

Ело Ринпоче



Боевая чакра

Махаянское преобразование мышления
Комментарии к тексту Дхармаракшиты

Ело Ринпоче

Комментарий к тексту Дхармаракшиты

БОЕВАЯ ЧАКРА

Махаянское преобразование мышления

*Улан-Удэ
Ньютаг
1999 г.*

Ответственный за издание
Геше-лхарамба Тензин Лама

Переводы с тибетского
Текста «Боевой чакры» С. Нестеркин
Комментариев Ж. Урабханова

Общая редакция: **С. Нестеркина**

Верстка и оформление:
Н. Беленькой, Н. Фатхутдиновой, С. Нестеркина

ISBN 5-85486-008-2

Это произведение распространяется на условиях Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 License.

Источник: <http://yelo-rinpoche.ru/>

Введение

Преображение мышления (воспитание ума; тиб. blo sbyong) – очень широкое понятие. Многие буддийские практики посвящены именно этому. Например, труд Цзонхавы «Этапы пути пробуждения» в целом посвящен практике *преображения мышления*, потому что суть *этапов пути* состоит именно в этом. Однако существует особая духовная традиция *преображения мышления* – это практика, направленная на то, чтобы развивать бодхисатовскую мысль (бодхичитту); конкретным ее содержанием является подавление *заботы о себе* (rang gces 'dzin).

Виды практики *преображения мышления* различаются по типам личности (*низшей, средней и высшей*), для которых они предназначены. К практикам для *высшей личности* относятся так называемая *семичленная практика* и практика *замена себя на других* (*перемены места*), руководством по которой и является текст «Боевой чакры» Дхармаракшиты.

В древности в Индии воины были вооружены боевым метательным диском-*чакрой*. По периметру этого диска, предназначавшегося для метания во врагов, шло множество острых ножей, что делало его грозным оружием. Рассматриваемая практика *преображения мышления* получила свое название потому, что она является грозным оружием против злейшего врага человека – *привязанности к индивидуальному Я*.

Враги бывают двух видов: внешние и внутренние. Внешний враг не опасен, его легко узнать, да и вред он может причинить только для нашей теперешней жизни. Иное дело враг внутренний, он очень опасен. Внутренний враг – это те препятствия к просветлению, которые находятся внутри нас самих с безначальных времен, поэтому его очень трудно распознать. Он действует скрытно, исподтишка, заставляя нас страдать. Именно его нужно подавить и уничтожить в первую очередь.

Обе эти практики проповедал Будда Шакьямуни. Обе они позволяют породить бодхисатовскую мысль, небольшая разница между ними только в способе осуществления этого. *Семичленная практика* базируется на Праджняпарамитских сутрах. Она передавалась по линии преемственности Учителей до Нагарджуны, который передал ее своему ближайшему ученику Арьядеве, тот – Чандракирти и так далее. Другая практика – зарождение бодхичитты на основе замены себя на другого – изложена в Аватамсака-сутре. Ее получил, через Манджушри, Шантидева.

В XI веке обе эти традиции объединил Атиша. *Семичленную практику* Атиша проповедовал открыто, всем желающим. По этой практике было довольно много работ, которые в более поздний период Чекава объединил в «Ложонг дондума»; этот текст стал самым полным изложением практики и на него появилось много комментариев. Что же касается способа *замена себя на других*, то Атиша передал его только своему ближайшему ученику Дромтонбе. От него эта традиция перешла Геше Потобе. Потоба имел множество учеников, но эту традицию передал только двум: Геше Лангритабе и Геше Шараве. После Геше Лангританбы эта практика стала называться «Способ преобразования мышления, состоящий из восьми строк». В это время в Тибете жил ученый традиции *нынгма* по имени Чекава. Как-то раз он прочитал это «восьмистрочное» наставление, в котором были строки о том, что «все пороки и ошибки надо взять на себя, а все счастье и заслуги надо отдать другим», и у него зародилась вера в эту практику. Он захотел получить по ней полные наставления и, поскольку Лангританба к этому времени уже умер, отправился к Шараве. Он долгое время слушал наставления Шаравы вместе с другими учениками, но никакого учения о *замене себя на других* не услышал. Когда же он обратился с вопросом об этом к Шараве, тот ответил, что эта практика для того, кто может провести с ним не один год, чтобы вынести бремя подобного учения. И Чекава оставался рядом с Шаравой в течение 14 лет, получая наставления и проникся особым пониманием практики. До Чекавы

метод *замены себя на других* передавался тайно, однако он решил, что так эта традиция может прерваться, и, взяв на себя личную ответственность, стал ее проповедовать многим своим ученикам.

