, коронная драгоценность йогинов, единое око медитирующих, именуется великим и могущественным Сангье Ньепой. Если он явится перед вами, молитесь ему так:

«Благослови меня, чтобы я обрел природу славного Кармапы, незыблемый ум, сущность неизменно блистательной преданности, и был другом в добрые и дурные времена, который может вынести болезни, смерть и невзгоды».

Все вы, пребывающие здесь в снежных горах, кто находит наслаждение в практике и обращается ко мне с молитвой, кто зрит образ монаха Микье Санпо и верит, что я – источник прибежища, живете ли вы в одиночестве или в общине, прошу вас, внимайте этому.

1.

Задумываетесь ли вы когда-либо о смерти? Даже если вы и вспоминаете о ней, она не кажется вам невыносимой. И вы совершаете неблагие поступки до тех пор, пока не умрете, и становитесь так знамениты своими успехами в этой жизни, что люди хотят быть похожими на вас. Те, кто считает, что подобное доставляет удовольствие, привлекает людей, которые отсекали корни добродетели. Когда люди, одержимые чувственными удовольствиями, достигают такого состояния [ума], они покидают монашескую общину.

2.

Увы! У нас есть всего лишь миг, и практика Дхармы безотлагательна, но мы не думаем об этом. Мы откладываем практику Дхармы на потом и заботимся, прежде всего, о помощи друзьям и борьбе с врагами, используя учителя и учения в свое оправдание. Бездумные люди очень усердны в этом, тогда как истинные герои, обладающие отречением, сокрушаются и льют слезы высоко в снежных горах.

3.

Обычно, люди не верят в страдание нижних миров и поэтому полагают, что тяжкие проступки не созреют в виде страдания. Они вообще не видят недостатков в самсаре и тратят всю свою жизнь ради мелких чувственных удовольствий. Если бы они знали, какой вред принесут им неблагие поступки, они вряд ли совершили бы их даже под страхом смерти. Всею виной – незнание причин и последствий благих и неблагих деяний.

4.

Итак, в эти дни, вместо того, чтобы достичь освобождения, люди, которые не хотят быть свободными, пытаются стать влиятельными болтунами в каком-нибудь местечке. Даже в монастыре они прилагают усилия к тому, чтобы быть более заметными, чем другие. Они думают, что достаточно усердны в практике добродетели, однако могут провести день и ночь напролет, придаваясь прелюбодеянию и пустой болтовне. Они не хотят разорвать связь с миром и водят дружбу с теми, кто ничего не знает. Они завязывают знакомства, пытаясь произвести впечатление на людей, обладающих богатством или

высоким положением, и подозревают всех, кто по статусу ниже их, в критике в свой адрес. Только лишь запасшись вдоволь для себя, они поделятся с другими. Такие люди называются позёрами, [теми, кто старается произвести впечатление на других].

Они не хотят чистосердечно практиковать Дхарму, поэтому, когда их учат тому, как это делать, они теряются в отвлекающих обстоятельствах, таких как разговоры о помощи другим. Или они говорят, что у них нет времени, и что они должны идти куда-то или сделать что-то. Они никогда не приходят. Они никогда не бывают свободны. И все же они делают кучу дел. Куда бы им не нужно было идти, они никогда не могут на это решиться. Куда бы они ни приходили, они делят людей на друзей и врагов быстрее, чем заваривается чашка чая.

5.

Они хотят провести свою жизнь, выходя как практики Дхармы, и поэтому преодолевают большие расстояния, чтобы купить одежды, тексты, ритуальные предметы, троны и привлечь собрания монахов. По мере того как они дурят самих себя, они также автоматически вводят в заблуждение других. Они никогда не помнят об истинной Дхарме, а используют любого учителя или сангху, которую им удастся привлечь, так флиртливо, как они того хотят, ради целей этой жизни, и расходуют всю свою еду, одежду и время, пребывая в лени. Они снуют вокруг, приветствуя других касанием лба. Они с легкостью отправятся даже в Бодхгаю в Индии, чтобы ввести в заблуждение друзей, к которым они привязаны, или тех, у кого есть богатство.

6.

