



Глава I

ТРУДНОСТЬ ОБРЕТЕНИЯ СВОБОД И ДАРОВАНИЙ

Наставления относительно трудности обретения [человеческой жизни, исполненной] свобод и дарований¹ состоят их двух частей:

1. Как слушать наставления.
2. Темы самого учения.

1. Как слушать наставления

[Раздел о том, как слушать наставления] состоит из двух частей:

1. Побудительная причина².
2. Поведение.

1.1. Побудительная причина

[Побудительная причина] бывает двух видов:

- 1) широкий подход с позиции бодхичитты;
- 2) подход колесницы Тайной Мантры с применением многообразных искусных методов.

¹ dal 'byor rnyed dka' ba.

² kun slong.

1.1.1. Широкий подход с позиции бодхичитты¹

[Широкий подход с позиции бодхичитты опирается на понимание, что] из всех живущих в сансаре существ нет ни одного, которое на протяжении безначальных времен не было бы твоим родителем. Когда они были твоими родителями, они питали к тебе большую любовь и старались дать лучшую еду и одежду [какую могли]. С огромной добротой они растили тебя, окружая сердечной заботой. Эти милосердные существа жаждут счастья, но не умеют практиковать десять благих дхарм, причин счастья. Им не нравится страдать, но едва ли они знают, как избегать десяти пороков², причин страдания. Цели, которых они всем сердцем жаждут достичь, и средства, которые они применяют, противоречат друг другу. Пребывающие в неведении, идущие по неверному пути, они беспомощны, как слепец, брошенный посреди поля. Зароди в себе жалость к ним и думай: «Если ныне я буду слушать глубокую Дхарму и практиковать ее, то смогу помочь живым существам достичь цели. Эти живые существа — мои родители, которых гнетут страдания и невзгоды шести миров³, нужно избавить их от всех кармических страданий и склонностей, свойственных этим шести мирам. Я должен помочь им достичь состояния всеведения будды». Такова мысль [называемая «широкий подход с позиции бодхичитты»].

Очень важно, чтобы такое побуждение присутствовало, когда слушаешь проповеди, когда претворяешь их в практику, — по сути, когда совершаешь любые действия [для достижения состояния будды]. Накапливая заслуги, большие или малые, нужно: 1) подкреплять их искусными средствами, развивая бодхичитту; 2) защищать накопленные заслуги от скорого исчерпания, вызванного разрушительными причинами, практикуя медитацию за пределами представлений — главный этап; 3) бесконечно приумножать заслуги, завершая практику

¹ bsam pa rgya che ba byang chub sems kyi kun slong.

² Объяснение десяти благих действий и десяти пороков см. часть первая, глава IV.

³ Описание шести миров см. часть первая, глава III.

посвящением благ [всем живым существам]. Таким образом, необходимы эти три священных принципа¹.

Следовательно, когда слушаешь проповедь Дхармы, важно не только то, как ты слушаешь, — еще важнее побудительная причина, заставляющая тебя это делать.

Как говорится:

Главное — благой или неблагой была мысль,

А не вещественное проявление благого или неблагого намерения.

Следовательно, сколько ни слушай Дхарму, все равно, пока тобой движут гордость, чувство превосходства или другие побуждения, непосредственно связанные с мирской жизнью, нельзя считать, что ты следуешь Дхарме правильно.

Поэтому для начала чрезвычайно важно обратиться внутрь и сформировать побудительную причину. Если сформируешь правильное побуждение, у твоих добрых дел будет прочная основа и они приведут к пути безмерных заслуг Махасаттвы². А если не сформируешь правильного побуждения, слушание и практика Дхармы будут пустой формальностью. А потому, слушая Дхарму, претворяя ее в практику, представляя божеств, произнося мантры, выполняя простираания либо обходы вокруг или даже произнося хоть один слог [мантры] ОМ МАНИ ПАДМЭ ХУМ, важно во всем руководствоваться побуждением-бодхичиттой.

1.1.2. *Подход колесницы Тайной Мантры с применением многообразных искусных методов*³

Из «Светоча трех методов»¹:

Хотя у Мантраяны⁴ та же цель [что и у Сутраяны],

Она свободна от неясности,

¹ dam pa gsum.

² Т. е. Будды.

³ thabs rgya che ba gsang ba sngags kyi kun slong.

⁴ Т. е. Тантры.

**Богата методами, не сопряжена с трудностями
И предназначена для людей с острым умом.
Поэтому Мантраяна превосходит [все другие колесницы].**

Внутренняя колесница Ваджраяны¹ обладает множеством входов, множеством методов накопления заслуг и мудрости, множеством действенных методов обретения плода [состояния будды], не требующих преодолевать большие трудности. Кроме того, эти методы опираются на формирование правильного отношения.

Говорят:

**Все [создается] причинами,
А они полностью зависят от главного — твоего отношения.**

Поэтому не считай место, где проповедуют Дхарму, учителя, который ее проповедует, и тому подобное обиденными, заурядными вещами, которые [обычно] видят омраченным зрением. Вместо того признай в них пять совершенных аспектов² и слушай Дхарму с таким измененным отношением.

Узри место проповеди как совершенный дворец дхармадхату в чистой стране Акаништха³, учителя — как совершенную дхармакаю-Самантабхадру, а учеников — как совершенных [держателей] линии передачи будд, идущей от ума к уму, видьядхар символической линии, бодхисаттв мужского и женского облика, богов и богинь. Или же узри, что на самом деле место проповеди Дхармы — это дворец Лотосного Света на Достославной Медноцветной горе⁴; гуру, проповедующий Дхарму — это Гуру Падмасамбхава⁵; а те, кто слушает Дхарму, — это восемь видьядхар, двадцать пять учеников, а также даки и дакини. Или же узри, что по своей природе

¹ Т. е. Тантра.

² Совершенные место, учитель, ученики, учение и время.

³ Тиб. Огмин ('og min).

⁴ zangs mdog dpal gyi ri bo.

⁵ Тиб. Орген Пэма Чжунгнэ (o rgyan pad ma 'byung gnas).

место проповеди — это совершенная чистая страна Абхирати¹, что на востоке; учитель — это совершенная самбхогакая-Ваджрасаттва; а последователи — это сонм божеств ваджрного семейства, а также бодхисаттвы мужского и женского облика. Или же узри, что по своей природе место проповеди — совершенная чистая страна Сукхавати², что на западе; учитель — совершенный Будда Амитабха; а последователи — сонм совершенных божеств лотосного семейства, бодхисаттвы мужского и женского облика, а также боги и богини.

Какой бы вариант ты ни выбрал, у тебя должна быть твердая вера в колесо Дхармы Махаяны, которое вращается с незапамятных времен. Что касается всех этих [представляемых тобой картин], знай: ты представляешь то, что именно так и существует на самом деле, а не то, чего на самом деле нет.

Гуру олицетворяет всех будд трех времен³. Поскольку, по сути, его тело — Сангха, его речь — Дхарма, а его ум — Будда, он олицетворяет Три Драгоценности⁴. Поскольку его тело — Гуру⁵, его речь — Дэва⁶, а его ум — Дакини⁷, он олицетворяет все Три Корня⁸. Поскольку его тело — нирманакая, его речь — самбхогакая, а его ум — дхармакая, он олицетворяет все три кай⁹. Он — воплощение всех будд прошлого, источник будд грядущего и наместник всех будд нынешних времен. Поскольку он освобождает существ этой эпохи вырождения, которых не могли бы спасти даже тысячи будд Благой калпы, то, с точки зрения своей милости¹⁰ и доброты, он даже более важен, чем все эти будды.

¹ Тиб. Нонпар Гава (mngon par dga' ba).

² Тиб. Дэвачен (bde ba chen).

³ Прошлого, настоящего и будущего.

⁴ dkon mchog gsum.

⁵ Тиб. лама (bla ma).

⁶ Тиб. йидам (yid dam).

⁷ Тиб. кандро (mkha' 'gro).

⁸ rtsa ba gsum.

⁹ sku gsum.

¹⁰ Т. е. благословений.

Говорят:

Гуру — это Будда, Гуру — это Дхарма, Гуру — это и Сангха.

Гуру — вершитель всего. Гуру — достославный Ваджрадхара.

Так оно и есть. У нас, его последователей, слышащих Дхарму от него, тоже есть основа — сущность будды, опора — драгоценное человеческое тело и причина [нашего просветления] — духовные учителя. Опираясь на тайный метод Тантры, мы становимся буддами грядущего.

Из *Хеваджра-тантры* ¹¹:

Хотя, по сути, живые существа — будды,

Их омрачают случайные загрязнения.

Удалите загрязнения — и предстанет истинный будда.

1.2. Поведение ¹

[Наставления относительно поведения] состоят из двух разделов:

- 1) поведение, которого следует избегать;
- 2) поведение, которое следует усвоить.

1.2.1. *Поведение, которого следует избегать*

[Наставления относительно поведения, которого следует избегать] состоят из трех разделов:

- 1) три изъяна сосуда;
- 2) шесть загрязнений [сосуда];
- 3) пять неверных способов восприятия.

1.2.1.1. *Три изъяна сосуда*

[Три изъяна сосуда] таковы:

- 1) изъян перевернутого сосуда — неспособность слушать;
- 2) изъян дырявого сосуда — неспособность запоминать услышанное;

¹ kun spyod.

