

Геше Нима Кунчап.

ОБЪЯСНЕНИЯ ПО ПЯТИ И ВОСЬМИ ФОРМАМ ШЕРАБ ЧЖАММЫ

Москва, январь 5-10, 2007

Транскрипция и редакция Центра изучения религии Бон.

День первый

В целом, надо отметить, что учение и наставления по практике Шераб Чжаммы очень объемное и большое. И сегодня мы рассмотрим основную практику Шераб Чжаммы, которая концентрируется на главной ее форме. Также Геше Ла планирует дать объяснения по практикам пять форм Чжаммы и восемь форм, защищающих от опасностей.

Каковы же эти пять форм?

Первая форма - это основная форма Шераб Чжаммы, расположенная в центре мандалы.

Вторая форма - Табчен Чжамма, Чжамма, связанная с искусными средствами или Чжамма Искусных Средств. Ее местоположение на востоке.

Третья форма - Монлам Чжамма или Чжамма Устремлений - Держательница Небесной Сокровищницы, она расположена на севере.

Четвертая форма - Тукчже Чжамма или Сострадательная Чжамма, находится на западе.

Пятая форма - Чжамма Силы и Мощи или Победительница всего явленного и существующего, расположена на юге.

Надо понимать, что все эти пять форм, в сущности, неотличимы от центральной. Можно сказать, что они являются ее проявлениями, и между ними нет существенных различий, так как это одна сущность, явленная в пяти формах для покорения и подчинения пяти видов омрачений, явленная в качестве противоядий пять ядов. И у каждой из этих форм есть свои собственные характеристики - цвет тела, атрибуты рук, трон, на котором они располагаются. У каждой они собственные, отличные от других.

В целом, пять тел Чжаммы и учение о пяти телах Будды - они такие же, то есть это:

- Тело истинное;
- Тело совершенного наслаждения;
- Тело явленное;
- Тело полного пробуждения;
- Тело совершенной, пробужденной природы.

Итак, Шераб Чжамма в основной форме - это тело истины или Бонку.

На востоке Чжамма великих Искусных Средств - это тело совершенного наслаждения или Дзогку;

На севере Монлам Чжамма, Чжамма Устремлений- это явленное тело, Трулку;

На западе Тукчже Чжамма-тело истинного пробуждения;

На юге Чжамма Силы и Мощи - это тело совершенной исконной природы.

Также существует соответствие между пятью формами и пяти мудростями. Шераб Чжамма воплощает собой мудрость пустоты. Табчен Чжамма восточного направления представляет зеркалоподобную мудрость. На севере Монлам Чжамма соответствует мудрости равенности. На западе Тукчже Чжамма соответствует различающей мудрости, мудрости различения. На юге Чжамма соответствует всесовершенствующей мудрости, мудрости вседостижения.

Таким образом, пять тел, пять семейств и пять мудростей - эти пять проявлений Чжаммы по сути одно и то же, в своей сущности, своей природе они взаимосвязаны. До этого момента пять проявлений объяснялись в аспекте плода.

Для рассмотрения же с точки зрения причины, также выделяется следующий набор: пять совокупностей (скандх), пять ядов и пять великих элементов.

Соответственно, пять совокупностей:

- 1) совокупность сознания
- 2) совокупность форм
- 3) совокупность формирующих факторов
- 4) совокупность чувств
- 5) совокупность различения.

И надо понимать, что эти пять совокупностей формируют наше тело, то есть наше собственное обычное тело и его восприятие состоит из этих пяти факторов, и в свою очередь ему соответствуют пять семейств.

Пять совокупностей связаны с пятью ядами (омрачениями), это:

- 1) гнев;
- 2) неведение;
- 3) гордость;
- 4) страстная привязанность;
- 5) зависть.

Это исконная взаимосвязь, связанная с 5 совокупностями. Также говорится о внешних и внутренних элементах, таких как плоть, кровь, жар, ветер и дыхание, соответствующих пяти элементам - земле, огню, ветру, воде и пространству.

Наверное, сложно все это запомнить, и если объяснять, то это довольно обширные наставления. Поэтому мы приготовим схему. Между этими пятерками есть очень ясная взаимосвязь. И, соответственно, наше тело формируется из внутренних элементов, как мы

упоминали: плоть, кровь, тепло и т.д. И есть внешние элементы, - то, как из них формируется человек и существование, также имеет своё объяснение.

В дальнейшем объяснении 5-ти совокупностей говорится, что в целом это собрание 5-ти совокупностей формирует собой существование, связанное с омрачениями, загрязненное сознание. Главная из совокупностей - это сознание. Она означает ум, некую способность к осознанию,- все это в данном случае обозначается совокупностью сознания. И это же сознание можно назвать неведением, заблуждением, незнанием, потому что вплоть до достижения состояния пробуждения, предшествующее ему состояние сознания равнозначно неведению. То есть с того момента, как отцовский и материнский элементы объединились и дали начало формированию нового тела, далее привлекается и входит сознание, и после определенного периода развития появляется новое существо. Соответственно, все это время сознание омрачено неведением и существует определенная, неразрывная связь между тем, что мы называем сознанием, и неведением, фактором незнания и заблуждения.

Сознание среди внешних (или великих) элементов, соответствует элементу пространство, которое, в сущности, схоже с пустотой. Его сущность - пустота, пустое пространство. В практике Шераб Чжаммы говорится, что сознание (элемент пространства) символизирует кристалл, потому что кристалл является чистой, прозрачной субстанцией, которая ясна сама по себе и снаружи и внутри и настолько прозрачна, что можно говорить об отсутствии препятствий и деления на внутреннее и внешнее. В целом, в общих учениях, элементу сознания соответствует пространство, пустое пространство, в учениях же Шераб Чжаммы оно символизируется кристаллом. И далее говорится, что, вытекая из связи совокупностей элементов и ядов, в данном случае, основываясь на сознании, исходя из него, формируется такое омрачение как гнев. Существует много видов гнева, есть объяснения и классификация и так далее. Не вдаваясь в подробности, которые достаточно велики, сущностью гнева, определяющим его качеством является чувство недовольства, отвращение и неприятие чего-либо отличного от нас, чего-либо, что не нравится нам. Это является определением тех омрачений, которые связаны по своей природе с гневом. Различение себя и другого, переживание неприятных чувств, раздражения и неприятия чего-либо, кого-либо,- это все гнев. Соответственно, с точки зрения практики, способом борьбы с гневом является созерцание Шераб Чжаммы, а именно развитие любви и сострадания, созерцание чувства любви по отношению ко всем живым существам. Итак, любовь и сострадание являются противоядием к омрачению гневом. Однако созерцание обратного состояния, несомненно, помогает нам, но не дает избавиться, пресечь в корне возникновение гнева. С помощью лишь созерцания любви не достигается избавления от гнева, нет такой возможности. Абсолютным же средством, ведущим к полному избавлению от гнева, является созерцание мудрости пустоты. Соответственно, эта совокупность сознания, гнев и мудрость пустоты являются взаимосвязанными между собой. И, исходя из созерцания пустоты,