На многолюдных собраниях они произносят громкие речи об общем благе, вводя в заблуждение неопытных людей. Даже на миг им не приходит мысль о том, что так вести себя неправильно. Сострадательные приверженцы Кагью, линии практики тех, кто обладает естественным отречением, подумайте о них!

7.

Они весело проводят время и в придачу практикуют Дхарму. Они берутся за исполнение должностей мерщиков и судей, принимая решения о том, что подлинно, а что нет. Такие люди гордо глядят на себя, представляя, что они практикуют Дхарму. Неужели тогда им действительно не нужен учитель, который может раскрыть методы практики Дхармы?!

Они отвергают то, на что им следует полагаться. Им не хватает истинной преданности молиться день и ночь, и они гневят своего учителя. Хотя они думают, что им не стоит зависеть от учителя, им стыдно прилюдно пойти к другому наставнику. Они молят о помощи, хотя не развили в себе уверенности. Они не те люди, чей ум можно изменить. Просто стыд давать наставления, объяснять Дхарму или даровать посвящения таким ученикам.

Они не хотят отвернуться от этой жизни и страшатся того, что другие будут с ними соперничать. Они боятся, что не будут казаться особенными. Они постоянно обеспокоены мыслями о пище и одежде. Когда они видят, как их одежда изнашивается, а запасы еды истощаются, они впадают в крайнее отчаянье. Когда практикующие привычны к подобному, тогда учитель нуждается в большем сострадании, чем его ученики.

Если это так, то из двух наставлений – словесных и смысловых, откуда возьмутся наставления смысла? Я знаю только, как читать тексты и давать устные наставления, и в этом как раз и заключается причина того, чтобы не разъяснять наставления другим.

8.

Хотя они не практикуют никаких методов традиции мастеров Кагью, такие бойкие люди, привязанные к этой жизни, имеют образ практиков Дхармы и носят желтые четки. Или еще хуже – среди мирян их именуют «сиддхами». Такие люди ведут себя возмутительно телом, речью и умом, воображая, что практикуют Дхарму. Но они глубоко заблуждаются, ибо они ничем не отличаются от демонов, парящих в небе.

9.

Они отдают плохое другим, приберегая хорошее для себя, а затем преисполняются гордыни и зависти. Они всегда думают о том, куда бы могли пойти, чтобы их видели и почитали, и все же они именуются практиками. Это удручает. Они не меняются и застревают годами там, где получают одежду, еду и почет, говоря: «Произошло нечто поистине божественное!».

10.

Если им приходится преодолевать трудности ради практики Дхармы, глубоко в сердце они не хотят оставаться со своим учителем и друзьями по Дхарме, обманывая самих себя. Они не бывают свободными даже один единственный день. Они никогда не будут сидеть неподвижно. Их основная духовная практика – это поглощение пищи и легкомысленное поведение. Взгляни на них, Сангье Ньепа!

Если учитель не дарует им глубоких наставлений по Дхарме, они возмущаются. Если он дарует их, что уж говорить о практике медитации день и ночь, – если они пропустят лишь один прием пищи в то время, когда им положено медитировать, они тут же бросят практику.

11.

Они не приложили достаточно усилий в своей практике Дхармы. Поскольку они не претворили её в личный опыт, то, окончив, например, «Шесть йог» Наропы, они выискивают и жалуются о недостатках своего учителя. Хотя сами не считают недостатком то, что не развили личный опыт, им хватает ума видеть недостатки учителя и хвастаться.

12.

Вкратце, когда тон беседы со своим учителем или друзьями по Дхарме слегка меняется, их эмоции скачут вверх и вниз. Если благие корни их собственной добродетели преграждаются как река, они утрачивают шанс реализовать Дхарму в этой жизни. Все наши планы заполучить множество вещей, в которых мы нуждаемся, мешают нашей основной практике. Мы можем говорить, что будем безмерно рады и рисовой похлебке на воде, но когда дело доходит до соли, приправ и всего прочего, нет ничего, что бы нам не было нужно.

Как говорили мастера Кагью: «Позволь всему, что случается, случаться. Позволь всему идти так, как оно идет. Пусть произойдет всё, что угодно». Если вы тот, кто может практиковать это, вы узрите путь мастеров Кагью, стоит вам лишь оглянуться.

13.