3) изъян сосуда, испорченного ядом, — обыкновение смешивать [услышанное] со своими заблуждениями.

1.2.1.1.1. [Изъян перевернутого сосуда]

Слушая Дхарму, необходимо, не позволяя сознанию слуха ни на что отвлекаться, сосредоточиться на звуке, передающем Дхарму, и внимать. Не слушать таким образом — все равно что наливать драгоценную жидкость¹ в сосуд, перевернутый вверх дном. Пусть телом ты присутствуешь на учении, ты не услышишь ни единого слова Дхармы.

1.2.1.1.2. [Изъян дырявого сосуда]

Относиться к Дхарме поверхностно и не удерживать ее в уме — все равно что наливать драгоценную жидкость в сосуд с дырявым дном: сколько ни лей, в нем ничего не останется. Ты не сможешь претворить учения в практику, сколько бы ни слушал Дхарму.

1.2.1.1.3. [Изъян сосуда, испорченного ядом]

Если слушать Дхарму с порочными намерениями, например с желанием укрепить свое положение и славу, или находиться при этом под влиянием пяти ядов — вожделения, ненависти, неведения, [гордыни и ревности], — Дхарма не окажет благотворного воздействия на твой ум. На деле Дхарма станет противоположностью Дхармы. Это все равно что наливать драгоценную влагу в отравленный сосуд.

По этому поводу индийский мудрец Дампа^{III} сказал:

Слушай Дхарму, как олень слушает музыку.

Размышляй о Дхарме, как кочевник-северянин стрижет овцу.

Медитируй, как немой вкушает яства.

Усердно практикуй Дхарму, как голодный як ест траву.

Обрети плод, как солнце выходит из-за облаков.

¹ bсud, также означает «содержимое», в противоположность вместилищу, т. е. слушатель, сосуд, должен принимать в себя Дхарму, содержимое.

Мудрец говорит, что, слушая Дхарму, нужно быть похожим на завороченного звуками вины^{IV} оленя, который не замечает, как затаившийся охотник выпускает в него отравленную стрелу. Молитвенно сложив руки и не отвлекаясь умом ни на какие иные мысли, надлежит внимать Дхарме с восторгом, от которого по телу бегут мурашки, а глаза наполняются слезами.

Если же ты присутствуешь на учении лишь телом, а ум увлечен посторонними мыслями, рот занят болтовней, глаза смотрят по сторонам, то это никуда не годится. Слушая Дхарму, нужно прекратить все, даже благочестивые, действия: не произносить молитв, не перебирать четок — только внимать. Даже если ты слушал именно так, после этого нужно помнить смысл всего сказанного и не забывать постоянно применять его на практике.

Будда сказал:

Я показываю путь к освобождению,

Но знай, что обретение освобождения зависит от тебя самого.

Следовательно, гуру дает наставления ученику, только чтобы научить его, как слушать Дхарму, как практиковать, как избегать неблагих действий, как совершать благие действия и как принять [Дхарму] всем сердцем. Ученик должен помнить [наставления гуру] и неуклонно им следовать. Если ты не принимаешь их всем сердцем, то, хотя от слушания Дхармы может быть минимальная польза, ты все равно не поймешь смысла слов, а это равносильно тому, что ты не слышал их вовсе. И даже если ты воспринял наставления всем сердцем, но смешал их с заблуждением, они никогда не будут чистой Дхармой.

Несравненный Дагпо Ринпоче^V сказал:

Если не следовать Дхарме как подобает, сама Дхарма может стать причиной перерождения в низших мирах.

Следовательно, если противоречить гуру и Дхарме, которые выше тебя, осуждать своих духовных спутников, которые находятся на одном уровне с тобой, а также самонадеянно пренебрегать кармическими последствиями и таить иные безнравственные мысли, — это приведет к рождению в низших мирах. Избегай всего этого.

1.2.1.2. Шесть загрязнений [сосуда]

Из Намше ригпа¹:

- [1] Гордыня,**
- [2] недостаток веры,**
- [3] недостаток интереса,**
- [4] отвлечение на внешнее,**
- [5] погружение в себя,**
- [6] уныние.**

Таковы шесть загрязнений.

Как здесь сказано, гордыня, то есть мысль: «Я выше даже учителя, который объясняет Дхарму»; недостаток веры в Дхарму и гуру; недостаток интереса к Дхарме; поглощенность ума лишь внешними событиями; погружение в себя и сосредоточение пяти органов чувств на внутреннем мире; уныние [например, по поводу того, что учение продолжается слишком долго], — вот те шесть загрязнений, от которых следует избавиться.

1.2.1.2.1. [Гордыня]

Из всех этих препятствий — источников заблуждения — труднее всего распознать гордыню и ревность. Поэтому следует постоянно наблюдать свой ум. Если ты гордишься своим ничтожным духовным или мирским знанием и питаешь к нему привязанность, то не сумеешь увидеть собственные внутренние недостатки и заслуги других. Поэтому избегай гордыни и всегда придерживайся скромности.

1.2.1.2.2. [Недостаток веры]

Отсутствие веры закрывает врата Дхармы. Из четырех видов веры приобрети неколебимую веру.²

¹ nam bshad rig pa, одна из шастр Васубандху.

² phyir mi ldog pa'i dad pa. Четыре вида веры описаны в главе о принятии прибежища, часть вторая, глава I.

1.2.1.2.3. [*Недостаток интереса*]

Интерес к Дхарме — основа всего знания. Последователи Дхармы достигают высокого, среднего или низкого уровня, как следствие большого, среднего или малого интереса к Дхарме. Ты никогда не продвинешься в Дхарме, если у тебя не будет к ней интереса. Даже в пословице говорится: «Хотя Дхарма ничья, она принадлежит тому, кто усердно трудится». Действительно, чтобы отыскать лишь одно четверостишие Дхармы, Будде пришлось зажечь тысячу светильников, сделав углубления в собственном теле и налив в них масло, а еще прыгнуть через огненный ров, вбить в тело тысячу гвоздей и претерпеть сотни других испытаний.

[В одной из сутр говорится]

**Пусть тебе придется пройти огонь и острые лезвия,
Ищи Дхарму до самого порога смерти.**

Поэтому, исходя из сказанного, следует слушать Дхарму с таким большим интересом, перед которым отступают все трудности: жара, холод и прочие препятствия.

1.2.1.2.4. [*Отвлечение на внешнее*]

Влечение сознания к шести внешним объектам чувств¹ — коренная причина всех иллюзорных представлений и источник всякого страдания. Например, мотыльки гибнут в пламени, потому что их сознание глаз жаждет зримых образов. Дикие животные становятся жертвами охотника, потому что их сознание ушей жаждет звука. Пчелы гибнут, попав в цветок, как в ловушку, оттого что их обоняние жаждет запаха. Рыбы попадают на крючок, оттого что их язык жаждет вкуса. Слоны тонут в трясине, оттого что их тело жаждет прикосновения. Кроме того, когда слушаешь, изучаешь или практикуешь Дхарму, нужно стараться не возвращаться к прошлым впечатлениям, не предвкушать будущих событий, а в настоящем — не отвлекаться на окружающее.

¹ Образ, звук, вкус, запах, осязаемое и понятия.

Гялсэ Ринпоче VI сказал:

Прошлые печали и радости — словно рисунки на воде.

Прошлое не оставляет следа, не старайся его отыскать.

Если очень захочется размышлять о прошлом, подумай о том, что богатство сменяется нищетой, а встреча — разлукой.

Эй, любители бормотать «мани»! Можно ли положиться на что-то иное, кроме Дхармы?

Готовиться к будущему — все равно что ставить сети в высохшем русле.

Брось честолюбивые устремления, не достигающие желанной цели.

Если очень хочется заглянуть в будущее, подумай о том, что [время] смерти неведомо.

Эй, любители бормотать «мани»! Есть ли у вас время, чтобы уделять его чему-либо, кроме Дхармы?

Нынешние занятия — словно домашние дела, которые видишь во сне.

Брось их, потому что мирские усилия ничего не принесут.

Можно и без привязанности зарабатывать на жизнь честным путем.

Эй, любители бормотать «мани»! С головой погружаться [в мирские дела] совершенно бессмысленно.

Пока все мысли не проявятся как дхармакая,

Не обойтись без упражнений, направленных на распознавание трех ядов в состоянии после медитации.

Поэтому вспоминай об этом по мере необходимости.

Эй, любители бормотать «мани»! Не позволяйте мыслям, проистекающим от заблуждения, множиться без удержу.

В другой раз тот же Гуру сказал:

Не предвкушай будущего.

Если станешь предвкушать будущее,

Станешь похож на отца Знаменитой Луны.

Жил-был бедняк. Как-то раз он нашел кучу ячменя. Собрал его в мешок и повесил под потолком. Лежа под ним, он стал мечтать: «Теперь я на этом ячмене разбогатею, и тогда женюсь. Жена обязательно родит мне сына. Как же мне его назвать?» Как раз вошла

луна, и бедняк решил, что назовет своего сына Дава Драгпа (Знаменитая Луна). Но тут веревка, на которой висел мешок, оборвалась, потому что ее подгрызла мышь, мешок упал на беднягу и убил его.

Бесконечные мечтания о прошлом и будущем сбываются редко. Поскольку они только отнимают время, нужно их полностью отбросить. Слушай [Дхарму] осознанно, внимательно и вдумчиво.