можно добиться полного прекращения гнева, его преобразования. Мудрость пустоты и гнев являются, соответственно, средством и объектом, против которого оно направлено. И как развивается мудрость пустоты? Через созерцание пустоты. Выделяют два способа созерцания. Мы говорим, что есть способ созерцания пустоты, как он объясняется в учении о срединности Мадхьямики, там предлагаются свои системы созерцания и т.д. Другой способ – это созерцание пустоты согласно Тантре и Дзогчен. Эти два способа, совершенно отличны, хотя и называются одинаково, - созерцание пустоты. Говорится, что созерцание пустоты в Тантре и Дзогчен не является легким занятием, это сложно и в качестве помощи для тех, у кого способности меньше, необходимо опираться на учение о срединном пути. И, опираясь на это, далее переходить к более сложным, возвышенным системам созерцания. В начале, в качестве подспорья для тех, кто хочет этим овладеть, необходимо изучать то, как объясняется и созерцается пустота в учениях о срединности. Сейчас мы не будем рассматривать то, как в Мадхьямике объясняется пустота, это не тема нашего занятия. Мы рассматриваем практику Шераб Чжаммы, которая относится к классу Тантр, и здесь пустота объясняется согласно учению об Основе всего, изначальной основе. И каково же воззрение? В данном случае, согласно практике Шераб Чжаммы, а также учению Тантры и Дзогчен, говорится, что воззрение пустоты - это нераздельное единство ясности и пустоты, их нераздельный союз. Говорить об этом может быть не так сложно, однако постичь на собственном опыте гораздо сложнее, и это именно то, что требуется в данном случае. Нераздельность ясности и пустоты необходимо испытать самому и развивать в собственной практике, потому что будды и наставники объясняют способы постижения, поскольку это состояние является невыразимым и неопишуемым. Достижение более возможно лишь на основе собственной практики, достижения и понимания, собственной реализации. Можно использовать следующий пример. Например, есть такой человек, который ни разу в жизни не пробовал ничего сладкого. Такому человеку можно долго, много часов или целый день объяснять, что же такое сладкий вкус, показывать ему различные формы, что сахар выглядит так, а патока вот так, что есть много других видов сладостей. Однако сколько бы мы ни говорили ему об этом, конечно, определенная информация до него дойдет, но пока он сам не попробует сладость на вкус, невозможно ему объяснить, что это такое. Это пример для понимания различия слов и собственного постижения.

Поэтому, возвращаясь к предмету нашего разговора, говорится, что противоядием для гнева является мудрость пустоты, и для того, чтобы эту мудрость развить, необходимо постичь пустоту, истинную природу ума, единство, неразрывный союз проявления и пустоты. И так можно говорить долго, но в данном случае долгие разговоры не принесут большой пользы без собственного понимания, возникающего из опыта. Постигание этой истинной природы непростое дело и для начинающих этому предшествуют множество разделов практик, такие как предварительные практики, начинающиеся с принятия прибежища и зарождения бодхичитты

и.т.д. Когда они выполнены и достигнуты плоды, далее наступает время основной части, в ходе которой используется буква «А» и сосредоточение на ней. Тогда учитель дарует ознакомление с истинной природой ума и, основываясь на этом, ученики обретают переживание, понимание истинной природы и далее развивают, совершенствуются в этой практике. Соответственно, те начинающие, кто не получили прежде таких учений, в будущем необходимо пройти через это, найти такую возможность.

И если вкратце рассмотреть, что же такое природа ума? Говорится, что есть живые существа, наделенные умом, и есть будды. Отличие между ними лежит в этом самом уме, или сознании, которое присутствует во всех живых существах. Природа его такова, что сознание постоянно рождает новые состояния ума, концепции, из него постоянно возникают умопостроения, связанные с омрачением пяти ядов, трёх ядов. Однако, если ум устремится обратиться сам на себя, во внутрь и узрит собственную природу, то все эти омраченные состояния ума постепенно исчезают и растворяются, подобно тому как облака растворяются в небесах. Когда достигается процесс полного растворения, избавления от всех этих концепций и заблуждений – это мы и называем состоянием Будды, то есть того, кто очистился полностью. И до тех пор, пока все эти грубые и тонкие заблуждения ума не очищены полностью, говорится, что мы и относимся к живым существам, которые пребывают в сансаре, в круговерти жизни и смерти. И в молитвах мы просим постичь свой собственный ум, чтобы ум постиг сам себя. Но здесь не имеется в виду какой-либо анализ. В этом случае смысл заключается в том, что в природе ума присутствует исконный врожденный аспект ясности. Когда мы постигаем его, он раскрывается перед нами, - это и называется введением в природу ума, постижением собственной природы Будды.

Соответственно, те, кто постиг эту природу ума, знают ее после того, как она раскрыта. Мы помним, что природа ума - это пустота, что ум пуст по своей природе. Соответственно, знающего это мы называем постигшим исконную врожденную мудрость самоосознания. Если мы – самовозникшая мудрость, то объектом постижения является Дхармакайя или тело истины Бонку. И это все в контексте пяти тел Шераб Чжаммы относится к центральной главной форме, находящейся в центре.

Пока мы рассмотрели центральную фигуру, а именно: совокупности, элементы, яды, омрачения, мудрости, противоядия, тело Будды, формы в мандале. Столь же подробно, как и для центральной формы Шераб Чжаммы, можно рассмотреть все остальные четыре формы. Однако в силу того, что учение предназначено для начинающих и целью его является практика, то основным предметом, о котором бы хотел рассказать Геше Ла, в первую очередь, будут наставления по созерцанию Шераб Чжаммы, основной ее формы и пяти составляющих, которые мы только что рассмотрели. Именно это и будет полезным.