Практика *замены себя на других* является более универсальной. В некоторых источниках говорится, что именно этим методом наш Учитель Шакьямуни породил бодхичитту. Так, в сутре «Возвращения милосердия» говорится, что когда он находился в аду, у него пробудилось сострадание к своим товарищам по мучениям, но когда он сказал, что хочет принять на себя страдания существ ада, прислужники ада ответили, что распределяют мучения они, и убили его, после чего он освободился от рождения в аду. Такова была непосредственная причина зарождения бодхичитты, хотя причины для нее он, видимо, накопил раньше. Вообще встречаются и другие истории о том, как Будда впервые породил бодхичитту, но эта представляется наиболее правильной.

Перед тем, как приступить к практике *преображения мышления*, необходимо выполнить подготовительные практики. Прежде всего, выполните *шесть подготовительных действий*: сделайте уборку в вашем помещении для созерцания, установите алтарь, красиво расположите символы Тела, Речи и Мысли Будды; сделайте подношения; подготовьте сидение; примите правильную позу для созерцания и визуализируйте Поле заслуг (*согшин*). После этого сделайте *гуру-йогу* (т.е. практику *вверения себя благу другому*). В конце выполнения *шести подготовительных действий* Поле заслуг растворите в коренном Учителе, который является его центром. Коренного Учителя расположите на макушке вашей головы и последовательно, этап за этапом созерцайте вверение себя благу другу, думайте о пользе вверения, вреде невверения, пороке его оставления и т.д. Здесь надо много раз читать мантру Будды Шакьямуни и своего коренного Учителя.

Затем необходимо размышлять о *свободах и благах драгоценного человеческого рождения, о смерти и непостоянстве, о законе деяния и плода* и обдумывать *пороки сансары*. Без размышления об этом у вас не возникнет отречения от сансары, а если не породить отречения, то ни о каких достижениях в практике *преображения мышления* не может быть и речи.

После этого надо обдумывать необходимость зарождения бодхичитты. Это включает обдумывание и относительной, и абсолютной бодхичитты. Если подходить с точки зрения сущности бодхичитты, то сначала надо рассматривать абсолютную, но с точки зрения выполнения практики вначале рассматривают относительную. Нужно зародить относительную бодхичитту и проникнуться к ней сильной верой. Это имеет очень большое значение. Если, к примеру, ваша мать, потеряв зрение, направится к огненной яме, а вы будете рядом и не спасете ее от этого, то вы будете плохим сыном. Точно так же, если вы один спасетесь и будете пребывать в покое и блаженстве, а в это время живые существа, все без исключения бывшие вашими матерями в прошлом, будут тонуть в океане сансары – это будет плохо и опечалит сердца Будд. Так поступают *слушатели* (шраваки) и *одинокие просветленные* (пратьекабудды). У них не завершены *устранения* и *постижения* (spangs rtogs). *Слушатели* и *одинокие просветленные* устранили омрачения клеш (nyon sgrib), но не устранили омраченность неведения (shes sgrib). И у них нет обладания безошибочным знанием (rtogs). А Будды полностью осуществили *устранение* и *постижение*, т.е. отбросили все омраченности и достигли безошибочного знания.