1.2.1.2.5. [Погружение в себя]

Если ты слишком глубоко погружен в себя и просто выхватываешь отдельные изречения Дхармы, то напоминаешь медведя *дрэмо*^{VII}, который раскапывает норы сурков. Едва поймав одного, он начинает искать другого, забыв о первом. [Поэтому] ему никак не удастся переловить их всех. К тому же излишняя погруженность в себя вызывает сонливость, затемняет сознание и развивает множество других недостатков. Поэтому следует поддерживать умеренную сосредоточенность — ни слишком напряженную, ни слишком расслабленную.

В древние времена Шрона¹ учился медитации у Ананды². Шроне никак не удавалась медитация, потому что он или слишком напрягался, или слишком расслаблялся. Когда об этом рассказали Будде, он спросил Шрону:

— В бытность свою мирянином ты хорошо играл на вине, не так ли?

— Да, очень хорошо.

— Когда вина лучше звучала — со слишком натянутыми струнами или слишком ослабленными?

— Лучше всего, если струны натянуты в меру: ни сильно, ни слабо.

— Точно так же следует поступать с умом.

Последовав этому совету, Шрона достиг цели.

То же самое говорила и Мачиг Лабдрон:

¹ Тиб. Дрочинке (gro byin skyes).

² Тиб. Кунгаво (kun dga' bo).

Будь твердо сосредоточен и без напряжения расслаблен.

Это ключ к пониманию воззрения.

В соответствии с ее словами, не погружайся умом внутрь себя слишком напряженно — достигни умеренного равновесия и сохраняй чувства расслабленными.

1.2.1.2.6. [*Уныние*]

Слушая учение, ты не должен ощущать уныние и утрачивать рвение к Дхарме из-за голода или жажды, считая, что учение продолжается слишком долго, или из-за неудобств, причиняемых ветром, солнцем или дождем. Напротив, думай так: «Сейчас у меня есть полноценное человеческое тело, я встретился с подлинным гуру, и я счастлив, потому что могу изучать глубокие духовные практики. Эта благоприятная возможность — результат заслуг, накопленных за бесчисленные кальпы. Возможность слушать Дхарму — словно пиршество, которое бывает раз в сто лет. Ради Дхармы я готов вытерпеть любые трудности: жару, холод — что угодно».

Помня об этом, следует слушать Дхарму с удовольствием и радостью.

1.2.1.3. *Пять неверных способов восприятия*

[Пять неверных способов восприятия] таковы:

- 1) воспринимать слова, но не смысл;
- 2) воспринимать смысл, но не слова;
- 3) воспринимать и слова и смысл, но неверно их толковать;
- 4) неверно воспринимать порядок слов;
- 5) неверно воспринимать смысл слов.

1.2.1.3.1. [*Воспринимать слова, но не смысл*]

Придавать значение только красивым словам, приятным на слух, и не удосуживаться постичь их глубокий смысл — значит походить на ребенка, собирающего цветы. Звучание слов не принесет пользы твоему уму.

1.2.1.3.2. [*Воспринимать смысл, но не слова*]

Некоторые считают способ изложения учения ненужной шелухой и склонны его игнорировать, ища опоры в смысле. Но не бывает смысла, который не опирался бы на слова, поэтому слова и смысл утратят связь.

1.2.1.3.3. [*Воспринимать и слова и смысл, но неверно их толковать*]

Учения бывают разными: одни раскрывают истину прямым образом, другие — непрямым¹. Если толковать [последние] неверно [т. е. буквально], возникнет путаница в значениях слов и они будут противоречить чистой Дхарме.

1.2.1.3.4. [*Неверно воспринимать порядок слов*]

Если путать порядок слов, они будут противоречить правильной последовательности Дхармы. Это несоответствие будет продолжаться всегда, слушаешь ли ты, учишь или медитируешь.

1.2.1.3.5. [*Неверно воспринимать смысл слов*]

Если неверно воспринимать смысл слов, то из-за длительной привычки к неверным представлениям твой ум понесет ущерб и ты будешь позорить учение.

Таким образом, следует избегать всех ошибочных [способов восприятия]. Правильный смысл, заключенный в словах, правильный порядок слов — все это необходимо изучить как следует. Не отказывайся из лени от попыток понять учение, потому что оно кажется трудным или слишком обширным, но прилагай старание. Не относись легкомысленно к тому, что кажется легким и кратким: крепко удерживай в уме, чтобы не забыть. Не допускай ошибок в последовательности слов и твердо запоминай все слова и их смысл.

¹ Idem dgongs.

1.2.2. Поведение, которое следует усвоить

[Поведение, которое следует усвоить] состоит из трех частей:

- 1) придерживаться четырех уподоблений;
- 2) практиковать шесть парамит;
- 3) следовать другим способам поведения.

1.2.2.1. Четыре уподобления

Из *Гандавьюха-сутры* VIII:

Сын благородной семьи!

[1] Уподобляй себя больному;

[2] Уподобляй Дхарму лекарству;

[3] Уподобляй учителя искусному врачу;

[4] Уподобляй постоянную практику лечению, которое обязательно победит болезнь.

Как здесь сказано, ты, с незапамятных времен тонущий в этом океане страданий сансары, подобен больному, пораженному недугом, причины которого — три яда, а исход — три страдания.

Тот, кто тяжело болен, прибегает к помощи искусного врача и выполняет все его советы, принимает все прописанные лекарства, потому что жаждет счастья, то есть выздоровления. Точно так же, чтобы избавиться от таких недугов, как карма, несчастья и страдания, нужно следовать наставлениям подлинного гуру — искусного врача и применять лекарство — святую Дхарму. Если же, найдя гуру, ты не следуешь его наставлениям, то он будет похож на врача, который не в силах помочь больному, не выполняющему его советов. Если ты не принимаешь лекарство святой Дхармы — не применяешь ее на практике, то похож на больного, который прячет кучу лекарств и рецептов под подушкой, но не принимает их и не получает от них никакой пользы.

В наши дни люди обычно питают большие надежды на милостивую помощь учителя, а сами продолжают заниматься мирскими делами. Они думают, что им не придется пожинать плоды несправедливых поступков, потому что гуру из милосердия отправит их прямо на небеса так же легко, как бросают камешек. Однако слова о том, что

гуру поддерживает нас своим милосердием, нужно понимать так: он ведет тебя своим сострадательным милосердием; учит глубоким методам; открывает тебе глаза, чтобы ты различал, что принимать и чего избегать; показывает тебе путь к освобождению, согласующийся с учением Будды. Нет иного милосердия кроме этого. А идешь ли ты по пути к освобождению, опираясь на это милосердие, — зависит от тебя.

На этот раз ты обрел человеческое состояние, наделенное свободами и дарованиями, ты знаешь, что нужно накапливать, а что отвергать. Теперь право принимать решение в твоих руках. Именно сейчас решается, какой ты сделаешь выбор — хороший или плохой. Поэтому важно, следуя точным наставлениям гуру, навсегда решить вопрос сансары и нирваны.

Деревенские священники, сидя у изголовья умершего, дают ему наставления: «Это перепутье двух дорог — ведущей вверх и ведущей вниз, — ты будто направляешь коня поводьями». Однако, если у тебя нет достаточного опыта [медитации], в это время тебя подгоняет сзади красный ветер кармы, тащит вперед темень страха, давит с боков теснина бардо¹, а со всех сторон гонят бесчисленные слуги Ямы, крича: «Убей, убей! Рази, рази!» Тебе некуда бежать, негде спрятаться, не найти ни защитника, ни того, на кого можно было бы положиться или надеяться. Как же может время, когда не знаешь, что делать, быть перепутьем двух дорог — ведущей вверх и ведущей вниз?»

Великий Орген Ринпоче сказал:

Слишком поздно давать посвящение листку бумаги с твоим именем, когда твое сознание² носится в бардо словно бешеная собака. Направить [сознание] в высшие миры — поистине трудная задача.

Так что перепутье двух дорог — ведущих вверх и вниз, когда можно направить коня поводьями, — это именно время, когда ты еще жив.

¹ bar do; санскр. *антарабхава*: промежуточное состояние, в данном случае наступающее после смерти.

² mam shes.

Пока ты человек, благие поступки, совершаемые для подъема [в высшие миры], более действенны, чем заслуги, накопленные в любом другом состоянии. Необходимо быть осмотрительным, чтобы не растратить эту драгоценную жизнь попусту. Ведь возможностей совершать неблагие поступки, которые ведут вниз, у тебя тоже больше, чем у других живых существ. А потому ты, безусловно, можешь создать причину для неизбежного [падения] в бездну низших миров. Теперь же ты встретил учителя, похожего на искусного врача, и познакомился со святой Дхармой, похожей на целительное лекарство. Поэтому именно сейчас ты должен придерживаться этих возвышенных уподоблений и встать на дорогу к освобождению, претворяя в практику услышанную Дхарму.

А еще нужно избегать того, что уподобляют противоположному. Из трактата *Йонтэн дзо*:^{IX}

Лицемерный ученик

[1] вводит в заблуждение смиренными речами,

[2] смотрит на учителя как на мускусного оленя,

[3] завладевает святой Дхармой, как добытым мускусом, а затем

[4] разрывает узы обета, поскольку любит только охоту.

