

Лама Янтон Таши Гьялцен Ринпоче

**ВВОДНАЯ ЛЕКЦИЯ: ИСТОРИЯ ПЕРЕДАЧИ ШАНГ-ШУНГ НЬЕНГЬЮ.
КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ЦИКЛА ПРАКТИК**

Москва, январь 11, 2007

Транскрипция и редакция Центра изучения религии Бон.

Сегодняшнее учение посвящено Шанг-Шунг Негью, а именно двум его разделам – учению, связанному с Тантрой и Дзогчен. Прежде мы выполним практику гуру-йоги, которая, по сути, является обращением к линии преемственности Шанг-Шунг Негью. Выполняется она для того, чтобы благословение вошло в нас.

Шанг-Шунг Негью, устная передача из Шанг-Шунга, Шанг-Шунг Мери, некоторым эти названия знакомы, и они представляют, о чем идет речь. Однако для начинающих эти слова не говорят ни о чем. Шанг-Шунг означает определенное место, страну, которая являлась основным местом распространения учения Будды Тонпа Шенраба. В древние времена Шанг-Шунг и Тибет были отдельными государствами. Они имели общую границу, и многие территории, относящиеся к современной Индии и Непалу, в те времена являлись территорией Шанг-Шунга.

Шанг-Шунг утратил свою самостоятельность во время правления тибетского царя Трисонгдэцэна. Последнего царя Шанг-Шунга звали Лигмигья. Во время войны между этими двумя государствами Шанг-Шунг был захвачен. Большая часть его вошла в состав Тибета, а некоторые территории вошли в состав Индии и Непала. Собственно, много областей, ныне входящих в состав Индии, таких как Кулу, Ладак, Замскар, Пити, Сикким и так далее, в древние времена относились к Шанг-Шунгу. Также и такие земли как Мугу, Тичерон(?), ныне относящиеся к Непалу, были Шанг-Шунгскими.

Считается, что Лигмигья был гораздо могущественнее и сильнее чем Трисонгдэцэн. Но, несмотря на свое могущество, царь Шанг-Шунга погиб, и государство было утрачено.

Бонское Учение, с точки зрения его передачи, делится на несколько видов: устная передача и передача посредством скрытых сокровищ. Например, Шанг-Шунг Мери (Кама – ред.) – устная передача. В свое время в Шанг-Шунге процветало множество учений, но когда страна была захвачена, многие из них подверглись гонениям и были на грани исчезновения. Когда же один из учителей махасиддха Гьерпунг Наджер Лопо с помощью своих магических

сил нанес вред царю Трисонг Дэцэну, тот, в свою очередь, прекратил гонение на бонские учения, поэтому они и сохранились. На тханке Шанг-Шунг Мери есть изображение Наджера Лопо. Он один из учителей преемственности линии божества Шанг-Шунг Мери.

Считается, что Учение Устных Передач цикла Шанг-Шунг Мери обладает огромным благословением, передаваемым в непрерывной линии на протяжении тысяч лет, и, в силу непрерывности, считается особенно важным. Учение Мери относится к разделу Тантры, а к разделу Дзогчен относятся так называемые четыре цикла Устных Наставлений (Кагью Кор Ши). В традиции Бон много разных божеств и йидамов, однако, среди них гневное божество Шанг-Шунг Мери считается одним из самых главнейших. Из-за того, что эти учения были распространены в Шанг-Шунге, названия таковы: Устная Передача из Шанг-Шунга и Шанг-Шунг Мери (учение о божестве Мери). Все последователи Бон принимают Прибежище и обращаются к божеству Мери за Прибежищем, потому что он несет в себе огромное благословение и является владыкой большого благословения. В силу чего все обращаются к нему за опорой и помощью.

Есть несколько коренных текстов практик внутри этого цикла учения, таких как Шанг-Шунг Мери Ньинтиг (то есть, Сердечная Сущность Мери), Мери, не требующий порождения, (то есть садхана мирной формы), гневный Мери, не требующий стадии зарождения, учение о Ламе (Учителе) неразделимом с Тремя Владыками. Существует несколько таких садхан. Итак, у нас в программе завтра посвящение Шанг-Шунг Мери, а в дальнейшем устная передача. Послезавтра огненное подношение Мери Джинсег. Все вышеперечисленные учения и наставления очень важны, их сложно переоценить,- настолько велико их благословение.