Вчера Геше Ла объяснил, как выполнять практику Шераб Чжаммы. Сегодня мы начнем с того, что сделаем её все вместе. Геше Ла напомнит, прояснит то, что было дано вчера. В целом, какова бы ни была практика, в начале ее следует принять прибежище и зародить бодхичитту. И сейчас Геше Ла прочтёт эти строфы, а всем надо зародить соответствующее намерение принятия прибежища, направив на это ум. Далее, мы созерцаем зарождение бодхичитты, пока Геше Ла зачитывает соответствующий текст. Что касается строф текста, содержащихся в обращении за прибежищем и развития бодхичитты, не столько важно само зачитывание, сколь важно породить в уме это намерение. Важно несколько минут перед практикой созерцания посвятить устремлению, - сначала принять прибежища, далее зародить мотивацию бодхичитты. Какой-либо текст зачитывать не обязательно. В принципе, все тексты ритуалов предназначены для напоминания и освежения в памяти тем, которые мы должны созерцать. Потому что, если у нас есть слова, объясняющие и выражающие основные положения практики, то, зачитывая их вслух, мы тем самым напоминаем себе о них. Когда мы формулируем, даем четкое определение слов, то нам легче на них сосредотачиваться. Для этого и предназначены тексты ритуалов.

Далее, мы выполняем девятиричное дыхание, а затем выполняем все вместе созерцание Шераб Чжаммы.

Возвращаясь к учению о пяти семействах Шераб Чжаммы, мы говорим, что есть пять тел, пять мудростей, пять ядов, пять элементов, и все они взаимосвязаны. В целом, эти учения являются достаточно глубокими и непростыми. Конечно, для людей с большим опытом практики и получавшим подобного рода наставления, это будет более доступно. А для начинающих это сложно, потому что это очень глубокие наставления. Ранее мы рассмотрели омрачающий аспект, связанный с гневом, сегодня обратимся к следующим.

Неведение. Из великих элементов ему соответствует земля, внутренний элемент - это человеческая плоть (и можно сказать, что чем больше человек, тем больше у него неведения). В целом, олицетворением неведения считается свинья, - мы знаем, что она очень жирная. Геше Ла говорит, что он достаточно полный человек и у него, наверное, много неведения. Среди пяти совокупностей (скандх) неведению соответствует совокупность формы, и прямым выражением того, что относится к форме, является наше материальное тело, состоящее из плоти и крови. И противоядием, средством избавления от неведения, является зеркалоподобная мудрость. Каково значение зеркалоподобной мудрости? Чтобы понять это, необходимо рассмотреть зеркало и отражение. Например, качества чистого зеркала таковы, что оно отражает любые формы, предстоящие перед ним. При этом, например, если человек смотрит в зеркало и видит свое отражение, то он, на самом деле, не присутствует в зеркале, в нем есть только отражение его

облика, его формы (хотя с виду может казаться, что это истинно присутствующий человек). Природа зеркала такова, что оно позволяет отражать всевозможные проявления. Также и зеркалоподобная мудрость означает, как мы говорили, что изначальная основа является единством пустоты и ясности. И что, каких бы существ мы ни рассматривали, - будь это живые существа, или вселенная, в которой они обитают, или всевозможные состояния ума, – все это подобно отражению в зеркале. Возникнуть и проявиться им дает пустая сущность ума. Однако, проявляясь, они не имеют истинной природы и не существуют на самом деле. В силу своего омрачения, мы навязываем этим отражениям существование, цепляемся за них как за истинно существующих, подобно тому, как маленький ребенок, увидев отражение в зеркале может подумать, что реальное существо находится перед ним. Сущность зеркалоподобной мудрости заключается в том, что все проявления иллюзорны по своей природе, не имеют истинного существования и подобны отражениям в зеркале, хотя и являются аспектом ясности, возникающего из основы. Всевозможные формы, цвета, запахи, вкусы, все проявления органов чувств подобны по своей сути отражениям в зеркале.

Как связано неведение и зеркалоподобная мудрость? Мы говорим, что она является противоядием для устранения неведения, а неведение заключается в не постижении аспекта ясности, возникающего из пустоты. Соответственно, возвращаясь к примеру с зеркалом, если есть зеркало, оно способно давать идеальное отражение того, что перед ним находится, но если зеркало грязное или пыльное, то и отражение становится нечетким. При этом внутри природы зеркала нет ни пыли, ни грязи, но из-за внешних условий оно не способно отражать верно. Также и природа нашего ума с точки зрения Тантры и Дзогчен, чиста и незапятнанна, не омрачена ничем. Но в силу непрерывного возникновения концепций, умопостроений, заблуждений, клеш и ядов нам кажется, что она сокрыта. Распознавание зеркалоподобной мудрости и устранение неведения подобны очищению грязи и пыли с зеркала. На уровне тел Будды зеркалоподобная мудрость соответствует телу совершенного наслаждения, – это аспект ясности, не имеющий загрязнений и омрачений. Что касается практики, то она ведет к тому, что наше тело формы очищается, преобразуется, и достигается тело чистой эссенции, чистой сущности. В мандале это соответствует Чжамме Искусных Средств.

В целом, стоит отметить, что это поверхностное объяснение, потому что объяснение во всех подробностях занимает очень много времени.

Гордость. Омрачение гордости означает, что какие-то собственные малые способности мы превозносим, считаем себя наивысшим, наилучшим, а достоинства других принижаем. Я самый лучший, я – самый сильный и так далее – это и есть гордость, то есть неправомерное возвышение себя, своих малых достоинств. Среди внешних элементов с гордостью связан ветер, а среди внутренних, в мандале тела – дыхание. Противоядием гордости в нашей практике является мудрость равенности. Среди совокупностей – это совокупность формирующих

факторов. На уровне Сутры, воззрения Мадхьямики, говорится о единстве двух истин: абсолютной и относительной. В данном случае речь идет о равенности двух аспектов: аспекта проявления и пустоты. Утверждается, что они не есть нечто раздельное, но совершенно единое, неразделимое. Пустота позволяет возникать всем явлениям. Мудрость равенности и означает это единство, единую сущность проявлений и пустоты. Можно также использовать пример зеркала. Если мы видим отражение в зеркале, то зеркало и то, что оно отражает, неразделимы. Зеркало само позволяет возникнуть данному отражению. Эта их нераздельность подобна мудрости равенности. Все, что проявлено, пусто по своей природе. Однако где же оно проявляется? Оно проявляется в пустоте. Равность означает единство пустоты и проявления. Гордость – это превознесение себя и принижение других. Но от созерцания мудрости равенности, равной природы, возникает понимание того, что мы неразделимы со всеми другими. И это понимание побеждает заблуждение отличия себя от других. На уровне тел Будды, мудрость равенности проявляется в виде явленного тела, и в мандале соответствует Чжамме Молитв, Устремлений и Благопожеланий – Монлам Чжамме.