В общем, монахи и монахини должны взрастить добродетель и искоренить недостатки. В особенности, во времена упадка неблагое поведение вездесуще, и поэтому почти все попадут в нижние миры. Но не

думая о том, как чрезвычайно редко любое совершение добродетели, и как даже самое малое из положительных качеств других людей так же исключительно, как сам Будда, они выискивают скрытые недостатки всех далеких и близких, своих и чужих, и относятся с пренебрежением к их положительным качествам. Разве водиться с ними не то же самое, что дружить с лешим? Сангье Ньюпа, как могут люди, которые ничего не меняя в своем естестве, молятся подобно тому, как отхаркивают слизь, получить благословения?!

Заявлять: «Я обладаю преданностью, но не получил благословения», а затем говорить, что утратил веру в учителя, воплощение всех драгоценностей, приводит к накоплению кармы отречения от Дхармы, и поэтому совершенно определенно означает рождение в ваджарном аду.

14.

Те, кто утаивает свои временные и конечные цели от учителя, а затем вступает с ним в бесконечные споры, рождаются в ваджарном аду. Как могут они утаить опухоль трех ядов и её природу от учителя? Они так поглощены этой жизнью, что любой может видеть их насквозь.

15.

Корнем того, что необходимо сейчас, является свобода от четырех падений и соблюдение первого из обетов индивидуального освобождения. Признание нашей традиции практики Дхармы подобной или же отличной от других порождается нашим умом. Нам неведомо, почему портится вода в кувшине, поэтому важно вглядываться в самих себя.

16.

Что касается обетов бодхисаттвы, мы должны развивать бодхичитту во время сессий практики, на которые разделяется каждый день. Для нас важно должным образом раскаиваться и зарождать в себе решимость [не нарушать обетов вновь]. В общем, чтобы не нарушать обет бодхисаттвы, важно иметь добрый нрав. Добрый нрав не означает, что нужно заявлять, что те, кто близок к вам или находятся на вашей стороне, являются вашим кланом. Это означает, что наши намерения и поступки должны основываться на памятовании о том, что точно так же как мы сами хотим быть счастливы, другие хотят быть счастливы, и также как мы не хотим страдать, другие должны быть освобождены от страдания. Поэтому важно обладать глубокой внутренней силой духа.

17.

Тантрические обеты должны даваться ясновидящим учителем ученику, которого он, испытав, считает достойным сосудом. Но в наши дни это не так, и поэтому сила благословения посвящений и наставлений утрачивается. Из-за этого Дакини и Защитники Дхармы чинят препятствия всем мастерам и ученикам. Поэтому эта Дхарма редка. Лишь потому, что она редка, она трудна. Лишь потому, что она трудна, мы стремимся достичь великого результата. В эти дни то, что называется «ваджарными посвящениями» и «наставлениями» более обильно, чем грязь. И совсем не означает, что вам следует принимать их лишь потому, что они многочисленны, а само лишь их принятие принесет вам пользу.

Поэтому среди тех, кто держит обеты Непревзойденной Мантры, даже среди тех, кто думает, что совершил коренные падения Мантры, не много таких, кто действительно совершил их. Ибо говорится, что большинство коренных падений – это концептуальные мысли, которые возникают о медитации [стадии] порождения и завершения. А поскольку подлинная практика последних сама по себе отсутствует, то это подобно тому, когда вы боитесь града, когда у вас нет поля.

Вместо этого, все нарушения самой тех, кто просто интересуется Тайной Мантрой как путем, будут восстановлены благодаря принятию посвящений пути Чакрасамвары или Ваджрайогини и, в особенности, благодаря практике глубокого пути Гуру Йоги.

18.

Особенно в традиции Дакпо Кагью, какие бы нарушения вы не очищали и какие бы противоядия вы не применяли, главным в признании проступков, восстановлении нарушенных обетов, улучшения практики и устранения препятствий является преданность. Но это не должно быть подобно тому, как человек, будто в лихорадке, молится один месяц или год. Вы должны молиться постоянно день и ночь, и сделать эту молитву главной частью своей практики. Каждая секунда такой молитвы более ценна для улучшения качеств путей и уровней, чем годы продолжительной практики вялой стадии порождения и стадии завершения, смешанной с отвлечениями.