Здесь говорится о том, что нельзя получать Дхарму и практиковать ее, уподобляя гуру мускусному оленю, Дхарму — мускусу, себя — охотнику, а постоянные попытки практиковать — стараниям убить мускусного оленя стрелой или заманить в ловушку. Тот, кто не ценит доброты гуру, использует Дхарму, чтобы накапливать грехи, которые камнем тянут его в ад.

1.2.2.2. *Практика шести парамит*¹

Поведение, которое следует усвоить, должно обладать следующими качествами шести парамит. В «Тантре, содержащей все тайные наставления Дхармы по аспекту поведения»^X говорится:

¹ Букв. «переход на другую сторону», т. е. от рассудочного к нерассудочному.

- [1]** делай подношения, например дари цветы или подушки для сидения;
- [2]** содержи в порядке место, где дают наставления Дхармы, и следди за своим поведением;
- [3]** не причиняй вреда никаким живым существам;
- [4]** будь полностью предан учителю;
- [5]** внимательно слушай его наставления;
- [6]** задавай вопросы, чтобы прояснить свои сомнения.

Таковы шесть [парамит], которыми должны обладать слушатели.

Итак, ты должен устроить трон Дхармы, покрыв его подушками, поднести мандалы, цветы и тому подобное. Это практика щедрости ¹.

Тщательно прибирай [место, где дают наставления], обрызгивай водой, чтобы не было пыли, и исправляй все ошибки, в том числе неуважительное поведение. Это практика нравственности ².

Избегай причинять вред даже мельчайшим насекомым и терпеливо переноси трудности: жару, холод и т. п. Это практика терпения ³.

Избегай всякого чувства неприязни к гуру и учению, слушай Дхарму с радостью и подлинной верой. Это практика усердия ⁴.

Слушай наставления гуру, ни на что не отвлекаясь. Это практика дхьяны ⁵.

Задавай вопросы, чтобы прояснить все свои сомнения. Это практика мудрости ⁶.

Таким образом, слушатель должен освоить шесть парамит.

1.2.2.3. Другие способы поведения

Из наставлений *Винаи*:

Не учи тех, у кого нет уважения.

Тех, кто покрывает голову, хотя не болен,

¹ sbyin pa.

² tshul khrim.

³ bzod pa.

⁴ brtson 'grus.

⁵ bsam gtan: устойчивость ума.

⁶ shes rab; санскр. *праджня*.

**Тех, кто ходит с зонтами, тростями или оружием,
И тех, кто украшает голову тюрбаном, — учить не следует.**

Из *Джатак*:

**Занимай самое низкое сиденье,
Проявляй признаки обузданного ума,
Смотри радостным взором,
Слушай Дхарму с полным вниманием,
Словно вкушаешь нектар слов.**

Итак, нужно избегать любого непочтительного поведения.

2. Темы самого учения

Наставления о трудности обретения свобод и дарований¹ состоят из четырех разделов:

1. Размышление на главную тему — о природе свобод².
2. Размышление об особых дарованиях³, связанных с Дхармой.
3. Размышление о примерах, показывающих трудность обретения [человеческого тела].
4. Размышление о ничтожно малой вероятности [обретения человеческого тела].

2.1. Размышление на главную тему — о природе свобод

Вообще говоря, «свободы» подразумевают удачу родиться не в одном из восьми неблагоприятных состояний⁴, которые не оставляют никаких свобод, а в таком состоянии, которое предоставляет возможность практиковать возвышенную Дхарму. Неблагоприятными называются восемь состояний, при которых нет времени [практиковать Дхарму].

Сказано так:

¹ dal 'byor.

² dal ba.

³ 'byor pa.

⁴ mi khom pa.

- [1] Обитатели ада,
 - [2] преты ¹,
 - [3] животные,
 - [4] дикари,
 - [5] боги-долгожители,
 - [6] люди, имеющие ложные взгляды,
 - [7] люди, родившиеся во времена, когда нет будд,
 - [8] немые ².
- Эти восемь лишены свобод.

Таким образом, утверждается: если родишься в аду, нет никакой возможности следовать Дхарме, потому что постоянно мучают жара и холод.

У тех, кто родился претой, нет никакой возможности следовать Дхарме, потому что постоянно мучают голод и жажда.

В мире животных нет никакой возможности практиковать Дхарму потому, что животные страдают от порабощения и от нападений других животных.

Боги-долгожители проводят время в безучастном состоянии и не имеют никакой возможности практиковать Дхарму.³

Если родишься в стране дикарей, нет никакой возможности практиковать Дхарму, потому что там она отсутствует.

Если родишься человеком, который сродни злостным тиртхикам^{XI}, потому что твой ум загрязнен ложными взглядами, у тебя нет никакой возможности практиковать Дхарму.

Если ты родишься в темную кальпу, то никогда не услышишь ни звука [слов] «Три Драгоценности». Поскольку ты не способен отличить добро от зла, нет никакой возможности практиковать Дхарму.

¹ Тиб. *yi dvags*: голодные духи.

² *lkugs pa*: «немые» — те, кто не может говорить, однако, как объясняется ниже и в разделе 2.1.6, сюда относятся и люди с ущербными умственными способностями.

³ При обычной последовательности «дикари» идут перед «богами-долгожителями», но здесь порядок обратный.

Если ты родился немым, твое сознание неработоспособно, поэтому нет никакой возможности практиковать Дхарму.

2.1.1. [Состояния обитателей ада, прет и животных]

Существа, рожденные в трех низших мирах этих восьми неблагоприятных состояний, непрерывно страдают от жары, холода и голода — кармических следствий, проистекающих от их собственных проступков, совершённых в прошлом. Поэтому у них нет свобод, позволяющих следовать Дхарме.

2.1.2. [Состояние дикарей]

Слово «дикарь»¹ подразумевает дикарей тридцати двух пограничных [с Тибетом] областей, таких как Локатра и т. п., а также тех, кто считает Дхармой причинение страдания [другим]. Хотя эти приграничные дикари — люди, они не обращают ум к возвышенной Дхарме. Они придерживаются традиций своих предков, в которых есть такие нечестивые обычаи, как женитьба на собственной матери, а потому их поведение противоречит наставлениям Дхармы. Поскольку эти дикари особенно преуспели в таких неблагих действиях, как убийство живых существ и охота на диких животных, то после смерти многие из них немедленно отправляются в ад. Следовательно, [это состояние] неблагоприятно.

2.1.3. [Состояние богов-долгожителей]

Боги-долгожители живут в безучастном состоянии. Те, кто практикует дхьяну, в которой не различают ни добра, ни зла, и считает это окончательным освобождением, рождаются безразличными богами. Они наслаждаются этой дхьяной на протяжении многих великих кальп. Когда карма, вознесшая их в [мир богов], исчерпывается, они отрекаются от своей веры [в освобождение]. Поскольку из-за ложных взглядов они перерождаются в аду, это состояние тоже неблагоприятно для практики Дхармы.

¹ kla klo.

2.1.4. [Состояние людей с ложными взглядами]

Те, кто не принадлежит к буддийской вере, придерживаются ложных взглядов нигилистов или этерналистов, которые противоречат учению Будды. У них нет никакой возможности развивать чистую веру, чтобы практиковать Дхарму, поскольку их умами владеют превратные представления. Тибет же был [до недавних времен] неприступен для этих тиртхиков, потому что Орген Ринпоче, Второй Будда, поручил двенадцати сестрам-охранительницам ¹ защищать Тибет.

Подобные тиртхикам люди, которые придерживаются взглядов, противоречащих совершенной Дхарме, тоже не имеют возможности должным образом ей следовать. Они похожи на монаха Сунакшарту ². Прослужив Будде двадцать пять лет, он, тем не менее, не обладал ни каплей веры в него и относился к нему с пренебрежением, а потому переродился в саду голодным духом.

2.1.5. [Состояние тех, кто родился в темную кальпу]

Темной кальпой ³ называется период, когда нет будд. Если ты родился в мире, где нет будд, то не услышишь даже слов «Три Драгоценности». Поскольку там нет никакого представления о святой Дхарме, это неблагоприятное состояние.

2.1.6. [Состояние немых]

Если ты родился немым ⁴, то твой ум не пригоден для того, чтобы слушать Дхарму, изучать ее или медитировать. Обычно немым называют того, кто не может говорить, но состояние человека подразумевает знание слов и понимание их значения, а потому люди, которые из-за немоты отличаются очень слабым умом и не могут понимать смысла Дхармы, пребывают в неблагоприятном состоянии.

¹ bstan ma bcu.

² Тиб. Легпэ Карма (legs pa'i skar ma).

³ mun bskal.

⁴ lkug pa.

2.2. Размышление об особых дарованиях, связанных с Дхармой

Особые дарования, связанные с Дхармой:

- 1) пять собственных дарований;
- 2) пять дарований, зависящих от обстоятельств;
- [3) отсутствие шестнадцати неблагоприятных условий].

2.2.1. Пять собственных дарований¹

Как сказал Нагарджуна, эти дарования таковы:

- [1] родиться человеком;**
- [2] родиться в срединной стране;**
- [3] обладать совершенными органами чувств;**
- [4] вести достойный образ жизни;**
- [5] обладать верой в Дхарму.**

Если не родиться человеком, не будет возможности встретиться с Дхармой. Поэтому человеческое тело — [благое] дарование.

Если родиться в окраинной стране, где не практикуют Дхарму, тоже не встретишься с Дхармой. Поэтому родиться так, как ты родился теперь, — в срединной стране, где царит Дхарма, — [благое] дарование.