Страстная привязанность. Вообще, существует много видов страстной привязанности. Они различаются по силе, объектам. Например, я считаю, что эта чашка очень красивая, она мне нравится, я о ней вспоминаю, хочу ей обладать, и у меня появляется привязанность к этой чашке. Это один из видов привязанности.

Множество объектов порождают привязанность, - например, родители, дети, мужчины, женщины, друзья и так далее. Когда мы говорим о привязанности, часто имеется в виду страсть мужчины к женщине (или наоборот), но это лишь один из ее видов. Любой объект, который нам нравится и рассматривается нами как наилучший, к обладанию которым мы стремимся, вызывающий нашу жажду и привязанность, - это также связан со страстной привязанностью. Объектов ее - великое количество. Например, считать, что мой отец самый лучший, или что мой друг самый лучший и так далее, – все, что вызывает такие сильные чувства, - все это является проявлением разной степени привязанности. Конечно, живя в сансаре, до тех пор, пока мы не достигнем полного пробуждения, нам необходимо множество вещей, необходимо поддерживать различные отношения и так далее. Людям нужны и друзья и близкие. Если они не монахи, то нужны супруги и дети. Это вполне естественный ход вещей, но важно всегда знать меру, и на определенном этапе уметь сказать – хватит, достаточно.

Привязанность не должна выходить за границы. Геше Ла говорит, возможно, вы сами лучше знаете о примерах страсти, о том, как они разрастаются. Например, у человека есть дом или квартира, и ему этого вполне достаточно для проживания. Если есть две квартиры, то вторую он может сдать другим, чтобы у него было больше денег. А когда деньги приходят, то он начинает думать о третьей, - и так может и до ста квартир не успокоиться. Может быть, в данном случае и одной квартиры хватит, если есть условия для проживания. Также и с деньгами,

богатством. Когда их нет, то, получив сто долларов, испытываем удовлетворение. Но если есть сто, начинаешь думать, как сделать тысячу. Тысяча появилась – думаешь о десяти тысячах, потом о ста тысячах, потом о миллионе. Некоторые знают меру, у них возникает понимание, что достаточно и не стремятся к большему. Другие же до самого последнего вздоха этой жизни гонятся за тем, чтобы получить все больше и больше.

Другой пример,- это конечно, не тема для монаха, но во время объяснения Дхармы это допустимо, – это сексуальные страсти у людей. Вполне нормально, когда кто-то имеет подругу. Но мы знаем, что некоторые не ограничиваются одной подругой, заводят вторую, третью и готовы с десятком иметь отношения. Или заводят отношения с замужними женщинами. Всё это не является с точки зрения Дхармы добродетелью, наоборот это относится к недобродетели, к извращенному, неверному поведению.

Что же касается практики, то противоядием против страстной привязанности является разделяющая мудрость или мудрость, постигающая все по отдельности. Внешний элемент – огонь, внутренний элемент – жар тела. Как мы знаем, некоторые люди очень горячи. И горячи они потому, что у них много огня, страсти у них пылают, не так (Геше Ла смеется)? Среди совокупностей страстная привязанность соответствует совокупности ощущений. Каково же определение разделяющей мудрости? Если грубо, то это различение двух видов истин: абсолютной и относительной, аспекта проявления и пустоты.

Дополнение 1 (ред.). Таблица соответствия пяти формам Чжаммы.

འཇིགས་ལྗེ། Пять семейств	སྐུ་ལྗེ། Пять Тел	ཡེ་ཤེས་ལྗེ། Пять Мудростей	སྣང་བོ་ལྗེ། Пять Скандх	དུག་ལྗེ། Пять ядов	འབྲུད། Великие элементы	ཁམས། Малые элементы
ཤེས་རབ་ བྱམས་མ། Шераб Чжамма	བོན་སྐུ། Дхармкайя	སྣོང་ཉིད་ཡེ་ཤེས། Мудрость Пустоты	རྣམ་ཤེས། Сознание	ཞེ་སྣང་། Гнев		
ཐབས་ཚེན་ བདེར་སྐྱོལ། Табчен Дердол	རྫོགས་སྐུ། Самбхогакайя	མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས། Зерцало- подобная Мудрость	གནུགས། Форма	གཉི་སྤྲུག། Неведение	ས། Земля	ག། Плоть
ནམ་མཁའི་ མཛོད་འཛིན། Намке Дзодзин	སྐུལ་སྐུ། Нирманакайя	མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས། Мудрость Равности	འདུ་བྱེད། Формирующие факторы	ང་རྒྱལ། Гордость	རྩུང་། Ветер	དབུགས། Дыхание
ལྷགས་རྗེ་ བྱམས་མ། Тукдже Чамма	མངོན་བྱང་སྐུ། Абхисам- бодхикайя	སོར་རྟོགས་ཡེ་ཤེས། Разделяющая Мудрость	ཚོར་བ། Ощущения	འདོད་ཚགས། Страстная привязанность	མེ། Огонь	རྩྏ། Тепло
སྣང་སྤྱིད་ཀུན་ གྲགས། Нангси Кундрак	ངོ་བོ་ཉིད་སྐུ། Свабхавика- кайя	བྱ་སྤྲུབ་ཡེ་ཤེས། Мудрость Всеисполняю- щая	འདུ་ཤེས། Различение	ཕྲག་བྱོགས། Зависть	ལྷ། Вода	ཟླ། Кровь

Дополнение 2 (ред.). Таблица соответствия восьми направлений и плотных органов.

གས། Восток	བྱང་གས། Северо- Восток	བྱང་། Север	བྱང་རུབ། Северо- Запад	རུབ། Запад	རྫོ་རུབ། Юго- Запад	རྫོ། Юг	རྫོ་གས། Юго- Восток
མཚན་བ། Печень	སྐྱོ་བ། Легкие	གསང་བ། Тайное	རྩུ་མ། Кишечник	སྤྱི་བ། Сердце	མཁའ་མ། Почки	སྐྱོག་རྩ། Канал Жизненной силы/Аорта	མཚན་བ། Селезенка

Объяснение практики восьми форм Шераб Чжаммы.

Мы рассмотрели пять форм Шераб Чжаммы, которые являются воплощением ее тела. Далее идут восемь форм, защищающие от страхов и опасностей и являющиеся воплощением ее речи. В целом, существует восемь глубоких и обширных коренных садхан, посвященных каждой из этих форм, являющиеся отдельными практикам. Сегодня мы рассмотрим более простой и ясный способ созерцания каждой из них в достаточно удобном виде. Существует очень большой (более шестисот страниц) текст, основные пункты которого Геше Ла расскажет.