Будды – существа, исполнившие в полноте свое благо, и поэтому в полноте могут исполнить благо других. Что касается *слушателей* и *одиноких просветленных*, если они в полноте не смогли себе помочь, как же они другим помогут? Если они не очистили свое сознание, как же они помогут очистить полностью сознание других? Есть два вида бодхисаттв: те, которые перешли в Высшую колесницу из колесницы *шраваков* или *одиноких просветленных*, и те, которые сразу стали бодхисаттвами. Последнее – лучше; не следует вступать на стезю *слушателей* и *одиноких просветленных*, а нужно сразу принять путь бодхисаттв, потому что на этом пути, в конечном итоге, можно осуществить и свое, и чужое благо. Кто по призыву Будды быстрее достигнет полного освобождения – *слушатель* и *одинокий просветленный* или Бодхисаттва? Конечно же, Бодхисаттва. Этому есть много объяснений. *Слушатели* и *одинокие просветленные*, достигая выхода за пределы страданий, ощущают особого рода блаженство. И даже если они вступят на путь бодхисаттв, чтобы полностью очистить поток своего сознания, сразу у

них это не получится, потому что это блаженство у них настолько велико, что не позволяет им вообще что-либо делать. Поэтому они достигают состояния Будды очень медленно. Далее, если человек, породивший бодхичитту, находясь на *этапе снаряжения*, совершит тяжкий проступок и упадет в ад, он все-таки достигнет просветления гораздо быстрее, чем *слушатель* или *одинокий просветленный*, не попавшие в ад, т.к. очистив в аду свою карму и восстановив бодхичитту, пришедшую в упадок вследствие тяжкого проступка, ею он скорее достигнет состояния Будды. Кроме того, *слушатели* и *одинокие просветленные* сами не ощущают страданий, им трудно понять страдания других и, соответственно, трудно породить сострадание. Бодхисаттвы же, находящиеся на пути Великой колесницы, сами страдают и потому проникаются страданиями других и порождают великое сострадание.

Тот, кто, начав переходить реку вброд, поднимает подол до колена, затем, дойдя до более глубокого места, вынужден поднимать его до пояса. Так он выполняет двойную работу. А тот, кто сразу закатал подол до пояса, перейдет реку, не делая одной работы дважды. Так и тот, кто сначала вступает на путь *слушателя* и *одинокого просветленного*, затем становится бодхисаттвой и достигает просветления, выполняет двойную работу. Гораздо лучше сразу же породить в сознании бодхисатовскую мысль и с самого начала встать на путь Великой колесницы.

Будет очень хорошо, если вы с самого начала поймете пользу зарождения бодхисатовской мысли. В «Пожеланиях Майтреи» есть следующие строки:

*Поклоняюсь бодхичитте,
Ведущей в бессмертие и неувядание,
Ясно показывающей Высший путь
И устраняющей путь в низшие миры.*

Здесь говорится о том, что если зародишь в сознании бодхисатовскую мысль, то этим исправишь много ошибок. Многие проступки, такие, как пять преступлений неотложного возмездия, не принесут тяжелых плодов страдания. Конечно, собрание ошибок уничтожится не сразу, но если, не допуская упадка, все более и более увеличивать напряжение бодхисатовской мысли, то этим постепенно уничтожишь причины страданий. Так устраняется путь в низшие миры.

Бодхичитта помогает архатам и пратьекабуддам (*одиноким просветленным*) достичь просветления. Каким же образом? Архатами и пратьекабуддами, как и бодхисаттвами, становятся благодаря поддержке Будд, а Буддами становятся благодаря бодхисатовской мысли. Поэтому и говорится: «Ясно показывающей Высший путь»

В *теле блаженства* (самбхогакае) нет болезней, нет старости, нет смерти и нет нового рождения. Но если бы Будда пришел к нам в самбхогакае, он не смог бы нам помочь, так как мы бы его не увидели. Поэтому, пребывая в самбхогакае, Будда порождает различные *явленные тела* (нирманаккаи), в разное время и в разных местах помогая другим. Как же возникают эти благие качества самбхогакаи? Основой их является бодхисатовская мысль, именно она порождает всех Будд, а Будда – такое тело. И потому сказано: «Ведущей в бессмертие и неувядание».

Бодхисатовская мысль – основа достижения состояния архата и пратьекабудды и дальнейшего прохождения по пути пробуждения до состояния Будды, основа всех высоких достоинств, основа уничтожения всех изъянов, основа всех временных и вечных благ, потому что без проповеди Будды мы не узнали бы, что такое принимаемое и отвергаемое и совершали бы из-за этого десять неблагих деяний и испытывали страдания. А Будда не мог бы появиться, не зародив бодхисатовскую мысль. Поэтому помните о великой пользе бодхичитты.