Если родиться с неполноценными органами чувств, это будет помехой. Поскольку теперь ты свободен от таких недостатков, у тебя есть дарование — полноценные органы чувств.

Недостойный образ жизни всегда чреват пагубными поступками, которые заставляют отвернуться от Дхармы. Поскольку теперь ты занят достойным делом, накапливая заслуги, то обладаешь особым дарованием — благочестивыми помыслами.

Если не иметь веры в учение Будды, не будет никакой склонности к Дхарме. Теперь ты способен обратиться умом к Дхарме, а потому обладаешь [благим] дарованием — верой.

Таким образом, нужно обладать этими пятью [дарованиями], которые называют «пять собственных благих дарований».

¹ rang 'byor lnga.

2.2.1.1. [Родиться человеком]

Чтобы по-настоящему практиковать истинную, чистую Дхарму, необходимо быть человеком.

Если же ты не обрел человеческого тела, то лучший из трех низших миров — мир животных. Животные могут быть красивыми, ценными и т. д., но, как бы ни были высоки их достоинства, бесполезно говорить им, что можно стать буддой, если хоть раз произнести [мантру] ОМ МАНИ ПАДМЭ ХУМ, — они не услышат этих слов, не поймут их смысла, не смогут их произнести. Даже умирая от холода, они будут лежать неподвижно, не зная никакого способа согреться. Человек же, как бы он ни был слаб, сумеет укрыться в пещере или под деревом, собрать дрова, развести костер и согреть лицо и руки. Если животные неспособны даже на это, разве могут они помыслить о практике Дхармы?

Считается, что наилучшим телом обладают боги, однако их образ жизни не способствует принятию совершенных обетов, ведущих к освобождению¹. Поэтому у богов нет счастливой возможности получить Дхарму во всей ее полноте.

2.2.1.2. [Родиться в срединной стране]

Понятие «срединная страна» можно рассматривать с точки зрения местоположения и с точки зрения Дхармы. Что касается местоположения, то центром мира считается Бодхгая в Индии — святое место, где обретают просветление тысячи будд Благой кальпы. [Считается, что] оно переживет крушение мира в конце кальпы, устоит перед разрушительными стихиями и останется в виде висящего в пространстве серпа с деревом Бодхи посередине. Бодхгая и все другие окружающие ее города Индии — это срединная страна с точки зрения местоположения.

С точки зрения Дхармы, срединная страна — та, в которой процветает учение Будды. Другие страны считаются окраинными².

¹ so thar gyi sdom pa; санскр. *пратимокша*.

² mtha' 'khob.

Однако, хотя Индия считалась срединной страной, как в духовном смысле, так и по местоположению, со времен Будды и до тех пор, пока его Дхарма не исчезла из Индии, — в наше время даже Бодхгаю захватили тиртхики, и говорят, что учения Будды там больше нет.¹ Так что, с точки зрения Дхармы, Индию тоже можно считать окраинной страной.

Что касается Тибета, Страны Снегов, то, когда Будда явился в наш мир, эта страна почти не была населена людьми. Поэтому ее называли «Тибет, окраинная страна». Потом постепенно появились люди и цари — сверхъестественные эманации.

Впервые Дхарма появилась в Тибете во времена правления Лах Тотори Ненцена², когда на крыше его дворца [Юмбу Лакар] обнаружили «Сутру о сотне призываний и простирааний»^{XII}, формы для *са-ца*³ и другие [священные предметы]. Было предсказано, что их значение станет ясным во времена пятого из последующих царей.

В соответствии с этим пророчеством, царь Сонгцен Гампо⁴, эманация Авалокитешвары, послал переводчика Тонми Самбхоту в Индию, где тот изучал санскрит, литературу и т. п. Вернувшись, этот переводчик ввел в Тибете систему письма, которой там прежде не было. На тибетский язык перевели двадцать одну сутру и тантру, посвященную Авалокитешваре, *Ненпо сангва*^{XIII} и другие книги. Царь, сверхъестественными способами являясь в разных обликах, и его министр Гартонгцен, используя дипломатию, обеспечивали защиту страны; с этой же целью царь взял в жены двух царевен: китайскую и непальскую. В качестве приданого царевны привезли с собой две статуи Будды^{XIV}, а также много других символов Дхармы. Чтобы покорить демонов, в Лхасе возвели главный храм — Раса Трулнанг⁵,

¹ Впоследствии Бодхгая была восстановлена и отдана буддистам.

² Около 350 г. н. э.

³ *sa tshsha*: маленькие конические изображения [из глины], изготавливаемые с помощью форм. Часто пишется и произносится как *ца-ца* (*tshva tshva*).

⁴ Род. в 618 г. н. э.

⁵ *ra sa 'phrul snang gi gtsug lag khang*.

а в других важных местах построили множество храмов *тадул* и *янгдул*¹.

Именно во времена правления Трисонг Дэуцена², пятого [после Сонгцена Гампо] царя, в Тибет был приглашен великий учитель Тантры Падмасамбхава — Гуру из Уддияны, не имеющий себе равных в трех мирах, и с ним сто восемь других пандит. Были построены храмы, в том числе Самье Мингюр Лхунги Друбпэ Цуглагканг, —местилища образов Тела Будды. Великий переводчик Вайрочана и сто восемь других пандит стали переводить книги. Они переводили возвышенную Дхарму — в основном все сутры, тантры и шастры, распространенные в святой стране Индии, — опоры Речи Будды. Семеро духовно пробужденных людей получили посвящение в монахи и образовали сангху — опору Ума Будды. Так учение Будды возшло в Тибете словно солнце.

С тех пор и поныне, хотя Дхарма и претерпевала различные испытания, традиции устной передачи и практики постижения³ учения Будды сохраняются в первоизданной чистоте. Поэтому, с точки зрения Дхармы, Тибет — срединная страна.

2.2.1.3. [Обладать совершенными органами чувств]

Если какой-либо из твоих органов чувств неполноценен, ты не сможешь принять монашеские обеты. У тебя нет возможности видеть образы Будды и другие объекты поклонения, читать или слушать священные книги — объекты, способствующие изучению и размышлению. Поэтому ты не сможешь в полной мере воспринимать Дхарму.

2.2.1.4. [Вести достойный образ жизни]

«Вести недостойный образ жизни» — обычно так говорят о потомственных охотниках, проститутках и т. п., которых с малолетства

¹ Считалось, что своими очертаниями Тибет напоминает лежащую на спине демоницу. Храмы *тадул* и *янгдул* построили, чтобы пригвоздить ее конечности.

² Род. в 790 г. н. э.

³ lung rtogs.

увлекли на неверный путь. Но, в сущности, недостойным ремеслом занимаются все те, кто делом, словом и мыслью противоречат Дхарме. Ты можешь родиться и в добропорядочной семье, но потом заняться недостойным делом. Необходимо следить, чтобы ум не был занят тем, что противоречит возвышенной Дхарме.

2.2.1.5. [Обладать верой в Дхарму]

Если у тебя нет веры в учение Будды, которая достойна всяческого почитания, то даже глубокая вера в сильных мирских богов, нагов и тому подобных или в учения тиртхиков не сможет спасти тебя от сансары и страданий низших миров. Если же благодаря устной передаче и практике постижения ты развил в себе веру в учение Будды, то можешь считаться достойным вместилищем возвышенной Дхармы.

2.2.2. Пять дарований, зависящих от обстоятельств ¹

Эти дарования таковы:

- [1] Будда являет себя;**
- [2] Будда проповедует Дхарму;**
- [3] Дхарма существует;**
- [4] [Дхарме] следуют;**
- [5] есть [учитель], который питает сострадание к другим.**

Если не родишься в светлую кальпу, когда Будда является в этот мир, то даже не услышишь слова «Дхарма». Сейчас, когда ты родился в кальпу, во время которой явил себя Будда, у тебя есть особое дарование — Учитель ².

Если Будда посещает этот мир, но не проповедует Дхарму, ты не получишь от этого пользы. Поскольку же [Гаутама Будда] проповедовал Дхарму на трех уровнях, ты обладаешь дарованием — проповедью возвышенной Дхармы.

¹ gzhan 'byor lnga.

² Т. е. Будда.

Если Дхарму проповедают, но учение исчезает, ты не получишь от него пользы. Ныне же, когда срок Дхармы не истек, ты обладаешь дарованием — [нынешним] временем.

Если Дхарма сохраняется, но [люди] ее не принимают, пользы не будет. Ты же, принявший ее, обладаешь дарованием — благой возможностью.

Если ты принимаешь Дхарму, но у тебя нет учителя, который обязательно нужен, то не сможешь понять сущность¹ Дхармы. Если же тебя ведет такой благой друг^{XV}, ты обладаешь дарованием — его необычайным состраданием.

Поскольку обретение этих пяти дарований зависит не от тебя самого, а от других, они называются пятью дарованиями, зависящими от обстоятельств.