Итак, из восьми страхов и опасностей, **первый – страх опасности от врагов**. Цвет тела Чжаммы, защищающей от такого страха, желто – красный. В правой руке Шераб Чжамма держит аркан сострадания, а в левой - исполняющую желания драгоценность. Существует много видов врагов, как, например те, кто может угрожать одному человеку, десяти, ста и так далее. Здесь же рассматривается форма Чжаммы, связанная с Такла Мебаром, - известным бонским учителем и мастером прежних времен. Известно, что существует йидам и божество с таким именем, и был практикующий с таким же именем, с ним связана данная садхана. Сказано, что было четыре вида демонов, наносивших большой вред как живым существам, так и Учению в целом. Они были покорены определенной формой Шераб Чжаммы, обращение к которой и совершил Такла Мебар. Такла Мебар пребывал в созерцании для того, чтобы подчинить всех врагов и препятствия. Однако ему не удалось достигнуть полного подчинения, и некоторые злобные существа, демоны не были покорены силой его созерцания. Тогда Шераб Чжамма, узрев это, предсказала ему, что если делать практику не должным образом, то, сколько бы лет ни посвятить этой практике, – результата всё равно не будет, и даровала ему пророчество с учением по циклу Пурбы. И в силу осуществления практики Пурбы ему удалось достичь покорения демонов и врагов. То проявления Шераб Чжаммы, которое помогло ему, и есть форма Чжаммы, защищающая от врагов. Во всех практиках и коренных текстах присутствует Докпа – ритуал отбрасывания. Соответственно, в тех случаях, когда мирным способом не удастся устранить препятствия и врагов, практикуется гневная форма божества. И с помощью ритуала отбрасывания избавляются от препятствий, уничтожая их. В данном случае мы говорим о форме Шераб Чаммы, защищающей от опасности врагов, и есть такой ритуал как отбрасывание врагов с помощью этой особой формы Шераб Чжаммы.

Итак, существует много видов врагов. Мы говорим о врагах, как о конкретных людях, обладающих телами, так и о существах, не имеющих физической формы. Также мы можем считать врагами различные болезни, и сила пяти элементов, например, таких как ветер, огонь и

так далее, в определённой ситуации, может быть разрушительна для нас. Средством избавления являются ритуалы отбрасывания – Докпа, присутствующие в циклах учений разных йидамов, и в данном случае мы говорим об отбрасывании врагов с помощью созерцания формы Шераб Чжаммы, называемой защитницей от страха врагов.

Вторая из восьми форм, - Чжамма, защищающая от злых чар, колдовства и черной магии. Она белого цвета, в правой руке держит зеркало, в левой руке – четки. Видов чар множество, в зависимости от того, каким образом они насылаются, есть проклятия при помощи мантр, определенных злых пожеланий и так далее. В Непале это распространено, причем чаще всего подобным колдовством занимаются женщины: проклятия насылаются через пищу или через насекомых, которые поражают людей. Также и те, кто обладают реализацией в Тантре, могут разными способами применить свои чары, используя торма или мантры. Бывало, что проклятия и чары насылались одним ламой на другого в силу личных конфликтов, или чары насылались на представителей других учений, – с помощью приготовленных гневных торма треугольной формы красного цвета, в которые втыкались иголки, гвозди, веточки определенного растения. Все это «благословлялось» в пещере гневного вида (треугольной) с помощью особой садханы. Иногда на это уходили годы, и знаком реализации того, что сила, наконец, обретена, являлось то, что торма поднимались над землей, возникал огонь, после чего лама кидал торма в сторону врага. И с ревом, подобно ракете, торма летело, чтобы поразить врага. Сам Геше Ла этого не видел, но часто слышал такие истории, которые также встречаются и в некоторых текстах.

Есть ещё и такой способ расправиться с врагом как отравление ядами. Например, в провинции Конг-по в Тибете, есть люди, из поколения в поколение использующие яды, чтобы отравить других. Это тоже вид злых чар. Существует известный конгпосский медный яд: в каком – либо уединенном месте, например, в комнате, подвешивается свежее вынутая печень овцы или яка, а снизу под ней находится на тарелке порошок меди, и капли крови, падая из печени, смешиваются с порошком меди. Его выдерживают год или два, после чего получается очень сильный яд. Итак, с формой Чжаммы, защищающей от злых чар, связана определенная садхана и существует способ отбрасывания злых воздействий с помощью этой садханы.

Третья форма Чжаммы защищает от опасностей прекращения рода. Мы касались этого разъяснения прежде. Здесь имеется в виду, например, продолжение рода большого ламы, получение благословений на продолжение его рода в будущем. Историй, преданий, связанных защитой от опасностей пресечения рода, существует немало. Насколько Геше Ла знает, у него на родине в Индии, в Азии, широко практикуется защита от прекращения рода. Причем продолжение рода рассматривается со стороны мужской линии, то есть со стороны отца. Есть два вида практикующих: монахи и нагпа. Нагпа, практикующие Тантру, обладают семейством. Так что если у них не родился сын, они не могут передать свой род дальше. В прошлом, да и ныне в

царских династиях и знатных семействах отсутствие наследника являлось причиной больших беспокойств, страданий. В общем, это представляло определённую опасность и страдание. И если у великого практикующего нагпа не родился сын, то была необходимость как-то осуществить продолжение рода. Рассматриваемая нами форма Шераб Чжаммы служит именно этим целям, и защищает от опасностей, связанных с отсутствием продолжения рода, и способствует появлению на свет сыновей, продолжателей рода. Было много случаев, когда у царя, правителя, нагпы не рождались сыновья, они обращались к практикующим эту форму Чжаммы. Благодаря благословию практикующих, на свет появлялись продолжатели рода.

Одна из историй такова. В прошлом, у одного из царей Тазига по имени Тамсен Хипан не было детей. Была опасность, что с прекращением династии страна развалится, ее захватят соседи и так далее. Однажды царь повстречал одного из великих учителей, достигшего реализации Шераб Чжаммы и обратился с просьбой помочь ему в продолжении рода. Учитель пообещал ему, дав клятву, что в силу реализации Шераб Чжаммы сможет помочь ему, и у него появится сын, который станет его наследником. Так на свет появился Гьялшен Милу Самлек, сын царя, родившийся благодаря благословию одного из великих практиков Шераб Чжаммы. Сам Гьялшен Милу Самлек находится в линии учителей Бон и, в частности, считается одним из самых высших и великих практиков Тантры Магью.