Благодаря усилиям организаторов эти события состоятся, и необходимо рассматривать их как редкую удачу, которая, может быть, дается единожды в жизни. Необходимо понимать это и относиться должным образом. Эти обстоятельства чрезвычайно редки, ведь, с буддийской точки зрения, наша страна может рассматриваться как окраинная. Каково определение окраинной, варварской страны? Это место, куда не приходил Будда, место, где Будда не проповедовал свое Учение и где нет его последователей. Если так рассматривать ситуацию, то наша страна обладает этими качествами. Несмотря на это, в силу сострадания Всеведающего Победоносного Будды Тонпа Шенраба Мивоче, благодаря союзу искусных средств и мудрости оказалась возможной встреча с Учением, - то есть был приглашен духовный наставник Бон и есть слушатели, собравшиеся здесь, которые намереваются получить Учение, благодаря чистой мотивации. То, что эта возможность реализовалась, очень важно. Это событие можно сравнить с радугой, цветком утпала, расцветающим один раз в эпоху, когда приходит Будда.

Завтра во время посвящения мы будем обращаться за Прибежищем к собранию божеств Шанг-Шунг Мери. Мы говорим о Трех Владыках – трех основных божествах: о божестве

мудрости Ати Мувер, Валчен Гекке и Кунджиманке. Это три основных божества, являющиеся центром мандалы Шанг-Шунг Мери. Также есть окружение из десяти гневных божеств, они являются опорами Прибежища. Обращаясь к ним за помощью, совершая простираения, поклоняясь им, мы должны взывать от всего сердца. «Взгляните на нас с состраданием!» – так мы просим. Если у нас что-либо не получается, мы просим о помощи и получаем ее. Например, когда болеем, просим, чтобы благословение явилось лекарством, дарующим исцеление.

В целом, Дхарма заключается в выполнении созерцания и практики, от этого зависит обретение благословения. Само же созерцание зависит от нашего настроения и чистоты намерений. Если намерения чисты, вера прочна, и присутствует чистое видение, то, соответственно, насколько они велики, настолько обретаются плоды практики и благословение. Если же наше отношение замутнено и не является чистым, то это влияет на силу благословения. Чем более чисто наше видение, тем больше благословение.

Учения Шанг-Шунг Мери не были сокрыты в качестве клада, а передавались и передаются в непрерывной линии. Почему? Потому что во времена Трисон Децена, в период гонений на учения Бон, одна из жен царя Лигмигья обратилась к Наджеру Лопо, чтобы он сделал так, чтобы важные учения Бон были сохранены. После ее обращения он совершил магический ритуал, создал магическую бомбу (зор – ред.) и наслал проклятие на царя Трисон Децена. В результате чего царь отказался от своего намерения уничтожить Учение. Таким образом, учение Бон было сохранено.

Итак, Шанг-Шунг - это место, где передавалось Учение. Ненгью - это слушание того, что передается устно. Качества этих Учений таковы, что в них открыто показывается обнаженное (прямое) видение прямого осознания истинной природы, содержатся наставления по достижению пробуждения в течение одной жизни.

В прежние времена они передавались устно. Были люди, которые превратно относились к Учениям, критиковали и ругали его и, тем самым, создавали ужасную недобродетель и дурные деяния. Учения передавались тайно от учителя к ученику на ухо, чтобы из сострадания не допустить недобродетельных деяний тех, кто в силу своего неведения их совершает. Почему эти Учения так эффективны и благословенны? - потому что это прямое Учение Кунтусангпо, изначального Будды, и поэтому они недоступны широким массам, не проповедовались всем открыто, и не являются общим Учением для распространения широкому кругу людей.

Сила Учений Шанг-Шунг Ненгью такова, что позволяет за одну жизнь достичь реализации состояния Будды и растворения в Радужное Тело. Если к этим Учениям относиться недолжным образом (дурно), то такое негативное отношение является причиной для рождения в адах и других нижних мирах. Поэтому они и распространялись очень тайно, строго от одного учителя к одному ученику.

Эти учения были проповедованы самим Тонпа Шенрабом Мивоче, преобразившимся в облик Кунтусангпо. Далее они передавались в линии прямой передачи Победоносных от ума к уму. Все последующие ученики вплоть до двадцать четвертого Дава Гьялцена, достигли полной реализации радужного тела. До Дава Гьялцена Учения не были записаны и передавались только на основе собственной памяти и постижения практикующих, т.е. устно. Дава Гьялцен является двадцать четвертым йогином в этой линии, реализовавшим радужное тело. Следующий ученик - это Тапихрица. Мы можем рассматривать его как ученика или учителя этой линии или как Кунтусангпо, разницы нет. Его учеником был Гьерпунг Наджер Лопо. Они вдвоем записали коренные тексты. Созданы и записаны они были Тапихрицей, а комментарий к ним дал Гьерпунг Наджер Лопо. С этого момента началась письменная традиция передачи. В цикле существует призывание Тапихрицы, который, по сути, есть проявление сердца ума Кунтусангпо.

