

Пер. с тиб. на англ. яз. Вола Зарпани
Пер. с англ. на русск. яз. А. Терентьев

...В Сутре мы говорим о соединении метода и мудрости, шаматхи и випашьяны и т.п. В Тантре мы говорим о блаженстве и ПУ. Когда мы говорим о единении, есть заметная разница между Сутрой и Тантрой. В Сутре, говорим ли мы о методе и мудрости, шаматхе и випашьяне, – мы говорим о двух отдельных сознаниях, каждое из которых созерцает различные объекты, но в какое-то время оба начинают влиять друг на друга. То есть это не два аспекта одного сознания. Например, ты созерцаешь бодхичитту, а другое сознание может отрабатывать шаматху, созерцая образ божества, или созерцать пустоту и т.д. – это два разных состояния сознания. Но, практикуя их одно за другим, мы их сближаем и заставляем влиять друг на друга. То есть, когда мы говорим о единении в Сутре, мы всё же говорим о двух разных взаимообуславливающих состояниях сознания. В случае же Тантры, имеются в виду две стороны одного и того же состояния сознания: одно может созерцать божество, другое – осознавать его пустоту. Сознание ОДНОВРЕМЕННО делает две разные вещи. Как человек, который может делать два дела одновременно: думать и говорить, или идти и разговаривать. Это очень важная вещь в Тантре вообще, и на ступени завершения в особенности.



Единение метода и мудрости, или шаматхи с випашьяной в Сутре подобно езде на велосипеде: когда одна педаль идёт вниз, вторая всегда идёт вверх – они не задерживаются на одном уровне. Поэтому, когда ты практикуешь Сутру, – ты действуешь на двух уровнях, которые всегда разделены. Когда же начинаешь практиковать Тантру, – ты уже имеешь всю картину, [осознаёшь] всё движение вверх-вниз, будто твои ноги всё время на одном уровне, или движутся синхронно, потому что при этом одна часть твоего ума видит, удостоверяет форму божества, а другая осознаёт пустоту всего, что является уму. Таким образом, также оказывается очень важным иметь этот союз, понимая и ступень порождения и ступень завершения. Ведь дело обстоит не так, что твой этап порождения находится тут, а этап завершения там, – оба должны идти вместе, синхронно. Когда ты визуализируешь и порождаешь единение на этапе порождения, следует осознавать пустоту этих видимостей. И вместе с этим, здесь же, во время этапа завершения ... установка пустоты, подобно тому ... как у человека два глаза, и один глаз смотрит на форму, а другой постигает пустоту этой формы.

На этапе порождения акцент делается на видимостях, и в меньшей мере – на пустоте. Конечно же, мы всегда созерцаем пустоту, мы всегда должны думать и работать над этим предметом, но всё же на этапе порождения мы прежде всего пытаемся культивировать ясное видение форм божества. Переход к этапу завершения не означает, что мы забываем все эти визуализации и порождения, и детали облика божества, но что мы больше внимания уделяем пустоте. Так мы используем обе вещи сразу и пытаемся их соединить.

Это подобно тому, как человек ведёт машину и в какой-то момент он смотрит на движение на левой стороне дороги и в левом зеркале при этом, в то же время, он должен видеть дорогу перед собой и, наверное, что происходит справа от него, – но основное внимание сейчас он уделяет левой стороне дороги. Затем может понадобиться сосредоточиться на правом зеркале, и тогда всё внимание будет направлено туда, пусть не 100%, но большая часть. Но, конечно, и в это время водитель должен видеть всю картину: что творится и перед ним, и справа от него, и слева. Наша практика в конечном счёте подобна этому.

Осуществлять это грубым сознанием чрезвычайно трудно – сохранять два различных аспекта одного состояния сознания. Вот во время смерти все грубые виды сознания естественным образом уходят, и мы остаёмся с естественно проявляющимся более тонким сознанием. И что мы пытаемся сделать нашей медитацией – это снова и снова моделировать этот процесс умирания, вот в чём цель этого. Итак, мы должны заставить наше внимание удерживать два различных аспекта одновременно.

Когда мы проходим через стадии смерти, бардо и рождения, мы проходим через процесс сворачивания типов сознания, которое... ну, ты знаешь, обычно мы начинаем с большого числа грубых типов сознания, и в конце концов они сворачиваются; и когда мы подходим к точке смерти, то, что идёт в бардо, – в действительности состоит только из очень тонкого, грубого там нет. (Затем, в бардо, они снова начинают разворачиваться, переходить из тонкого в грубое состояние.) Именно этот чрезвычайно тонкий уровень мы и хотим использовать в нашей медитации.

Это можно сравнить с тем, как мы рассматривали бы различные виды вооружённых сил своей страны: и флот, и сухопутные силы, и воздушные. Из всех видов вооружённых сил, конечно, авиация наиболее мощна. Ведь, если вы обладаете господством в воздухе, – вы господствуете и над сушей и над морем. И тонкое сознание подобно этой авиации.