2.2.2.1. [Рождение в светлую кальпу]

Кальпа — это период времени, измеряемый эпохами становления, пребывания, разрушения и исчезновения вселенной. Кальпа, во время которой будда является в мир, называется светлой кальпой. Если же ни один будда не является в мир, это время называется темной кальпой. В минувшие времена, на протяжении великой кальпы², называемой Явленной Радостью, в мир пришли тридцать три тысячи будд. За этим периодом последовали сто кальп, [годных только] для дикарей. После этого во времена Совершенной кальпы явились восемьсот миллионов будд, а затем прошло сто темных кальп. После этого в Превосходную кальпу явились восемьсот сорок миллионов будд, а затем наступили пятьсот темных кальп. После этого в Услаждающую кальпу явились восемьсот миллионов будд, а затем наступили семьсот темных кальп. Во время Радостной кальпы явились шестьдесят тысяч будд, а затем наступила нынешняя Благая кальпа.

Перед тем, как возникла нынешняя кальпа, миллиард мировых систем³ были наполнены водами, среди которых цвели тысячелепе-

¹ de nyid.

² bskal pa chen po; санскр. махакальпа.

³ stong gsum.

стковые лотосы. Боги мира Брахмы, расположенные к просветлению, прозрели это благодаря своему ясновидению и сочли знаком прихода в эту кальпу тысячи будд. Поэтому они назвали эту кальпу Благой¹. От времен пришествия будды по имени Кракуччанда^{XVI}, когда человеческая жизнь длилась восемьдесят тысяч лет, и до прихода будды по имени Мопа Тае^{XVII}, когда люди будут жить бесчисленное количество лет, в этом мире Бодхгаю посетит тысяча будд, которые обретут полное просветление и будут вращать Колесо Дхармы². Следовательно, это светлая кальпа. После нее наступят шестьдесят кальп дикарей [когда будут жить существа] низшей расы, а за ними последует кальпа Больших Чисел, в которую явят себя десять тысяч будд. Затем наступят десять тысяч кальп господства низшей расы. Так будут чередоваться светлые и темные кальпы.

Если родишься в темную кальпу, то даже не услышишь звука слов «Три Драгоценности». Кроме того, учение Тайной Мантры — Ваджраяны будет встречаться очень редко.

Великий Орген Ринпоче сказал:

Во время кальпы Кунко первого великого [цикла] кальп Будда Нончжунги Гяло^{XVIII} сделал учение Тайной Мантры широко известным. Это учение также преобладает в нынешнее время — время Будды Шакьямуни. Через миллион кальп после нашей наступит кальпа Мэтог Копа. Тогда появится будда по имени Манджушри, такой же, как нынешний Будда, и тоже станет широко проповедовать Тайную Мантру. Только в этих трех кальпах будут жить живые существа, способные воспринять Тайную Мантру. Кроме этих трех кальп, Тайная Мантра не будет известна ни в какие другие времена, потому что не будет достойных живых существ.

Как он сказал, Будда Шакьямуни явился в этот мир во времена нашей, Благой кальпы, когда люди живут по сто лет, и потому эта кальпа — светлая.

¹ bskal pa bzang po.

² Т. е. проповедовать Дхарму.

2.2.2.2. [Рождение во времена, когда будда проповедует Дхарму]

Даже если будды пришли в мир, но погружены в медитацию и не проповедуют, свет Дхармы не появится. [Поэтому такая кальпа] не будет отличаться от времени, когда будды нет.

Будда Шакаямуни, обретя просветление в Бодхгае под деревом Бодхи, сказал:

**Я открыл Дхарму, подобную нектару:
Глубокою, умиротворяющую, простую, цельную, ясную.
Кого ни учи, никто ее не поймет,
А потому я буду жить в лесу и хранить молчание.**

Сказав это, он не проповедовал семь недель, пока Индра и Брахма не упросили его повернуть Колесо Дхармы.

Кроме того, если наставники, владеющие Дхармой, не учат ей, живые существа не получают истинной пользы. Например, индийский учитель Дхармасвами Смритиджняна отправился в Тибет, чтобы помочь своей матери, которая, как он знал, переродилась в одном из неопределимых адов ¹. В дороге его переводчик умер. Смритиджняна блуждал по Кхаму, и поскольку он не знал языка, ему даже пришлось пасти скот. Не успев принести духовной пользы живым существам, он умер. Когда позднее Атиша Дипан[кара] Шриджняна ² посетил Тибет ³ и услышал эту историю, он сказал: «Увы! Не повезло вам, тибетцы. Во всей Индии, от запада до востока, нет пандиты, более великого, чем Смритиджняна». И, сложив ладони, он заплакал.

В течение нынешнего периода времени Будда Шакаямуни проповедовал Дхарму на трех уровнях, в соответствии с умственными способностями существ, способных обрести просветление. Он проявился в бесчисленных телесных обликах, чтобы освободить живых существ [с помощью] девяти колесниц учения.

¹ См. часть первая, глава III.

² Известный в Тибете как Джово Дже Лхачиг.

³ В 1042 году.

2.2.2.3. [Рождение во времена, когда существует Дхарма]

Даже если будды пришли в мир и учат Дхарме, но потом Дхарма исчезает, поскольку срок ее истекает, такие времена не отличаются от темной кальпы. Когда учение предшествовавшего будды заканчивается, а учение сменяющего его будды еще не появилось, такой период считается временем без будды. Хотя пратьекабудды посещают некоторые счастливые области, которые обладают благими заслугами, там не практикуют учение и не слушают Дхарму.

Нынешний век Будды Шакьямуни продлится пять тысяч лет. Из них Учение Ума Самантабхадры, или Учение Плода, сохранялось полторы тысячи лет; его [интенсивная] практика продолжалась еще полторы тысячи лет; его устная передача продлится тоже полторы тысячи лет; а просто сохранение его символов продержится еще пятьсот лет. В настоящее время из этих пяти тысяч лет прошло уже три с половиной или четыре тысячи лет. Хотя мы вступили в эпоху пяти вырождений¹: [сокращения] продолжительности жизни, [все большего извращения] воззрений, [усиления] омрачений, [ухудшения] качеств существ и вырождения времени — на самом деле учения устной передачи и практики постижения еще не исчезли. Таким образом, мы все еще обладаем дарованием — возвышенной Дхармой.

2.2.2.4. [Правильное вхождение в Дхарму]

Даже если Дхарма существует, но ты не следуешь ей, ты не сможешь обрести состояние будды, опирающееся на традиции устной передачи и практики постижения. Дхарму сравнивают с солнцем: хотя оно освещает всю землю, тот, кто слеп, не получит от этого никакой пользы. Или же Дхарму сравнивают с огромным озером: даже оказавшись на берегу, не утолишь жажды, если из него не напьешься.

Даже если следуешь [Дхарме], но делаешь это, чтобы одолеть болезнь, злых духов или другие [опасности] мирской жизни, либо просто страшаешься, что в следующей жизни придется страдать в низших

¹ snyigs ma lnga.

мирах, — это называется «Дхарма как защита от страха»¹. [Такая мотивация] не годится для истинного вступления на путь. А если следуешь учению, чтобы получить мирские блага в этой жизни или наслаждения богов и людей в следующей, это называется «Дхарма в ожидании благ»². Вступить же во врата Дхармы, чтобы найти путь к освобождению, убедившись, что вся сансара бессмысленна, — значит правильно следовать пути, и это называется «войти во врата Дхармы».

2.2.2.5. [Следовать благову другу]

Если тобой не руководит благой друг, то следовать Дхарме бесполезно. Из трактата *Праджняпарамита-санчаягата*^{XIX}:

Дхарма Будды опирается на благого друга —

Так сказал Будда, обладавший лучшими из всех высших достоинств.

Поскольку учения Будды безграничны, а линии устных передач бесчисленны, на деле знание, которое можно обрести, бесконечно. Без тайных наставлений учителя ты не сможешь узнать, как претворить сущность всех учений в практику.

Когда Атиша прибыл в Тибет, три его ученика — Ку, Ног и Дром^{XX} — спросили:

— Чтобы обрести состояние будды, что важнее: следовать главным наставлениям *Кангюра* и *Тэнгюра* или наставлениям гуру?

— Наставления гуру намного важнее, — ответил Атиша.

— Почему?

— Пусть даже ты способен наизусть продекламировать Трипитаку и растолковать всю Абхидхарму, ты отклонишься от пути Дхармы, если не получил от учителя наставлений по практике.

— Если взять все наставления учителя в совокупности, что главное: соблюдать три нравственные заповеди или творить добро делом, словом и мыслью? — продолжали расспрашивать они.

¹ 'jigs skyob kyi chos.

² legs smon gyi chos.

— Все это не принесет большой пользы, — сказал Атиша.

— Почему?!

— Если соблюдаешь три обета и выполняешь практики очищения, но не отвратил ум от трех миров сансары, то даже такие действия послужат причиной возвращения в сансару. Если днем и ночью всеми тремя вратами¹ творишь добрые дела, но не умеешь посвящать эти заслуги обретению состояния будды, то любая недобрая мысль может с легкостью уничтожить весь запас заслуг. Даже если ты монах, сведущий в учении и искусный в медитации, но не отвратил ум от восьми мирских дхарм², то всё, что бы ты ни делал, будет направлено на мирские цели, а не на будущее освобождение.

Таким образом, очень важно иметь гуру — благого друга.

2.2.3. [Шестнадцать неблагоприятных условий]

Итак, если ты обнаруживаешь в своей жизни наличие восьми свобод³ и десяти дарований⁴ — всего восемнадцать свобод и дарований⁵, — можешь считать, что обладаешь полноценной человеческой жизнью.