В Традиции среди всех учителей линии преемственности Наджера Лопо и Тапихрицу называют «Две Нирманакайи», два явленных тела, благодаря которым Традиция была записана и передана во благо следующих поколений. В благодарность за это их называют двумя наиболее сострадательными явленными телами. Тапихрица также реализовал радужное тело. Линия преемственности передавалась дальше, и в наше время её держателем являлся Сангье Тензин, коренной учитель Лопона Тензина Намдака, который стал его преемником. Между ними (от двадцать четвертого и до нынешнего держателя линии) были учителя, которые реализовали радужное тело, были не реализовавшие, но линия была передана.

Гьерпунг Наджер Лопо в поисках дальнейшей передачи учений встретил два достойных сосуда: Пава Гьялзиг Сэчуна и Му Цоге. Учения Шанг-Шунг Ненгью передавались через трубочку, похожую на бамбуковую трость (полую внутри), на ухо, настолько они были тайными. Далее из Шанг-Шунга Учение распространилось в Тибет и другие места, возникли разные линии передачи: верхняя и нижняя линия, в зависимости от того места, где они были распространены.

Учения Шанг-Шунг Ненгью можно разделить на два вида: устная передача и передача учений, возникших на основе опыта реализации Учителей. Каждый из Учителей в силу своей практики достиг определенных результатов, и способ этого достижения изложил письменно, – так возникла линия передачи реализации опыта Учителей. Отличие этого Учения от других колесниц заключается в том, что с помощью этих учений можно достигнуть состояния Будды очень быстро. Другие более низкие колесницы, предшествующие учению Дзогчен, такие как учение о Срединности, учение Тайной Мантры, учение Сутры говорят о том, что необходимо практиковать, например, три кальпы для накопления заслуг, а также бесконечное время, чтобы

очиститься от загрязнений и осквернений, в результате это позволяет достигнуть состояния Будды.

Учение Дзогчен Шанг-Шунг Ненгью, основывается на том, что лама с помощью буквы **А** (А) дает ученику ознакомление, введение в природу ума, и тот, концентрируясь, поддерживая осознание истинной природы и следуя далее наставлениям учителя, распознает ее. Вся дальнейшая практика, базирующаяся на пребывании и постижении истинного воззрения, состояния основы, также сопровождается отсутствием привязанности, цепляния за иллюзорность своего тела, а также внешних богатств, имущества и пр. В силу этих причин путь гораздо ближе. Состояние Будды не отдалено, а совсем близко, потому что оно находится в нашем уме, с помощью учений Дзогчен это можно открыть напрямую.

Переводчик: была рассказана длинная история про великого Янгтона (Янгтон Ченпо), у которого было двое учеников: Янгтон Таши Гьялцен и Янгпо Бумти. Вся рассказанная история (про запутанные отношения между дядьями) сводится к простому примеру, что для знания Шанг-Шунг Ненгью необязательно быть очень образованным человеком, даже не обязательно уметь читать, можно и без этого достичь реализации. Например, к йогину Тогдену Вангпо обратился человек с просьбой даровать ему такое учение, чтобы оно было понятно даже ему. Он сказал примерно следующее: «Если дашь такое учение, буду практиковать, а не дашь, то пойду опять грабить и воровать». На что Тогден Вангпо ему ответил: «Я тебе дам такие наставления, которые записываются буквами на листочке бумаги размером с зуб собаки, но их достаточно для того, чтобы достичь состояния Будды. Если сможешь изучить, то такие наставления я дам тебе». И далее дал ему прямое введение, созерцание **А**, лхатонг и так далее, и тот, так и не выучив ни одной буквы, достиг полного пробуждения. Далее он растворился в радужное тело.

Радужное тело означает полное растворение физического тела в свете, за исключением волос и ногтей. Такая реализация возможна потому, что наши тело, плоть, кровь и кости возникают в силу омрачений. Если клеши полностью устранены, то тело растворяется. Один из учеников Шардза Таши Гьялцена по имени Дава Дагпа реализовал радужное тело. Тело его растворилось полностью, остались лишь волосы и двадцать ногтей. Существуют два вида реализации радужного тела: Большой Перенос и Малый. В Большом Переносе тело полностью растворяется, либо растворяется, но волосы и ногти остаются. Малый Перенос же заключается в уменьшении размеров тела. Янгтон Тензин Гьялцен, дядя нашего учителя, также был одним из учеников Шардза Ринпоче и видел реализацию Дава Дагпа. Он отправлялся в паломничество по Тибету и лично получал учения от Шардза Ринпоче.