19.

Здесь в Тибете существует много линий передачи Дхармы, пришедших из Индии. Однако, как возможно чтобы какая-либо из них несла большее благословение, чем линия Дакпо Кагью в общем и в особенности линия Великих Ваджрадхар: от Дюсума Кхьенпы – Будды Симхи и несравненного сиддхи, до Сангье Ньепы? Главной практикой в этой линии является развитие преданности, сострадания к живым существам и отречения от этой жизни. Вы должны размышлять об этих трех непрерывно без отвлечений днем и ночью, не смыкая глаз, а не просто болтать о них. Если вы не будете размышлять о них, они не прорастут в вашем естестве. Если же будете, то они действительно прорастут, ибо такова природа познания. Поэтому сейчас не время для пустой болтовни.

Если у вас есть сомнения, которые необходимо разрешить, спросите учителя напрямую, если он присутствует. Если нет, молитесь ему и спрашивайте его в своих снах. Способностью рассеивать сомнения великих медитирующих обладают только те, кто познал природу Ваджарного Тела, понимание, приобретенное благодаря чтению текстов или аналитическому размышлению, не может их рассеять. Поэтому, вместо того, чтобы вовлекаться в диспуты, состоящие из вопросов и ответов по Дхарме, более важно задавать вопросы и находить на них ответы в своем естестве.

Даже в кутерьме социальной жизни, вы должны контролировать свой ум с помощью памятования, ведь всадник должен заботиться о ранах, натертых седлом на крупе лошади. Перед тем, как произнести слово, вы должны подумать пять или шесть раз о том, принесет ли то, что вы скажите, пользу или вред вам и другим, и о том, усилит ли оно вашу привязанность к этой жизни. Когда вы простираетесь или затягиваете пояс [для медитации], вы должны думать о причинах неблагих поступков и падениях. Вы должны размышлять, как Миларепа, Владыка Дакинъ:

«Спать, как чиновник, когда вы спите,

Болтать, как дикарь, когда вы говорите,

Думать, как безумный, когда вы размышляете,

Вышагивать, как бандит, когда вы ходите, -

Все это не подходит мне, йогину».

20.

В общем, великие мастера медитации не занимаются глубоким изучением, и поэтому не ведают различия между терминами. Когда [люди используют] слишком много понятий в Дхарме, то они

смущают всех Будд и совершают ошибки. Если вы идете в услужение к великому мастеру медитации, не используете непонятный язык Дхармы. Надеяться улучшить свои умственные способности с помощью дхармических терминов – это путь ученых. В традиции практики надежда возлагается на развитие благих качеств ума с помощью как можно большего смещения противоядий со своим естеством.

Вкратце, овладевайте своим умом с помощью ума, берите свою руку другой рукой. Сейчас не время накрывать голову, закрывать глаза и играть в игры. Вы должны стремиться практиковать так усидчиво, что у вас с трудом будет находиться время для того, чтобы поесть, вы будете отходить ко сну поздно и пробуждаться рано. Провести весь день, глядя на солнце и широко зевая, – это то, что делают животные.

Очень верно то, что сказал Владыка Дхармы Гоцангпа: «Дитя, тебе нужна практика Дхармы». Конечно, мы медитируем, но провели ли мы когда-либо весь день в медитации, не выходя из ваджарной позы? Молились ли мы непрерывно учителю на протяжении семи дней, не прерывая молитву обычными разговорами, лицо влажное от слез, усмиряя свое естество? Если мы не делали этого, то когда мы говорим: «Медитация не возникла в моем естестве. Я медитировал, но, похоже, не достигну результата», теряя веру в Дхарму и учителя, мы можем использовать любые способы, чтобы исправить это, но они не помогут нам.

Если мы никогда не применяли противоядия даже на протяжении времени, необходимого, чтобы заварить чашку чая, используя это как пример и говоря другим: «Я медитировал, но опыт получить невозможно, лучше совершать другие благие поступки», то это речь, которая понижает высшее до уровня низшего. Это подобно тому, как кто-то делает вывод о том, что другие, обладающие благими качествами, обязательно полны недостатков.