Далее можно переходить к собственно практике *преображения мышления*.

Семичленная практика зарождения бодхисатовской мысли состоит в следующем:

1. Сначала необходимо понять, что нет такого живого существа, которое в каком-либо из моих бесчисленных предыдущих рождений не было бы моей матерью (*mar shes*).
2. Затем нужно вспомнить о тех благодеяниях, которые они мне оказывали (*drin dran*).
3. Далее принять решение в ответ на их благодеяния ответить им тем же (*drin bzos*).
4. Проникнуться к ним любовью (*yid 'ong kyi byams pa*).
5. Понимая, как они сейчас страдают, проникнуться великим состраданием (*snying tje chen po*).
6. Затем искренне решиться помочь им в беде (*lhag bsam*).
7. Когда родится искренняя решимость, появится и бодхисатовская мысль (*sems bskyed*).

Если последовательно продвигаться от одного этапа к другому, и зародите бодхичитту.

В черед бесчисленных рождений невообразимо большое число живых существ было вашими матерями. Ни про одно существо вы не можете с достоверностью утверждать, что в каком-то рождении оно не было вашей матерью. Поэтому ко всем им надо относиться, как к своей матери. Вспомните свою мать (если вы не знали ее, представьте образ того человека, кого вы больше всего любите за его доброту к вам). Мать – это человек, который бережно носил вас в своем чреве. Чтобы не повредить вам, она не ела слишком горячую, слишком холодную, слишком грубую пищу, не ела слишком много или слишком мало. Она старалась двигаться осторожно, чтобы не причинить вам вред. После того, как вы родились, она боялась сделать лишний шаг, чтобы не причинить вам беспокойства, боялась громко разговаривать, ухаживала за вами и думала только о том, чтобы вам было хорошо. И наверняка ее доброта была так велика, что ваше благополучие она ставила выше своей жизни. То, что сейчас вы пришли к Учению, стало возможным тоже благодаря ей – ведь если бы она, например, была неосторожна во время беременности, вы могли бы родиться с физическими изъянами и по этой причине, возможно, не смогли бы практиковать Учение. Вспоминая о доброте своей матери, подумайте о том, что она не только в этой жизни, но и в невообразимом числе предыдущих, невзирая на болезни и невзгоды совершала благодеяния и посвящала их вам. И ради вашего благополучия, заботясь о вас, она совершила также много и неблагих дел, по причине чего сейчас страдает. Поэтому примите решение за доброту отплатить и ей, и всем живым существам – вашим матерям – тем же.

Существуют некоторое различие в том, как порождается любовь в *семичленной практике* и практике *замена себя на других*. В первом случае любовь рождается после того, как человек решает совершить благодеяние в ответ на доброту своих матерей – живых существ (пункты 1-3). В практике же *замена себя на других* этот результат достигается благодаря осознанию изъянов любви к самому себе и достоинств любви к другим. Еще одно отличие в том, что в *семичленной практике* в процессе культивации любви все живые существа рассматриваются в образе близкого человека, и сострадание, соответственно, проявляется как к близкому. А в практике *замена себя на других* объекты сострадания видятся не только в образе близких, но и незнакомых людей и врагов.

Далее мы должны зародить сострадание ко всем живым существам. Любовь – это стремление дать другим счастье, а сострадание – стремление избавить их от страдания. В практике *замена себя на других* последовательность порождения любви и сострадания может меняться местами, так как для их культивации выполняется практика «принятия и отдачи», связанная с дыханием: побуждаемые любовью, мы с выдохом отдаем другим все самое лучшее, что имеем, а ведомые состраданием, с вдохом принимаем на себя все плохое, что есть у них.

Следующая позиция – осознание равенства себя и других. Она обосновывается тем, что все существа хотят быть счастливыми, так же как и мы сами. Обычно мы переоцениваем собственные страдания и недооцениваем страдания других. И собственного счастья нам всегда мало, когда же другие счастливы, это вызывает у нас зависть. Это позиция неравенства себя и других, и от нее надо отказаться. Счастьем других надо радоваться, как своему собственному, и чужие страдания переживать, как свои.