Среди двух разделов собрания учений, Шанг-Шунг Ненгью относится к Кангьюру, потому что проповедано самим Тонпа Шенрабом, преобразившимся в Кунтусангпо. Есть один большой том учений, - в нем четыре раздела. Соответственно, внешний, внутренний, тайный и сверхтайный. Внешний посвящен утверждению воззрения, внутренний содержит сокровенные тайные наставления, основывающиеся на самом опыте. Тайный раздел посвящен прямому, обнаженному видению изначального осознания, и сверхтайный – утверждению в истинной природе. Для того, чтобы получить эти наставления, сначала необходимо получить посвящение, после необходимо выполнять предварительные практики.

Когда лама Таши прибыл из Долпо в Индию и учился там, он повстречал Сангье Тензина, который сказал, что ламе Таши необходимо (и очень благоприятно) получить эти учения, поскольку он принадлежал к роду Янгтон, и существует прямая взаимосвязь (между его родом и Учением). Поэтому он сказал: «Отправляйся к Лопону Тензину Намдаку, получи у него наставления по предварительным практикам. Завершив, далее вернись ко мне, я дам тебе наставления по пхове (переносу сознания), и, достигнув успеха в этой практике, я передам тебе наставления по природе ума». Получив посвящение, овладев практикой пховы за три дня (были проявлены соответствующие знаки) Ринпоче продолжал практику.

Для раздела Тантры и Дзогчен порядок выполнения практики одинаков. Каково бы ни было учение - обширное или краткое, сущностью его является постижение природы ума, сущности ума. Каждый человек говорит «Я», «мой ум». Но важно узнать, что такое свой ум на самом деле. Все счастье и несчастье, беды и радости возникают из ума, ум творец всего. Если осознать это, то станет понятно, что нашим врагом является ум. Все хорошее и плохое создается на самом деле умом.

Тело и ум связаны. Когда хорошо телу, то и ум гармоничен. В момент смерти мы говорим, что тело умирает, а ум оставляет его. Поэтому важно знать и понимать, что такое ум. Из этого исследования, этого понимания возникает постижение. Реализация радужного тела зависит от постижения природы ума. Это является основанием для всех других практик и самого Плода. Учение Шанг-Шунг Ненгью является полным выражением всех учений Бон, потому что оно позволяет достичь полного растворения физического тела, достижения состояния Будды. Учения настолько велики и важны, что физическое тело просто исчезает как радуга.

Начинаются наставления с того, что надо удерживать свой ум сосредоточенным на букве **А**, и исследовать, что такое сам ум. Если наш ум в момент сосредоточения находится в букве **А**, то где, в какой из частей **А** находится ум – вверху, внизу? У нас есть большая привязанность к чувству «Я», постоянно во всех ситуациях мы говорим «Я», «Мое», «Мне» и

так далее. Например, если кто-то оскорбит нас, мы понимаем, что оскорбили «Меня». Если кто-то обругает, скажет что-то дурное про нас, мы воспринимаем, что «Меня обругали». И, конечно же, это «Я» тут же испытывает гнев.

Так кто же это «Я», которому нанесли оскорбление? С точки зрения Дзогчен, мы должны устранить это «Я», которое является источником гнева. С помощью учения Дзогчен можно достичь этого. Это очень сложно, если учение о природе ума не было даровано и не практиковалось прежде, то сразу постичь это невозможно. Прежде несведущие и малограмотные люди называли великих учителей сумасшедшими. Хотя учителя и прибывали постоянно в истинной природе, но обычным людям это было настолько непонятно, что им казалось, учителя сумасшедшие.

Такие йогины обладали огромной силой, могли беспрепятственно пересекать огромные реки, летать в небесах, проходить сквозь камни, воду. Есть история о великом учителе Лхундруб Мутуре, который благодаря практике Мери обрел огромные магические силы, в том числе и разрушительные. У него был ученик, страдавший от своей мачехи. Ему очень хотелось расправиться с мачехой, настав на нее порчу, и он пришел научиться этому к Лхундруб Мутуру. На что учитель сказал ему:

«Если ты хочешь проклясть, то такого объекта как твоя мачеха не существует. Если хочешь нанести кому-то вред, то сделай это по отношению к собственному уму, ведь он источник твоего желания. Где находится твое желание, кто хочет нанести вред?»