Кроме того, великий Всеведущий Дхармараджа [Лонгченпа] в своей книге «Сокровищница, исполняющая желания»^{XXI} упоминает другие неблагоприятные условия, которые мешают заняться практикой Дхармы. Они подразделяются на восемь внешних, преходящих неблагоприятных обстоятельств⁶ и восемь неблагоприятных состояний пристрастного ума⁷. Очень важно быть свободным и от этих факторов.

Из «Сокровищницы, исполняющей желания»:

¹ Телом, речью и умом.

² 'jig rten chos brgyad: привязанность к приобретению, удовольствию, хвале, славе и неприязнь к потере, страданию, хуле и позору.

³ dal ba brgyad.

⁴ 'byor pa bcu.

⁵ dal 'byor bco brgyad.

⁶ 'phral byung rkyen gyi mi khom pa brgyad.

⁷ ris chad blo yi mi khom pa brgyad.

- [1] [находиться под влиянием] пяти ядов;
- [2] быть невежественным и тупым;
- [3] подвергаться вредоносному влиянию;
- [4] быть ленивым;
- [5] [подвергаться] натиску океана дурной кармы;
- [6] быть во власти других людей;
- [7] [использовать Дхарму как] защиту от опасностей;
- [8] притворно интересоваться Дхармой.

Таковы восемь внешних проходящих неблагоприятных обстоятельств.

А также:

- [1] быть опутанным арканом [привязанности];
- [2] отличаться дурным поведением;
- [3] не сожалеть по поводу сансары;
- [4] не иметь ни малейшей веры;
- [5] радоваться злодеяниям;
- [6] не интересоваться Дхармой;
- [7] не соблюдать обеты;
- [8] нарушать самаи¹.

Таковы восемь неблагоприятных состояний пристрастного ума.

2.2.3.1. [Восемь внешних, проходящих неблагоприятных обстоятельств]

Те, кто находится под сильным влиянием омрачений — пяти ядов, например ненависти к врагам и любви к родственникам, время от времени могут испытывать желание должным образом практиковать истинную Дхарму. Но поскольку пять ядов, воздействующих на ум, очень сильны, эти люди в основном пребывают под их властью. Поэтому они не способны по-настоящему практиковать Дхарму.

Те, кто крайне невежествен и лишен даже слабого проблеска разума, не сумеют хотя бы в малейшей степени понять смысл Дхармы. Даже приняв Дхарму, они не получают возможности слушать ее, размышлять о ней и медитировать.

¹ Тиб. dam tshig: обязательство, принимаемое в Ваджраяне.

Если впадешь в заблуждение, приняв за наставника того, кто следует извращенным воззрениям и практике, тебя могут завести на ложный путь, сделав противником святой Дхармы.

Если хочешь изучать Дхарму, но слишком ленив и начисто лишен усердия, падешь жертвой своих привычек и, постоянно откладывая практику, не сможешь ее выполнять.

Если усердно следуешь Дхарме, но внутренние препятствия и неблагая карма мешают росту [духовного] знания, это может повлечь за собой потерю веры в Дхарму. [Подвергнувшись] натиску океана неблагой кармы, ты не поймешь, что это следствие твоих же поступков.

Люди, полностью зависимые от других, даже при желании не смогут следовать Дхарме, если им этого не позволят.

Если принимаешь Дхарму, чтобы зарабатывать на пропитание и одежду или опасаясь вреда, который могут причинить другие люди, то подлинного понимания Дхармы не возникнет. Прежние привычки заставят тебя заниматься делами, далекими от Дхармы.

Если используешь внешние атрибуты Дхармы, чтобы умножать богатства, почести и славу, то ты просто обманщик. Ты можешь казаться благочестивым, но в глубине души тебя интересует лишь эта жизнь, а потому тебе не вступить на путь к освобождению.

Эти восемь внешних преходящих обстоятельств неблагоприятны для практики Дхармы.

2.2.3.2. *[Восемь неблагоприятных состояний пристрастного ума]*

Если тобой владеет глубокая привязанность к жизни: к богатству, детям, родственникам и т. п., ты настолько поглощен усилиями, связанными со всем этим, что у тебя не остается времени на практику Дхармы.

Если из-за дурных задатков в тебе нет ни капли добра, ты не сможешь продвигаться вперед. Не зря говорили великие учителя прошлого: «Можно улучшить умственные способности ученика, но не его натуру». Даже достойному, добродетельному наставнику будет трудно направить тебя на возвышенный путь.

Если тебя не страшат объяснения о том, чем плохи низшие миры [в частности] и сансара [в общем] или каковы страдания в этой жизни, в тебе никогда не зародится решимость освободиться от сансары ¹ — причина прихода к Дхарме.

Если у тебя нет ни малейшей веры в истинную Дхарму и в гуру, врата учения останутся закрыты и ты не сможешь вступить на путь освобождения.

Если предаешься дурным привычкам и потому не можешь управлять действиями своего тела, речи и ума, утратишь свои возвышенные качества и отвернешься от Дхармы.

Если не видишь ценности в добродетелях и Дхарме, [значит, интересуешься ими не больше, чем] собака травой. Раз ты не испытываешь никакого удовольствия в том, чтобы следовать Дхарме, знание не прорастет в тебе.

Если ты стал последователем общих колесниц, а потом начал поступать вразрез с помыслами о просветлении ² и с обетами ³, тебе одна дорога — в низшие миры, где тебя неизбежно ждут неблагоприятные обстоятельства.

Если ты стал последователем колесницы Тайной Мантры, а потом нарушил самую по отношению к своему учителю и духовным братьям, это губительно и для него, и для других, а также лишает тебя возможности обрести сиддхи ⁴.

Таковы восемь неблагоприятных состояний пристрастного ума, которые уводят прочь от Дхармы, или, иначе говоря, «задувают светильник освобождения».

Если внимательно не проверяешь, нет ли в тебе этих шестнадцати неблагоприятных условий, свойственных веку вырождения, ты можешь

¹ nges 'byung: сильное желание покинуть сансару, пресытившись ее бесконечными страданиями и мимолетными удовольствиями.

² sems bskyed.

³ sdom pa.

⁴ dngos grub.

лишь казаться обладателем свобод и дарований и искателем Дхармы. Правители на тронах, важные ламы под балдахинами в окружении последователей, затворники в кельях для медитации, странствующие йогини — все те, кто считает себя великими, находятся под влиянием причин этих неблагоприятных условий. Вот почему, хотя они и делают вид, что практикуют Дхарму, им не удастся идти по истинному пути.

Поэтому не спешите гнаться за внешними проявлениями Дхармы, а сначала тщательно проверьте себя, чтобы убедиться, обладаете ли вы всеми этими двадцатью четырьмя видами свобод и дарований¹. Если они есть, будьте счастливы и думайте: «Теперь нужно не растратить впустую эти свободы и дарования, обрести которые столь трудно; нужно приложить все усилия к практике истинной возвышенной Дхармы». Думайте так от всего сердца, снова и снова. Если тебе их недостает, сделай все для того, чтобы их обрести. Необходимо взять за правило всегда тщательно обдумывать, есть ли у тебя эти качества — свободы и дарования. Если не делаешь такой проверки и тебе недостает хотя бы одного из них, упустишь возможность практиковать Дхарму в полной мере.

Даже людям мирским для удовлетворения ничтожных текущих потребностей требуется стечение множества обстоятельств. А тебе, чтобы следовать Дхарме, ведущей к достижению высшей цели, разве не нужно стечение столь же многочисленных взаимозависимых обстоятельств? Представь путника, который собрался приготовить себе подсоленный чай. Чтобы сварить такой чай, нужны многие обстоятельства: котелок, вода, топливо, огонь. Взять хотя бы огонь. Его невозможно развести без множества дополнительных способствующих обстоятельств: куска железа, кремня, трута, пары рук и т. д. Если среди них нет, скажем, трута, наличие остального не принесет ни малейшего результата и с мечтой попить чаю придется расстаться. Точно так же отсутствие единственной разновидности свобод и дарований

¹ Число 24 подразумевает восемь видов свобод и отсутствие шестнадцати неблагоприятных условий.

в корне исключает возможность практиковать Дхарму. Поэтому, если как следует разберешься в себе, вряд ли обнаружишь все восемнадцать аспектов свобод и дарований.

Все десять дарований встречаются даже реже, чем восемь видов свобод. Допустим, ты родился человеком, в центре духовной жизни, с совершенными органами чувств, но, если ты ведешь недостойный образ жизни и не веришь в Дхарму, — значит, у тебя есть только три дарования [из пяти]. Даже если ты приобретешь один из недостающих факторов, их будет только четыре. Из этих [пяти дарований] труднее всего приобрести дарование — достойный образ жизни. Если всеми тремя вратами совершаешь дурные поступки и делаешь все только для мирской жизни, то даже сльвя человеком уважаемым, ученым и т. п., ты, по сути, ведешь недостойный образ жизни.

Из пяти дарований, зависящих от обстоятельств, у тебя могут быть такие, как присутствие Будды, его проповеди и доступности учения, но если ты не следуешь Дхарме, то у тебя есть только три дарования. Даже если ты взялся следовать Дхарме, но лишь изучаешь ее или слушаешь, это не значит, что ты вступил в Дхарму. Чтобы вступить на путь освобождения, необходимо обладать подлинным желанием покинуть сансару, понимая, что она совершенно бессмысленна.