Вторая история связана с третьим царем Тазига, у которого было сто восемь жен. Самая младшая из жен, не имеющая влияния на царя, никак не могла дождаться его благосклонности. Соответственно, если нет близости, то нет и потомства, и она была очень опечалена этим. Однажды она повстречалась с одним из практиков Шераб Чжаммы по имени Дэва Юндрунг. Йогин спросил ее, чем же она так опечалена, в чем причина ее расстройства. Царица поведала ему, что царь ни разу не одарил ее близостью, потомства она подарить ему не может, и именно в этом и заключается ее печаль. На что йогин пообещал ей помочь и дал пилюлю, благословленную практикой Шераб Чжаммы. Ты должна постараться, чтобы царь съел эту пилюлю, и тогда он возжелает тебя, и у тебя будет потомство. Поскольку положение юной царицы было совсем бесправное, то возможности дать съесть пилюлю царю не представилось. Тогда она завязала пилюлю в ткань и стала носить ее с собой на веревочке. Однажды, когда царевна была у источника воды, пилюля упала в воду. Девушка очень расстроилась, что потеряла пилюлю. В ту же ночь ей приснился сон, что к ней пришел царь, и они были близки. Царь был совсем как живой. Через девять месяцев и девять дней у нее родился ребенок. Царь пришел в ярость, узнав о случившемся. Он сказал, что это не его сын, и приказал убить его. На что царица поклялась ему, что никогда ни с кем не встречалась. И рассказала про сон, в котором у неё с царём была близость. И что кроме этого сна у неё ничего ни с кем не было. Царь ей не поверил. Но как мы помним, пилюля упала в источник. И тогда из этого родника возник наг, пришел к

царю и сказал, что тот должен признать ребенка своим сыном, и что это принесет большое благо не только царю, но и всему царству. И только после этого царь поверил в эту историю.

Похожих историй много. Сейчас, в наши времена, в царских династиях и семьях лам такой опасности не существует, и нет разницы, сын рождается или дочь. Но в прежние времена, происхождение человека, его кастовая принадлежность или род считались очень важными. Принадлежность к тому или иному роду в те времена считалась очень важной. Ведь, как правило, все накопленное семьей переходило и переходит к сыну. Дочь же ничего не получает, она выдается замуж, и уходит в другую семью. Соответственно, если не рождается сын, люди молятся Чжамме, воздвигают статуи и так далее. Если в семье много сыновей, то все имущество достается старшему сыну, дочери же ничего не достается. Если нет сыновей, и все накопленное может быть утрачено, то это считается дурным знаком. Поэтому люди предпринимали усилия, чтобы родился наследник. В Непале к этому относятся очень серьезно, и этой традиции следуют. Россия большая страна, и Геше Ла считает, что в удаленных районах, например, в деревнях, наверное, тоже существует такая традиция. В общем, если у кого-то есть такая проблема и нужен сын, то существует особая форма созерцания, молитвы, за которыми обращаются к ламе, и все они связаны с формой Шераб Чжаммы, защищающей от опасности прекращения рода. Также Геше Ла знает много историй, про людей, у которых после многих лет совместной жизни в браке не было детей, и после получения наставлений о созерцании формы Шераб Чжаммы, после воздвижения ее статуй и совершения ритуалов в монастыре, они, наконец, обретали потомство.

Четвертая форма – это форма, защищающая от опасностей, связанных с нагами. Источником этих учений является Лудруб Еше Нингпо, первым достигший благословения практики. Существуют различные виды нагов, например, черные наги – низшая каста неприкасаемых, являющиеся источником многих бед. Они насылают различные беды - болезни и препятствия. Однажды Лудруб Еше Нингпо покорила могущественного черного нага, причинявшего много несчастий живым существам. Основываясь на практике Шераб Чжаммы, йогин сковал его обетами.

В целом, есть два основных способа избавления от опасностей, связанных с нагами: отбрасывание с помощью гневных сил, либо мирное отбрасывание вреда. Мирный способ избавления от проблем с нагами заключается в таких практиках, как зачитывание текстов, подношение торма нагам, подношение санга. Выполняется обильное подношение даров нагам, что приводит к их умиротворению нагов. Если же мирная практика не помогает, обращаются к гневной. Это созерцание пламенного гневного йидама Гаруды.

Проявление Шераб Чжаммы, защищающее от опасностей и вреда, связанных с нагами, сине – черного цвета. В правой руке она держит змею, в левой - сосуд. Геше Ла знает много историй про нагов, имеет личные переживания того, какие воздействия наги оказывают, как

проявляются болезни, насылаемые ими. И лично практиковал созерцание Гаруды как противоядие.

Пятая форма Чжаммы связана с защитой от еретиков и иноверцев. К ним мы относим тех, кто придерживается учений противоречащих внутренним истинным учениям Бон, тех, кто в силу своих воззрений дурно относятся к Учению и пытаются отвергнуть, уничтожить его и так далее. Много историй, связанных с этой формой Чжаммы, касаются одного из великих учителей прошлого - Дренпа Намкха, который жил во времена первого царя. В это время было много опасностей связанное с опасностью от иноверцев и тех, кто следовал ложным учениям. Обращаясь к Шераб Чжамме, он смог добиться реализации практики и отбросить вред, исходящий от еретиков.

Когда мы говорим об иноверцах, то не имеем в виду всех представителей других религий. Мы подразумеваем тех, кто в силу своего дурного воззрения агрессивны, кто утверждают, что внутренние учения не являются истинными, что совершенное воззрение является ложным, а также, что чистое поведение практиков внутренних учений не является таковым (чистым). Оставаясь на таком пути, эти люди погрязают в злодеяниях, противятся добродетели, не раскаиваются. Когда мы говорим об опасностях, исходящих иноверцев, мы имеем в виду именно таких людей, а не всех последователей других религий.

Можно привести такой пример. Когда родители отправляют ребенка учиться в школу, то советуют ему дружить с хорошими, достойными людьми и сторониться плохой компании. Почему это так? Потому, что если их ребенок пребывает в достойной компании, то это определит его положение в будущем в лучшую сторону, и, соответственно, если он находится в плохой компании, это может увести его на дурной путь. Родители произносят благопожелания, чтобы их ребенок встретил достойных людей, хороших друзей и подруг. Подобным образом, защита от иноверцев заключается в благом пожелании о том, чтобы нас окружали люди, следующие духовному пути, Дхарме. Если же нас окружают бездуховные людьми, то и сами мы становимся неспособными к духовному развитию, к тому, чтобы развивать в себе лучшие качества.