Он ответил: «Тот, кто хочет нанести вред, находится в теле».

«Но если твой ум в теле, а у тела есть запад, восток, верх, низ, голова, руки и так далее, где в теле находится твой ум?»

На основании этого постижения впоследствии ученик отказался от своего дурного намерения.

Итак, для изучения Шанг-Шунг Ненгью самым важным является наставление о природе ума. Наставления о природе ума есть и в разделе Дзогчен, и в разделе Тантры. Что касается Мери, в этом цикле также есть учения о нераздельности проявления облика йидама Мери и истинной природы существования, наставления о единстве искусных средств и мудрости. Для тех, кто хочет истинно практиковать эти учения, понимание всего этого может возникнуть только исходя из личного постижения, личной практики. Наставления учителя подобны указывающему на Луну пальцу, лама дает метод, указание, помогающее понять то, о чем он говорит.

Верный порядок практики таков: сначала выполняются предварительные практики - цикл девятикратного стотысячного накопления (девятьсот тысяч повторений). Если же нет возможности завершить их полностью, то прежде необходимо получить наставления по этим

практикам, далее следует получить введение в природу ума. В ряду предварительных практик первым идет повторение и **созерцание гуру-йоги** для того, чтобы благословение Учителя вошло в нас. После чего выполняются **сто тысяч поклонов (простираций)**, затем **сто тысяч повторений строф Прибежища, Бодхичитты**, далее **стотысячное подношение мандалы**, **стотысячное повторение стослоговой мантры** и **повторение по сто тысяч раз трех сердечных мантр**.

Почему так важны предварительные практики? Их важность можно понять на примере: если мы принимаем пищу, то прежде чем вкусить ее, мы кладем ее в чистую посуду, в чистый сосуд. Предварительные практики являются подготовкой, которая дарует нам возможность для дальнейшей практики шинэ и так далее. Есть три типа мудрости: слушание, размышление и применение. Каждая из них обладает своими полезными качествами и благами. Даже само слушание этих учений обладает огромной пользой. В Учении говорится, что даже слушание этих учений повергает бытие (сансару) в прах. Ознакомление с природой ума является очень важным и, обретя его, необходимо практиковать это постижение.

Для практики Дзогчен важно не изучение, а практика. Есть очень много слов для изучения, можно долго рассуждать и объяснять, но практика является гораздо более важной. Например, когда лама Таши Гьялцен и другие монахи учились у Сангье Тензина Ринпоче, то должны были выполнять по четыре сессии в день, не прерываясь: утром, днем, вечером и ночью. После чтения молитвы гуру-йоги и произнесения благопожеланий хорошо оставаться на какое-то время в созерцании и лучше, если это основывается на понимании природы ума. Оставаясь на какое-то время в состоянии чистоты, ясности и пустоты, мы можем сделать любую практику могущественной и благословенной (потому что, она объединена с созерцанием, постижением).

В Шанг-Шунг Ненгью присутствует Учение о шести светильниках или светочах. Они связаны с видением. Примером их являются масляный светильник, пламя и тому подобное. Например, мы видим эту комнату, этот дом, ограниченными стенами, но во время развития практики видения достигается отсутствие внешнего и внутреннего, достигается отсутствие препятствий. Все видится имеющим одну природу: пустую, беспрепятственную и не подобную обычному видению (посредством зрения). Это видение не связано с физическим глазом. Также есть практика темного ретрита, уединение в темноте. Она должна выполняться исключительно на основании стабильного созерцания трегчо. Например, находясь в темноте, люди закрыты в приспособленном для этого помещении, однако достигают того, что ясно видят происходящее снаружи.

Еще раз хотелось бы подчеркнуть, что получение этих Учений является очень редкой и большой удачей и благословением. Лама Таши еще раз напоминает о том, что получить их не

так легко. Сам Ринпоче будет молиться о том, чтобы в будущем мы смогли продолжить Учение, чтобы возникла возможность слушания, размышления и созерцания драгоценного Учения.

Ринпоче также хотел выразить благодарность всем, кто собрался сегодня здесь. Благодаря их преданности и вере во внутренние буддийские Учения стали возможными Посвящение Шанг-Шунг Мери и Джинсег (огненная пуджа) Мери. Ринпоче еще раз подчеркивает неопределимую важность этих событий и их огромное благословение. Это очень редкое благословение.