Конечно, очень полезно и по отдельности практиковать метод и мудрость, но надо постоянно помнить, что мы пытаемся породить их оба вместе, чтобы соединить их. И, что бы мы ни делали, надо постоянно помнить, что всё, что мы делаем, пока живы, – всего лишь репетиция к тому, что надо будет осуществить в момент смерти. Надо постоянно помнить, что высшая цель – быть полностью готовым к этому.

Ты знаешь, что объяснения в Сутре весьма пространны, можно изучать их с разных сторон и т.д. В Тантре же всё, что мы уже видели в Сутре, – подытоживается, объединяется, берётся его сущность и представляется метафорически в практике. Практика Тантры подразделяется на две ступени – порождения и завершения. И очень важно соединять моменты обеих ступеней, видеть, как они соотносятся друг с другом и сочетаются. Вот, например, мы обсуждали Шесть йог Наропы. Возможно, список из шести казался слишком длинным, и не было понятно, как эти йогии соотносятся друг с другом. Во всяком случае, следует попытаться прочувствовать значение и важность этих практик как в этой жизни, так и во время смерти. Это весьма важный момент. И затем мы постепенно учимся объединять эти практики. Как, например, в практике туммо мы проходим «четыре блаженства». Но мы не просто оставляем их там, а подключаем для проникновения в «четыре пустоты». Так и в остальном – нам не следует рассматривать практики по отдельности, напротив, надо искать аналогии, смотреть, как они соприкасаются, соотносятся и так далее.

Жаль, что сейчас у нас нет времени поговорить о каждом из этих аспектов подробнее. Как бы то ни было, практикуя в этой жизни, надо помнить о существовании трёх важных периодов – времени сна, времени бодрствования и, конечно, времени смерти. Ты должен использовать все три, наблюдать, что происходит в эти периоды, должен сочетать их с практиками ступени порождения и ступени завершения. Ты должен анализировать разные явления, возникающие в твоём уме, например, когда просыпаешься. Как ты начинаешь осознавать все условные видимости? Как они возникают? Ты должен созерцать пустоту всех их. Так же следует созерцать сны, как они возникают, созерцать пустоту всех их. И так же следует созерцать то, что происходит во время смерти, перемены сознаний и так далее. Можешь делать это в сочетании с практиками ступени порождения, практиками, которые производят очищение, а также [практиками] трёх важных фаз нашей жизни – о принятии трёх тел. Не обязательно о преобразовании трёх тел в смерть, бардо и рождение, а о преобразовании трёх тел в засыпание, сон и пробуждение. Можно применять и практики ступени завершения в сочетании с видами деятельности этой жизни и рассматривать, какой тип сознания, тип мышления имеет место до растворения четырёх элементов, что происходит при растворении элементов, и когда возникает тонкое сознание во время сновидения, бодрствования и смерти – и использовать это понимание для соединения мудрости и метода в то время, как ты практикуешь.

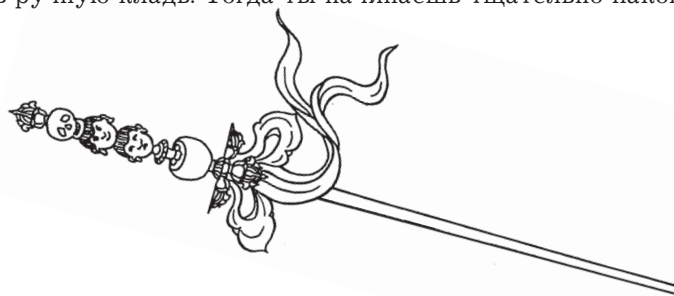
И когда ты сможешь сделать это, то сам увидишь, как вопрос о том, что актуальнее, или что важнее, – сам станет неактуален. Потому что нельзя выгащить что-то одно и сказать: «Вот самое актуальное и важное», – а другое не важно. Все практики связаны и не могут быть применены по отдельности в разное время нашей жизни. Они актуальны во все времена во всех проявлениях. И ты должен найти способ совместить их все.

Ответ на твой вопрос также можно проиллюстрировать на примере упаковки багажа перед отъездом (смеётся) (*Дело в том, что, пока Ринпоче говорил, Алак Ринпоче ходил туда-сюда и упаковывал чемоданы.* – А.Т.). То есть ты не можешь увезти с собой всё – есть ограничения по весу багажа, да и по объёму чемоданов. И в этом случае ты



думаешь о своих вещах: «Действительно ли это необходимо брать с собой?» Глядя на свои вещи, ты, конечно, должен и подумать о том, что более важно, что менее, но прежде всего следует прикинуть, насколько дальней будет дорога, в какие ситуации ты можешь попасть. Подумав: «В этом случае мне пригодится эта вещь, а в том случае будет нужна вот та», - захочешь взять много. Но все разложенные вокруг вещи взять в их теперешнем виде невозможно и тебе придётся их уминать, складывать и запаковывать. Уплотнив вещи при упаковке, ты сможешь взять всё основное, что понадобится в разных обстоятельствах пути, - в запакованном виде в чемодане они занимают не так уж много места; и нельзя было сказать: «Вот это мне нужно, а это не нужно», - мы в разных случаях нуждаемся в разных вещах и должны быть полностью готовы для нашего путешествия.