Вкратце, даже если вы лишь читаете «Устремление к превосходному поведению», вы должны посвящать это на благо других и практиковать это самому. Возможно, вы боитесь, что другие не знают о том, что вы практикуете Дхарму. И поэтому, когда вы читаете молитву, вы делаете это напоказ, чтобы другие слышали. Так происходит потому, Дхарма не стала частью вашего естества.

Поэтому, до того как в нас зародится опыт существования, свободного от заботы о пище и одежде, о том умрем мы или нет, важно иметь твердую решимость, что мы никогда не расстанемся со своим учителем или не выйдем из этого затворничества. Мы должны усердствовать так, как будто у нас нет времени заштопать одежду или вставить нить в иглу, если нас о том попросят.

Вы должны быть отшельником, лишенным надежды на любой успех в этой жизни. Вы должны посвятить всю свою человеческую жизнь практике, которая принесет вам [духовный] опыт. Если у вас ни в чем нет опыта, ничто не проникнет вовнутрь, вы ничего не совершите, и в результате, не достигнете ни единой цели. Люди, подобные этому, никогда ничего не добиваются.

21.

Вы должны размышлять о том, как вы и другие живые существа не могут преодолеть несчастья, и о том, как вас окружает страдание. Если вы будете делать это, невозможно чтобы вы не смогли тогда практиковать то, что знаете. Важно практиковать, подобно человеку, который ест и пьет все, что может найти во время голода.

Поэтому не используйте ничего кроме трех монашеских одеяний, накидки, небольшой подушки для сидения, коврика, чаши для подаяний, записной книжки, кувшина, чашки, емкости для хранения цампы, небольшой палатки, трута и глиняного горшка. Вся ваша одежда должна носиться шесть лет. Будда учил этому в Винае как способу избежать крайнего аскетизма и жить комфортно. Кроме этого, вам не следует хранить ничего, что стоит более одной унции золота.

Что касается пищи, которую вы едите, когда становитесь монахом или монахиней, то тогда нет возможности не зависеть от подношений верующих. Поэтому не ведите неправильный образ жизни,

продавая Дхарму, совершая прелюбодеяния, восхваляя вещи других, чтобы заполучить их, или оценивая, сколько прибыли вы можете получить от чего-либо. Чтобы поддерживать свое тело, живущий подаянием должен вежливо просить. Такой способ получения средств к существованию является важным.

Даже если вы живете в монашеской общине, вы должны принимать только еду, предложенную в качестве подношения всей сангхе. Важно не принимать подношения, предложенные с целью рассеивания болезни в этой жизни или заботы о больных. Подношения учителю особенно значимы. Стремление получить одежду и еду в этой жизни создает препятствия для достижения высшего пробуждения, поэтому вы можете использовать их только, если учитель настаивает на этом.

Хотя мы, великие медитирующие, страстно стремимся к приобретению книг, они не могут принести нам другого благословения, кроме как увеличения нашей привязанности к вещам, поэтому не испытывайте любви к словам на бумаге. Главное – оставить восемь нечистых вещей: мясо и алкоголь, оружие и доспехи, дома, собственность и поля, торговля и капиталовложение, верховые и вьючные животные, а также уход за скотом. Нет выбора, кроме как оставить их, поэтому важно применять противоядия для каждого из них.

По сути, существует четыре качества, которые определяют духовного человека: не отвечать гневом на гнев, не отвечать оскорблением на оскорбление, не указывать на ошибки других, когда они указывают на ваши ошибки, и не отвечать ударом на удар. Эти четыре исключительно важны, но велика опасность, что мы не очистили наших омрачений, и поэтому будем вовлекаться в споры. Если случится так, важно сделать простирания, читая вслух десять раз «Признание падения». Затем начитывать стослоговую мантру так долго, как сможете, – сто тысяч или десять миллиардов раз.

Кроме того, когда мастера ритуалов и помощники сангхи, старшие вас по положению, благодаря обетам, которые они соблюдают, и благим качествам, таким как преданность, отречение и тому подобное, и те, кто на практике реализует деятельность учителя, просят вас послужить учителю и сангхе, даже если это лишь небольшое поручение, думайте, что не существует лучшего способа накопить добродетель с помощью тела, и выполняйте его с радостью, упорствуя до тех пор, пока ваша плоть и кровь не пожелтеют.