Чтобы следовать пути Махаяны, нужно обладать подлинной, а не притворной бодхичиттой. Если не имеешь хотя бы крупицы искренней, сильной веры в Будду, Дхарму и Сангху и не готов сохранить эту веру даже в смертных муках, нельзя считать себя последователем Дхармы только на том основании, что читаешь молитвы и носишь желтое одеяние. Таким образом, для [само]проверки очень важно правильно понимать точный смысл каждого из видов свобод и дарований.

2.3. Размышление о примерах, показывающих, как трудно обрести [человеческое тело]

Будда сказал:

Обрести человеческое тело еще труднее, чем черепахе, живущей на дне бушующего [океана], просунуть шею в ярмо [плавающее] на его поверхности.

Представь, что все великие океаны трех миров слились в один, и на его поверхности плавает ярмо — кусок дерева с отверстием посередине, который надевают на шеи быков, когда пашут поле. Это ярмо безостановочно носится по волнам во все стороны. На дне океана живет слепая черепаха, которая поднимается на поверхность один раз в сто лет. Очень трудно представить, чтобы [черепаха и ярмо] встретились. У неодоушевленного ярма нет ума, чтобы искать черепаху. У слепой черепахи нет глаз, чтобы искать ярмо. У них был бы шанс встретиться, оставайся ярмо на месте, но оно не останавливается ни на миг. Точно так же, у черепахи был бы шанс встретиться [с ярмом], поднимайся она то и дело на поверхность, но она поднимается на поверхность только раз в сто лет.

Хотя очень трудно представить, чтобы черепаха и ярмо встретились, нельзя исключить возможность, что черепаха случайно просунет голову в ярмо. Однако в сутрах говорится, что обрести человеческое рождение, наделенное свободами и дарованиями, еще труднее.

Нагарджуна объясняет это так:

**Легче черепахе попасть [головой] в деревянное ярмо, носимое по волнам великого океана,
Чем [существу] родиться животным,
А человеком родиться еще труднее.
А потому, о Владыка Людей,
Практикуй возвышенную Дхарму, дабы для тебя созрел ее плод.**

Такие наставления он дал царю Сурабхибхадре ¹.

А Шантидэва сказал:

**Родиться человеком столь же трудно,
Как черепахе попасть головой в отверстие ярма,
Носимого по волнам великого океана.**

В *Махапаринирвана-сутре* ^{XXII} упоминаются другие примеры малой вероятности: бросить горсть сухого гороха об гладкую стену, так чтобы

¹ Тиб. Дэчо (bde spyod): один из царей Андхры, принадлежавший к династии Шатавахана.

к ней пристала хоть одна горошина; насыпать кучу бобов на острие вертикально стоящей иглы, чтобы на конце ее [остался] хоть один боб, и т. д. Необходимо ознакомиться с этими сравнениями и понять их.

2.4. Размышление о ничтожно малой вероятности [обрести человеческое тело]

Если принять во внимание разнообразие и многочисленность живых существ, то обрести человеческое тело почти невероятно. Число существ в аду так же велико, как [число] звезд на ночном небе. По сравнению с ним число прет настолько мало, что сопоставимо с количеством звезд, которые видны на небе днем. Если сказать, что прет так же много, как звезд ночью, то животных так же мало, как звезд днем. Если сказать, что животных так же много, как звезд ночью, то существ в высших блаженных мирах мало, как звезд днем.

Говорят также, что существ ада столько, сколько пылинок в большом материке; прет — сколько песчинок в реке Ганге; животных — сколько зерен в чане с пивным солодом; асур — сколько снежинок в метели; богов и людей — всего лишь сколько частиц грязи под ногтем.

Хотя обрести тело в высших мирах — редкая удача, еще реже выпадает удача обрести человеческое тело, наделенное свободами и дарованиями. Если летом поднять ком земли, мы увидим в нем множество живых существ. У людей ни один род не бывает таким многочисленным, как население одного муравейника. Так что людей по сравнению с животными явно [мало]. Кроме того, среди людей — если учитывать и тех, кто живет в окраинных областях, где не имеют понятия об учении, — очень мало рождается в краях, где процветает Дхарма. Еще меньше тех, кто обладает свободами и дарованиями, — их единицы. Принимая это во внимание, ты должен быть счастлив, что обладаешь всей совокупностью свобод и дарований.

Поэтому, если у тебя есть все качества свобод и дарований, ты отныне можешь считать, что обладаешь драгоценным человеческим телом¹. Если же хоть одного из этих качеств недостает, то, хотя

¹ mi lus rin po che.

с мирской точки зрения, ты можешь быть вполне умен и образован, [с точки зрения Дхармы] ты не обладаешь драгоценным человеческим рождением. Тебя можно назвать заурядным человеком¹, человеком только по названию², несчастливым человеком³, человеком без главного⁴ или тем, кто возвращается с пустыми руками⁵. Это все равно что не воспользоваться попавшей к тебе в руки драгоценностью, исполняющей желания, или вернуться с острова сокровищ с пустыми руками.

Говорится:

Найти драгоценность — ничто по сравнению с обретением драгоценного человеческого тела.

Но разве ты не видишь, как растрачивают его попусту те, у кого нет сожаления?

Получить царство — ничто по сравнению с обретением истинного гуру.

Но разве ты не видишь, что с ним обращаются, словно с равным, те, у кого нет веры и почтения?

Стать мирским правителем — ничто по сравнению с принятием обетов бодхисаттвы.

Но разве ты не видишь тех, кто безо всякого сострадания забрасывает их, как камень из пращи?

Достичь царской власти — ничто по сравнению с получением посвящений Тантры.

Но разве ты не видишь, как пренебрегают ими те, кто не чтит самаи?

Увидеть Будду — ничто по сравнению с тем, чтобы узреть сам изначальный ум.

Но разве ты не видишь тех, кто беспечно допускает, чтобы их ум страдал от заблуждения?

¹ phal pa.

² tsam po pa.

³ byur po.

⁴ snying med po.

⁵ stong log mkhan.

Эти свободы и дарования приобретены не случайно и не благодаря простой удаче. Они — плод двух видов накоплений¹, приобретенных за многие кальпы.

Панчен Драгпа Гялцен сказал:

**Это человеческое тело, наделенное свободами и дарованиями,
Обретают не благодаря изобретательности ума:
Оно — плод накопленных благих заслуг.**

Если, получив человеческое тело, но при этом, не имея никакого представления о Дхарме, ты полностью занят неблагими делами, — это еще хуже, чем находиться в трех низших мирах.

Джедун Миларэпа сказал [охотнику] Гонпо Дордже:

**Обычно говорят, что человеческое тело, обладающее свободами и дарованиями, — большая драгоценность,
Но, когда я вижу такого человека, как ты, оно не кажется мне такой уж ценностью.**

Как сказал Миларэпа, никто не обладает большей способностью ввергать себя в низшие миры, чем человек. Сейчас у тебя есть возможность сделать все, что пожелаешь.

Говорится:

**Если употребляешь тело во благо, оно корабль освобождения.
Если употребляешь его во вред, оно камень, увлекающий нас в сансару.
Наше тело — слуга и добра и зла.**

Таким образом, человеческое тело, наделенное восемнадцатью видами свобод и дарований, обретают благодаря силе заслуг, накопленных в прошлом. Его главной целью должно быть следование возвышенной Дхарме, а использовать его только для добывания еды и одежды и для следования восьми мирским дхармам — значит тратить попусту. Тот, кто понял эту ошибку на смертном одре, бьет себя в грудь в порыве раскаения. Чтобы этого не произошло, человек не должен вести себя так.

В *Бодхичарьяватаре* говорится:

¹ tshogs gnyis: накопления заслуг и мудрости.

**Получить такую опору для свобод,
А потом не употребить ее на добрые дела —
Не может быть худшего самообмана!**

Итак, эта жизнь — перепутье, на котором ты выбираешь благие или неблагие свершения. Если не достигнешь цели в этой жизни, потом получить такую благоприятную возможность будет трудно. Если родишься в низших мирах, у тебя не будет никакого представления о Дхарме. Не ведая о том, что нужно делать, а чего нельзя, ты будешь все глубже опускаться в безграничные низшие миры. Сейчас ты должен принять решение усердно трудиться, не забывая о трех священных принципах: правильных помыслах; медитации, свободной от умозрительных понятий; посвящении заслуг.

Снова и снова размышляй о [трудности обретения свобод и дарований], а чтобы измерить, насколько это запечатлелось в уме, используй опыт геше Ченнавы. Когда он, чтобы заниматься благими делами, отказался даже от сна, геше Тонпа^{XXIII} сказал ему:

— Сынок, ты бы лучше сделал передышку, а то надорвешься.

— Ты прав, — ответил Ченнава, — нужно отдохнуть. Но, как подумаю, до чего трудно обрести свободы и дарования, никак не могу найти времени для отдыха.

Говорят, что он повторил мантру Ачалы¹ девятьсот миллионов раз и всю жизнь почти не спал.

Так что, пока в уме не закрепится смысл слов о свободах и дарованиях, нужно о них размышлять.

*Хоть я и обрел свободы, я беден Дхармой, составляющей их
сущность.*

*Хоть я и вошел во врата Дхармы, я отвлекаюсь на посторонние
дела.*

*Благослови меня и подобных мне заблудших существ,
Дабы мы обрели самую суть свобод и дарований.*

Таковы наставления о трудности обретения свобод и дарований.

¹ mi g.yo ba.