После этого идет *замена себя на других*. С безначального времени мы, ведомые *заботой о себе*, занимаем эгоцентрическую позицию, осознанно или нет, ставим себя в центр мироздания, считаем себя

самыми лучшими, значительными, и делаем все, чтобы эту позицию укрепить. *Озабоченность собой* заставляет совершать поступки, следствием которых являются страдания. И *преображение мышления* заключается в том, что вы отказываетесь от своей эгоцентрической позиции, перенося эту позицию важности на другого.

Здесь начинается практика «принятия и отдачи»: мы принимаем на себя страдания благодаря нашему состраданию и отдаем счастье благодаря любви. Осваивается этот метод в сочетании с особой техникой дыхания. Представьте перед собой свою страдающую мать (или кого-то другого, кто вам близок), и выполняйте практику «вдоха и выдоха». Все, что она накопила в себе плохого, вытягивай из нее в образе черного луча и забирайте в себя, вдыхая в правую ноздрю. Представляйте, что все эти загрязнения, проливаясь в вашем сердце, тушат в нем пламя любви к самому себе, этого самого главного своего врага. Выдыхая из левой ноздри, отдайте своей матери все накопленные вами добродетели, все благо, что есть у вас, в образе белого луча. При этом не думайте о том, что это, в конечном счете, принесет пользу и вам самому, искренне думайте только о той пользе, которую вы хотите принести вашей матери. Впрочем, если вы по-настоящему будете думать о благе для вашей матери, вы и не сможете думать о себе.

Если не получается делать эту практику, созерцая свою мать, начинайте с созерцания самого себя. Те страдания, которые вы должны будете испытать сегодня вечером, с вдохом вбирайте в себя в виде черного луча, и загасите ими огонь любви к самому себе, скрытый в самом центре вашего сердца. Достигнув успеха в этой практике, вбирайте в себя далее все страдания, которые вы должны будете испытать завтра, затем – на неделе, потом – в течение месяца, года, этой жизни и всех будущих. Все же добродетели, которые в будущем должны принести благо, с выдохом отдайте тому себе, каким вы будете в будущем. Во время этой практики нужно представлять, что ваше сознание заполняется радостью от сделанного.

Добившись успеха в этой практике представляя самого себя, далее переходите к созерцанию своей матери, затем – отца, далее – других близких, потом – делайте практику, представляя себе незнакомых людей, к которым вы не испытываете ни симпатии, ни антипатии. После этого надо переходить к созерцанию своих врагов. Конечно, одно появление в мысли образа врага вызывает страдание, но нужно осознать, что ваш враг, в сущности, не виноват в причиняемых вам страданиях, вы сами, своими ошибками в прошлом заслужили, чтобы он причинял вам зло. Подумайте о том, что и он в прошлом много раз был вашей матерью и от чистого сердца делайте практику «вдоха и выдоха». Помните, что эту практику нужно делать с радостью от того, что становишься причиной уничтожения страданий своих матерей и причиной их счастья.

Когда начнете испытывать равное чувство любви и к вашей нынешней матери, и к отцу, и к родным, и к незнакомцу, и к вашему личному врагу, переходите к дыхательной практике, представляя всех существ вообще. Принимайте на себя все их страдания и отдавайте им все самое лучшее, как драгоценность, исполняющую все желания. Эта драгоценность существ, мучающихся в горячих адах, наделит прохладой, измученных невыносимым холодом наделит теплом и утолит голод и жажду ненасытных душ.

Существует два типа изъянов: изъяны сока и изъяны сосуда. Сок – это все живые существа, сосуд – это вместительница живых существ, внешний мир. Обыкновенные живые существа имеют изъяны-клеши. Архаты и пратьекабудды не имеют клеш, но они имеют изъян следа неведения в сознании. Изъяны сосуда – это такие места, как ады, мир ненасытных душ и тому подобное. В практике «вдоха и выдоха» все эти изъяны в образе черного луча вдыхайте в себя и направляйте в глубину своего сердца, чтобы погасить там огонь любви к самому себе, самоозабоченности. Забирая себе все изъяны сока и сосуда, выдыхайте в образе белого луча все свое благо и добродетели и созерцайте, что благодаря этому все существа, исполнив свои временные цели, достигнут конечной цели, пробуждения, и во вселенной будут только хорошие места.