Другой пример. Если мы занимаемся бизнесом, то нам необходим хороший, надежный партнер, и, сотрудничая с ним, мы достигаем успехов. Когда мы ищем защиты у этой формы Чжаммы, что защищает от иноверцев, мы просим защитить нас от людей, ведущих в пропасть, ведущих к ложным взглядам и ценностям. Например, читая прибежище, мы принимаем его и в Общине практикующих Бон – в Собрании Благородных Существ. Соответственно, те, кто, следуя ложным верованиям и воззрениям, погряз в не добродетелях, не включаются нами в Собрание Прибежища. На духовном пути нам нужна опора - истинный и благой друг. Когда говорится о защите от опасностей от иноверцев, также не имеется в виду какое-либо устранение и уничтожение их. Подразумевается, что мы должны сами изучить и понять истинное совершенное воззрение и то, каким является совершенное поведением. Далее, исходя из собственного знания,

нам стоит убедить их, доказать неверность и ошибки в их воззрении. Способ защиты от иноверцев, скорее, заключается в дебатах с ними, и в опровержении их заблуждений. В частности, с практикой связана одна из богинь, а именно Шераб Лопелма, приумножающая мудрость, знания и интеллект. Обращаясь к ней, мы получаем способность опровергнуть ложные воззрения, переубедить и доказать их ошибочность. Форма Шераб Чжаммы, защищающая от иноверцев, и есть Шераб Лопелма. Цвет ее тела белый. В правой руке Шераб Лопелма держит светильник, в левой - зеркало.

Шестая форма Шераб Чжаммы – богиня, защищающая от загрязнений и осквернений. Шестая и восьмая богини несколько схожи. Восьмая форма Шераб Чжаммы защищает от осквернений, связанных с духами планет, а шестая защищает от осквернений другого происхождения, – таких как осквернение каналов, крови. К этой же группе опасностей относятся болезни, - такие как паралич, ментальные расстройства и нарушения, исходящие от различных источников (дурных людей, либо от определенных загрязняющих субстанций). Таким образом, шестая форма Чжаммы защищает, в основном, от загрязнений и осквернений крови, артерий, а также состояний ума, когда утрачивается ясность и возникают такие состояния ума как затуманенность, рассеивание внимания, различные дискомфортные ощущения.

История происхождения практики такова. Второй тибетский царь Мутри Ценпо был учеником Дренпа Намкха (в тексте пропуск - ред.), получил у него посвящение, обрел сиддхи, достиг реализации и явил знаки достижений – мог летать в небесах и так далее. В связи с этими достижениями гордость царя возросла неимоверно, и он посчитал, что нет никого выше и сильнее его во всей вселенной. Осквернения все равно присутствуют в человеке, до тех пор, пока он не обретет окончательного просветления. Хотя царь и обладал большими способностями и сиддхи, он не достиг состояния Будды. Из-за большой гордости, все его способности начали увядать, сила стала оставлять его. Однажды он повстречал некую пожилую женщину, которая являлась эманацией Шераб Чжаммы. Она указала ему на его недостатки, нарушение обетов. Он раскаялся и обратился к той форме Чжаммы, что защищает от загрязнений и изъянов. После чего силы его восстановились.

К данной группе опасностей относятся такие осквернения как, принятие пищи из чьих-либо рук, отчего может возникнуть раздражение, аллергия и прочее, или ношение одежды другого человека, что также способно вызвать чувство дискомфорта. Подобного рода проблемы и называются осквернениями, связанными с изъянами, передающимися от других существ, других людей. Нечистая часть передается и вызывает проблемы такого рода. Люди, убившие много живых существ или людей, убившие какого-то монаха или учителя или люди, родившиеся в результате кровосмешения, – они являются источником загрязнений. Контакты с ними в том или ином виде могут привести к появлению проблем. Защитой от таких опасностей является обращение к особой форме Шераб Чжаммы. Основным ритуалом является омовение с помощью

благословенной воды, повторение мантр. Имя этой формы Чжаммы – Богиня Омовения. Цвет ее тела красный. Она держит в правой руке ветвь можжевельника со свастикой, в левой руке она держит сосуд с благословенной водой.

Седьмая форма Шераб Чжаммы - защитница долголетия, Чжамма Долгой Жизни.

Она защищает нас от смерти, сохраняет жизнь, жизненную энергию, поддерживает и возвращает срок нашей жизни. Есть два основных фактора, связанных продолжительностью жизни, - причина и условие. Благодаря сочетанию причин и условий и обретается долгая жизнь.

Причиной является отсутствие каких-либо недобродетелей, связанных с лишением жизни существ. Если прежде мы накопили положительную карму, то это является причиной долголетия. Если, напротив, мы в прошлой жизни лишали жизни живых существ, – это становится причиной краткого срока жизни в этом воплощении. Для того, чтобы зародить причину для обретения в этой и следующей жизни долголетия, необходимо осуществлять противоположные действия, – выкуп животных, спасение от смерти и так далее. Это главная причина, определяющая продолжительность жизни.

Помимо причины есть и условия. Дурные условия мы должны отбросить, а благие создать. Каковы положительные условия? Это выполнение садханы долгой жизни, накопление мантр. Подобного рода практика создает благоприятные условия для обретения долгой жизни. Если нет материальной возможности для защиты живых существ от смерти, - выкупа живых существ и тому подобного, - существует много различных способов спасения от смерти живых существ.

Страх смерти присущ всем живым существам, для всех живущих смерть страшна и неприятна. Нет того, кто бы стремился к своей смерти, были бы ей рад. Но есть, конечно, сильно страдающие люди, с пораженными органами чувств, очень пожилые, те, кто мучаются сильными болями. Конечно, они молятся о скорейшей смерти и хотят как можно скорее умереть. Когда они слышат, как кто-то оставил этот мир, они говорят, вот бы и я оставил тело поскорее. Однако, нельзя сказать, чтобы они рады были смерти, рады самому умиранию. Просто им невыносимо оставаться в такой ситуации, они претерпевают большие страдания и в смерти видят избавление. То есть этот пример не является подходящим и не выражает радости смерти.