Твоя практика Дхармы подобна сбору в различные путешествия. Вначале ты раскладываешь всё своё имущество, думая: «Всё это может мне понадобится в дороге». Затем ты узнаёшь, что есть ограничения по количеству багажа и взять всё, как оно есть, невозможно. Тогда ты начинаешь выбирать наиболее важное и остальное оставляешь в стороне. Потом тебе могут сказать, что вес ещё более ограничен, а в кабину можно взять лишь ручную кладь. Тогда ты начинаешь тщательно паковать самое необходимое.



Молитва о долгой жизни
достопочтенного Кирти Цэншаба Ринпоче

Составлено на тибетском Дагьябом Ринпоче, переведено с тибетского Тубтэн Дулмой, при использовании английского перевода гелонга Тубтэн Лодоя.

дондам чой-инг о-сэл чаг гья че,
ньи-мэ да-ва дом-па цеи лхэй,

цэн пэи ролпа гью-мэ шин лаг-гар,
чжебцун ламэ ку це кэл гьяр пэл.

Великая Печать Ясного Света! Реальность высшая всех феноменов! –
Почтенный Учитель, играющий, словно в танце,
Иллюзией признаков главных и второстепенных!
Пусть божества долгой жизни вне двойственности увеличат
Длительность жизни твоей до сотни космических эр.

лобсанг ньин монг че-пэ о-тонг-гий,
дам-чой ду-ций пэ-цэл йонг-че-пэ,

чжиг-мэ туб-тэн лха-лам кьон сэл шинг,
кьяб-даг пэл-дэн ламар солва-дэб!

Неустрасимым умом благородным - как солнце тысячью лучей -
Ты небосвод наставлений буддийских полностью проясняешь,
Ты – вседержавший владыка лотосового сада в цвету,
Вспоенного нектаром Учений,
Великолепный Учитель, Тебе поклоняюсь!



лобсанг гьел-пэ дам-пэ дзо-чинг янг, джиг-мэ пой-пэ дул-шут цул зунг-тэ,
дам-чой ка-дам цангмэ намтар шин, дзин-дзэ тон-па чен-по шабтэн шог!

Хотя благородный Твой ум – клад наставлений Будды,
Ты следуешь скрытно и неустрашимо методу тайной аскезы,
Уподобляясь судьбой йогинам чистым Кадампы.
О, великий Учитель, неколебимо пребудь!

до нгаг шунг-гьяр мавэ зенг то-мор, мой кам танг дун чий-пэ лоб-пон цул,
чинг-янг сунг шинг лар янг вэ та-ру, дуб-пэ гьел-цэн дзин кьо шабтэн шог!

О, выдающийся толкователь Сутр и Тантр сотен базовых текстов,
Наставник, учащий в согласии с желаниями и положением
Своих духовных детей,
И Ты же при этом еще в далеких краях держишь знамя
Йогических достижений.
Пусть в мире неколебимо пребудут Твои стопы!

тэн йой кор-ло чиг-ту даг-пэ ший, раб-чжам лха-и нго-вор рол-на янг,
ши-дул тим-цун паг-пэ риг-шир нэ, цунг-мэ дул-дзин чен-по шаб-тэн шог!

Ты в чистой природе единства живого и неживого миров
Играешь явлениями сущностей разных бесчисленных божеств,
И Ты же при том пребываешь в разряде святых четырех видов:
Спокойных, обузданных, нравственных и благородных монахов.
О, несравненный хранитель монашеской дисциплины,
В мире неколебимо пребудь!

та-го дул-чэ шинг-сар тэг чо-ги, са-бон сэ-чир туг-чей чу тэр-гьий,
мон-чжуг сем-кы нью-гу ньер тун-пэ, лаб-чен гьел-сэй паа-во шабтэн шог!

Чтобы в целинную почву воспитываемых учеников
Бросить семя Великой традиции – Махаяны,
Ты орошаешь их влагой великой своей доброты,
Так производишь ростки вдохновенного, деятельного духа.
О, превосходный Герой, Сын Пробужденных, в мире неколебимо пребудь!

раб-ший инг-нэй пой-мэ пой-пэ гар, данг-мэ тэн тан тэн-пэ гью-тул чин,
на-цог то тан ду-вэ корло че, пэлдэн риг кюн дагпо шабтэн шог!

Из сферы подлинного покоя Ты являешься в танце
Преумножения-излучения – без преумножения мысли,
О, совершенный Владыка бесчисленных облаков
Всех иллюзорных обитателей и обиталищ,
Священных кругов излученных и собранных всеразличных.
Пусть в мире неколебимо пребудут твои стопы!

чог-сум лува-мэ-пэ чин-лаб танг, гьондэ тэн-чинг дэл-чжунг дэн-пэ туй,
даг-гий лхагсам даг-пэй мон-пэ дэй, тэ тэ-шин-ту дэ-лаг дуб-пар шог!

Пусть благословением безобманных Трех Драгоценных
И силой зависимого возникновенья причин-результатов
Вследствие помысла чистого моего и молитвы
Все сказанное счастливо и легко совершится!