В прошлом, когда Дромтонпа был учеником Сецуна, он выполнял работу пастушьей собаки, охраняя стадо, а Великий Йогин заставлял Атишу трудиться. Но они оба были способны узреть лик божества раньше, чем другие ученики. Если бы Владыка Йогин Миларепа закончил строительство девятиэтажной башни, он бы достиг освобождения путем слушанья. Существует много историй, подобных этим, но тем, кто не накопил достаточно заслуги, трудно в них поверить.

Вкратце, кем бы ни были монахи, друзья, младшие и старшие товарищи в этом месте, возникшем из нечистого восприятия, не превращайте их в объекты привязанности или отвержения, деля их на близких и далеких. Вместо этого, медитируйте, представляя их своим коренным учителем и йидамом, делайте подношения и восхваляйте их.

Не находиться в общине, когда вы живете в общине, и не находиться в горах, когда вы пребываете в пустынных горах, – наверно, представляет наибольшую трудность. Когда вы живете в общине, вы должны быть способны пребывать в общине. Когда вы живете в горах, вы должны быть способны пребывать в горах и находиться в любом месте, куда бы вас не занесло ветром. Вы должны поразмыслить минуту-другую о том, не слишком ли это трудно для вас.

Когда вы направляетесь за сбором подаяний, никогда не разлучайтесь с мыслью о непостоянстве, страдании, пустотности, отсутствии «я», бодхичитте, преданности и Четырех Безмерных. Независимо от того, окружены ли вы толпой или находитесь в одиночестве, вы должны соблюдать границы и правильное положение тела, молчание и устную молитву, помнить о преданности и отречении в качестве основы, а затем обладать стойкостью духа касательно всего, включая пояс и палку для

медитации. Лишь это является важным.

Все ученые говорят, что для возвращения [благих] качеств нужно изучать тексты и развивать логику. Но другим способом достичь того же, является молитва. Поэтому разделите ночь на восемь сессий, и на протяжении всех них за исключением одной непрерывно молитесь, пока ваша молитва не станет отчетливой, быстрой, вызывающей дрожь и содрогание, и невыносимой, когда вы не способны думать, не представляете, что следует делать, и что является лучшим.

Когда объявляется сбор сангхи, те, кто живет в общине, должны собраться в одном месте. Облачась в три одеяния Дхармы, оголите одно плечо и станьте прямо. Соедините ладони над макушкой головы и, памятуя о качествах драгоценного славного учителя, сущности океана украшений, сделайте простираание, пятью точками касаясь земли. Лишь это важно. За исключением поваров сангхи и больных монахов, для всех остальных чрезвычайно важно развивать удовлетворенность, не думая о том хорошей, плохой или какой-либо еще является пища, вода или стряпня.

Вкратце, те, кто обладает высшим прилежанием и благой кармой, практикуют Винаю бодхисаттв и Ваджраяну, поэтому мне нечего больше сказать. Если монахи и монахини, обладающие чрезвычайно ограниченными качествами, не будут практиковать должным образом хотя бы то, что я сказал здесь, то не существует никакого метода, благодаря которому они могли бы достичь освобождения. Поэтому они должны прилагать все возможные усилия, чтобы реализовать эти наставления на практике. Пришло время использовать сокровище своего ума, поэтому вы должны позаботиться о себе с состраданием.

Как бы усердно я не размышлял, я не нашел метода, отличного от этого, и ничего более не пришло мне на ум. Поэтому я поведал вам все слова, которые возникли у меня в уме, не упустив ни одного из них.

Вкратце:

Хотя некому слушать, я не могу стерпеть.

Я подношу эту песню нищего горделивым и надменным,

Обезумевшим от скорби, чье страдание возрастает,

Чтобы они вели себя бесхитростно.

Я посвящаю эту заслугу одному из Ваджрадхар Кагью по имени Сангье Ньепе,

Чтобы мои прошлые матери, которые не ведают, что делать,

Могли достичь состояния единого вкуса.

Пусть стяг преданности никогда не трепещет, и пусть драгоценность отречения сияет светом того, что необходимо и желаемо!

Микё Дордже написал это, известное как «Правила на желтой бумаге». Мангалам!