По отношению к высшим существам – Учителям, Буддам – тоже можно делать практику «вдоха и выдоха», но только при вдохе не надо представлять, что забираете у них изъяны (их у них нет), а при выдохе созерцайте белые лучи, на кончике которых расположены облака бесчисленных подношений Учителям и Буддам. И представляйте, что Учителя и Будды улыбаясь, с радостью принимают ваши дары.

Нужно понимать, что вы не сможете, конечно, как по мановению волшебной палочки убрать все страдания живых существ. Каждый сам накапливает свои ошибки и сам за них расплачивается, сам очищает свое сознание и сам достигает состояния Будды, но нужно показать ему путь освобождения. И ваша любовь и сострадание приводят вас к твердому решению: освободить всех живых существ от страдания. По-тибетски это называется *лхаг-сем*, буквально – сверхмысль. Но не став Буддой сами, вы не сможете этого сделать. Поэтому из этого решения возникает то, что называют бодхичиттой – мысль о достижении просветления ради спасения всех живых существ.

К практике «Боевой чакры» надо приступать, когда после *отождествления себя с другими* мы переходим к *замена себя на других*. Весь текст надо медленно прочитывать от начала до конца, созерцая в соответствии с наставлениями и испрашивать благословения, чтобы у вас появилось действительное понимание того, что в нем проповедано. Во время чтения каждого из четверостиший первой части текста до строки «*И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось*» включительно надо делать практику «принятия и отдачи», а во время чтения четвертой («*Отныне...*») созерцать, что *три яда* (т.е. страсть, гнев и неведение) живых существ, которые являются причиной их страданий, созревают во мне, на моей *заботе о себе*, как на виновнице всех страданий, а три моих *корня добродетели* (отсутствие страсти, гнева и неведения) созревают в живых существах, и молиться об этом.

Если вы почему-либо не можете проводить созерцание по этой практике, то можно просто читать текст и приобретать знания, они помогут вам в практических ситуациях. Когда появляются преграды, возникают тяжелые ситуации, правильная установка сознания, которую задает эта практика, поможет не только не падать духом, но и испытать действительную радость. Мы, простые люди, встретившись с проблемами, суетимся, чтобы их решить, ищем, кто бы за нас прочитал ритуал, а тот, кто практикует *преобразование мышления*, только радуется, встретившись с неприятным. Эта практика, если сформулировать кратко, направлена на то, чтобы преобразовывать проблемы в радость и препятствия делать помощниками на пути просветления.

Практика преобразования мышления Великой колесницы под названием «Боевая чakra»

Тибетский термин *blo*, который в данном словосочетании – *blo sbyong* – переводится как мышление, очень широк. В его объем входят и мысль, сознание, ум (*sems, nam shes, yid*) и психические процессы (*sems byung*). Не все познавательные процессы относятся к сознанию, например, интуиция (*shes rab*) относится к психическим процессам.

Поклоняюсь Великому Гневному Ямандаге!

В начале текста автор выражает поклонение Гневному Ямандаге. Вообще говоря, все бодхисаттвы – гневные, их гнев направлен на нашу *привязанность к Я*, как на врага. Но гнев у бодхисаттв

проявляется не в самой сильной форме. *Великий гнев* бывает только у Идамов, таких, например, как Ямандага. Нужно сказать, что есть два аспекта Идама: условный и истинный. Понятия условного и истинного смысла часто встречаются в жизнеописаниях. Можно привести такой пример высказывания с двумя смыслами, взятый из жизнеописания Будды Шакьямуни. Однажды некий царь, убив своих родителей, обратился к Будде, и Будда сказал: «Отца и мать следует убивать!». Тем самым, если придерживаться условного смысла, т.е. буквального значения слов, он одобрил убийство. Истинный же смысл высказывания тот, что надо подавить у себя вожделение и привязанность. Хотя царь сразу его и не понял, но слова Будды помогли ему встать на путь пробуждения в то время, когда он был близок к помешательству из-за совершённого им греха.