Однако, хотя все мы ищем защиты от смерти, не надо и забывать о ней. Если в нас отсутствует памятование о смерти, мы проводим жизнь в праздности и беззаботности, не обращаемся к добродетели. Помня о смерти, мы стремимся к совершению блага. Эта практика ведет к пониманию ценности добродетели, укрепляет на духовном пути. Поэтому помнить о неизбежности смерти чрезвычайно важно, это подспорье на пути, не позволяющее нам его оставить.

Что касается причины и условий, таких как выполнение особых ритуалов, защита жизни других существ, повторение мантры долгой жизни, чтение садханы долгой жизни и так далее, то

если мы внимательны к причине и сопутствующие условия также соответствующие, это приносит свой плод, и наша жизнь будет долгой, здоровой.

Однажды произошла такая история. В давние времена, некий Геше вместе с приятелем отправился в паломничество по святым местам. Геше был известен чрезвычайным красноречием, с ним сложно было спорить. В Тибете есть такой обычай давать кров и оставлять на ночлег тех, кто совершает паломничество. Но из-за красноречивой славы того Геше, из-за того, что он много спорил и говорил, люди не хотели оставлять его у себя на ночлег. Однажды, они попросился на ночлег в дом, и сначала ему и его спутнику отказали. В том доме жили мать и дочь. Но путники по-прежнему пытались уговорить пустить их на ночлег, ведь они могли замерзнуть и умереть, оставшись под открытым небом. После настойчивых просьб мать и дочь разрешили им остаться. В Тибете не было традиции стричь волосы, и у той женщины, что пустила их ночевать, были вши. Она их вычесывала, но поскольку была добродетельной женщиной, то, поймав насекомое, отдавала его дочери и просила ее отнести букашку в то место, где бы она не умерла. На что оба Геше, услышав эту фразу сказали: «Да, да и нас возьми в то место, где мы не умрем, мы тоже туда хотим!»

Итак, к практике долгой жизни относятся ритуалы - повторение мантр, выполнение особой садханы и созерцание определенной формы Шераб Чжаммы. Цвет ее тела желто-золотой. В правой руке она держит крюк, притягивающий долгую жизнь, в левой – сосуд долгой жизни.

Восьмая форма – Защитница от негативных влияний духов планет. Планет существует множество, основные мы из них: Солнце, Луна и другие, связанные с днями недели. Есть также Раху, Кету. Все они относятся к планетам и звездам. Некоторые из этих планет обладают дурным влиянием и по своей природе несут вред. Во время великих бедствий, войн, во время сильных и ужасных катастроф, болезней и эпидемий являются местные знамения. К вредоносным звездам относятся Раху, Кету, а также различные метеориты. Всего существует четыре вида знамений, предшествующих великим бедствиям. Когда проявляется сила звезд и планет, она может вступать в конфликт с нашими собственными элементами. Тогда от духов планет может возникнуть вред. Это омрачения и загрязнения, связанные с влиянием духов планет. В целом, учение о влиянии планет содержится в Кар-ци – астрологии звезд. Когда подобный вред имеет место, это называется осквернением – зандип(?), связанным с каналами и артериями. В Тибете такие случаи происходят часто. Например, люди начинают дрожать, их тело трясется, в полнолуние или новолуние они теряют сознание. Подобного рода болезненные состояния и есть скверны, связанные с духами планет. Методом противоядия от них является созерцание особой формы Шераб Чжаммы, помогающей избавиться от негативного влияния духов планет, различных неблагоприятных временных циклов и обстоятельств. Внутренне, для тела, если возникают блокировки каналов, артерий, также используется омовение. В этом отношении есть общее с той формой Чжаммы, которую мы рассматривали как защитницу от

изъянов и загрязнений. Цвет ее тела зеленый. В правой руке она держит меч из метеоритного железа, в левой волшебную сеть. Существует отдельный коренной текст данной формы Чжаммы. В нем есть стадии зарождения, созерцание, повторение мантры, восхваление и отдельная практика совершения подношения.

Вопрос: как мы можем выполнять практику восьми форм Шераб Чжаммы?

Геше Ла: как я уже сказал, существуют обширные тексты садхан. Их довольно сложно практиковать. Минимальной практикой является повторение дхарани, мантры, соответствующей каждой из восьми форм. Если мы не можем делать большую садхану, то достаточно повторять мантру.

Вопрос: что держит в руках Чжамма, защищающая от пресечения рода?

Геше Ла: она держит в руках тигле (с семенным слогом).

Вопрос: в каких текстах содержится цикл практик Шераб Чжаммы?

Геше Ла: есть два тома учений Чжаммы, во втором томе присутствуют садханы восьми форм Чжаммы. Например, ритуала Докпа, - отдельный ритуал отбрасывания врагов, есть также отдельное отбрасывание злых чар, есть и объединенный ритуал отбрасывания. Выполняется весь коренной текст Чжаммы, далее добавляются способы отбрасывания.

Вопрос: Существуют ли отдельные ванги на определенные формы Шераб Чжаммы?

Геше Ла: отдельных вангов на каждую из форм нет. Несколько лет назад Геше Ла даровал Великое Посвящение Чжаммы, и одним из разделов этого посвящения являлось благословение посвящения восьми форм.

Вопрос: есть ли коренные слоги у каждой из форм?

Геше Ла: МА ВА МА ДЕ МА ХИ МО ХА – восемь коренных слогов. ОМ – это общий коренной слог Чжаммы, МА – слог защитницы от врагов и так далее. Следующие слоги Э МА ХО МА ЙЕ являются коренными слогами разных групп форм шераб Чжаммы. ОМ является главным коренным слогом самой Чжаммы. Боннский слог ОМ состоит из пяти частей и воплощает собой различные пятерки – пять семейств, пять мудростей. Есть также мантра ОМ СА ХА РИ НИ ... - в таком случае ОМ относится к центральной форме, к самой Чжамме, а другие четыре слога к ее окружению (других четырём формам).

Вопрос: существует ли традиция защиты от людей, отбирающих силу, жизненную энергию?

Геше Ла: это относится ко второй группе, а именно к злым чарам. С помощью мантр некоторые люди могут созерцать, как они крадут жизненную силу у других.

Вопрос: Еше Валмо является эманацией Шераб Чаммы?

Геше Ла: Гневная ипостась Шераб Чжаммы – это Еше Валмо. Но сущность у них одна. Сипе Гьялмо и Чжамма - единая практика.

Вопрос: используется ли в целительстве практика Шераб Чаммы ?

Геше Ла: да, используется. Существует определенный ца-лунг, практика ветров. Ца-лунг Шераб Чжаммы небольшой, но очень хороший. В нем используется слог ПХЭТ.