Ямандага пребывает в чрезвычайно свирепом виде. Во множестве своих рук он держит ужасающие атрибуты, ногами топчет существ, символизирующих препятствия, его волосы стоят дыбом, глаза выпучены, клыки оскалены, язык шевелится. Сущностью этого образа является мудрость недвойственности блаженства и шуньи (пустотности). Мудрость является истинным аспектом Ямандаги. Образ – это его условный аспект. Итак, мы поклоняемся Ямандаге в его двух аспектах: истинном – как мудрости недвойственности великого блаженства и шуньи, и условном – как Идаму в грозном облике.

**В ядовитых лесах обитают павлины.
Хоть и прекрасны целебные рощи,
Но стаи павлиньи не ищут в них счастья,
Довольствуясь соками древ ядовитых.**

Павлины обитают в лесах, где много деревьев с ядовитыми плодами. Как бы ни были прекрасны лекарственные деревья, павлины не обращают на них никакого внимания. Укрепить же их тело и поддержать жизнь может только сок ядовитых плодов. Он также придает более яркую окраску их перьям. Поэтому-то павлины и стремятся найти эти плоды. Наш мир похож на густой дремучий лес. Удовольствия и все, что есть в нем привлекательного, подобны лекарственным деревьям. Страдания же похожи на деревья ядовитые.

**Так и герои в сансары лесу пребывают.
Хоть и прекрасны сады наслаждений и счастья,
Но не прельщаются ими герои.
В чаще страданий находят они наслажденье.**

Бодхисаттвы – благородные сыновья Будд – вступая в дремучий лес сансары, уже не имеют тяги к удовольствиям. Они полностью отвергли личные стремления и живут только ради других. Все, что бы они ни совершали, направлено на то, чтобы помочь живым существам достичь счастья. В чащобе сансары (среди страсти, гнева и невежества) не видно света, нет тропинок, в нем все покрыто мраком. Бодхисаттвы, хотя иногда и замечают красивые плоды (удовольствия и счастья), но также как и павлины, питающие к этим плодам отвращение, проходят мимо них, не обращая внимания. Подобно павлинам, поедающим ядовитые плоды для улучшения своей внешности, бодхисаттвы применяют на пути страдания – они необходимы для их практики.

Не следует думать, что бодхисаттвы имеют хотя бы толику привязанности к объектам чувственного восприятия: красивым формам, звукам, запахам и прочему. Они живут в сансаре, но не привязаны к ней. В отличие от них те, кто вращается в круговороте сансары, очень привязаны к ее благам и не имеют сил оторваться от них.

**Тот, кто стремится к блаженству и счастью,
По своему малодушию будет страдать,
Тот бодхисаттва, что примет страданья,
Силой отваги всегда будет счастлив.**

Бодхисаттвы идут навстречу страданиям, а не удовольствиям, в отличие от людей малодушных. Обычно малодушным называют того, кто чрезвычайно чувствителен ко всему, что может представлять для него угрозу, боится каждого шороха и не может терпеть даже небольшой боли. Мы сами зачастую стремимся избежать страданий и безотчетно радуемся, когда нам хорошо. Значит, и мы бываем малодушны. Но, чем сильнее стремишься к счастью, тем быстрее придешь к страданиям. Бодхисаттвы же, идущие навстречу страданиям, всегда счастливы. Они будут счастливы не только в этой жизни, но и в бесконечной череде последующих перерождений.

**Ныне, здесь, уподоблена страсть ядовитому лесу.
Подобный павлину герой подчинить ее сможет,
Но малодушный, подобный вороне – жизни лишится.
Как победит этот яд, за себя кто трепещет?**

Слово «ныне» указывает на тот этап пути «высшей личности», когда для ёствования используются омрачения и страдания. Он наступает после того, как человек, совершенствуясь по этапам пути низшей, средней и высшей личности, зародит совершенно чистую бодхисатовскую мысль и затем будет заниматься практикой *преобразования мышления*. Только после этого можно приступать к практике использования на пути просветления омрачений и страданий. Если же вы приступите к этой практике сразу, с налета, без предварительной подготовки и попытаетесь омрачения трансформировать в благо, то это будет вам не по силам. Поэтому предупреждаю: не стоит приступать к этой практике без подготовки. Только тот, кто последовательно прошел все подготовительные этапы, сможет это «переварить». Эта практика только для тех, кто находится на этапе высшей духовной личности.

Слово «здесь» указывает на этап тантрийской практики, где при использовании омрачения на пути совершенствования следует прибегать к страсти. Что такое страсть? Почему именно ее сравнивают с лесом? Страсть очень легко возбуждается и к тому же весьма трудно распознается. Нелегко бывает определить, к какому виду относится то или иное проявление страсти. Если, к примеру, возникает гнев, то мы сразу замечаем его присутствие, но совсем иначе обстоит дело со страстью. Из-за легкости ее возбуждения к ней прибегают в практике в первую очередь. Страсть проявляется вслед за тем, как перед нашими органами чувств предстают привлекательные внешние объекты. Например, звук приятного голоса может вызвать у нас много видов страсти. Даже вкусный чай может возбудить множество эмоций. Привязанность ко всему живому и неживому может проявляться у нас в разных формах, их просто не счесть. Они могут возникать к вещам, людям, животным и т.д. Цвет чая, наливаемого в чашку, вызывает одно желание, его аромат – другое. Даже к одному объекту – чаю – просыпается сонм желаний. Их также много, как деревьев в ядовитом лесу.

Бодхисаттвы – благородные сыны Будд – способны правильно трудиться в этом лесу желаний. Им от него не будет никакого вреда. Малодушным же, подобным воронам, это не по силам. Если же они все-таки, минуя подготовительные этапы, попробуют это делать, то их жизнь для спасения может быть погублена. Почему так? У Бодхисаттв отсутствует стремление к личному благу, у них нет *привязанности к Я*. Для них нет опасности в провоцировании у себя страсти, так как они в состоянии ее приручить и обратить в благо для других. Так как у Бодхисаттвы нет *привязанности к Я*, нет мысли о себе, то с чем бы он ни имел дело – будь то со страстью или гневом – он не пострадает. Тем же, кто гонится за личным счастьем, это недоступно. Бодхисаттва не думает о себе. Для него самый злейший враг – это *забота о себе*, привязанность к ощущению собственной значимости, поэтому ему не будет вреда от желаний и прочего. Тот же, кто стремится к личному благу, зародив страсть, не сможет трансформировать ее, и, напротив, будет испытывать тот страдания. Тот, кто зовется эгоистом, старается только ради самого себя и своего счастья. Он просто не в силах будет принять ядовитую страсть и умрет, как умирает ворона от смертельного сока. Для того, чтобы яд желания и его остальные виды обратить на благо других, нужно уничтожить эгоизм, собственные желания. Существует период, когда яд желания становится необходимостью для того, кто отверг *заботу о себе*. Такой период может быть у тех, кто не думает о личном счастье.

По сравнению с бодхисаттвой, который умеет применять омрачения, идущие по пути *шраваков* и *пратьекабудд*, не говоря уже об обычных людях, подобны воронам. У них присутствует стремление к личному благу. Они, если даже и зародят желания, не смогут их обратить в пользу. Кроме того, они погубят эту жизнь для своего спасения. Почему? Потому что у них имеет силу стремление к своему счастью.

**Сердцем отважный, подобный павлину,
Все омрачения – лес ядовитый –
В сок превращая, в сансары лесу пребывает.
Только приняв яд, его мы подавим.**

Благородные Бодхисаттвы живут в дебрях сансары, в её густых непроходимых лесах. Употребляя яд, они приносят пользу другим. *В сок превращая (bcud du bsgyur)* – это значит пробудить страсть, вызывающую неповторимое блаженство.

В колесе сансары мы крутимся потому, что имеем желания. Чтобы от них освободиться, нужно постоянно в мыслях их осуждать. Например, чтобы уменьшить привязанность к своему дому, нужно думать о том, что он – всего лишь условие для осуществления просветления, место, где можно созерцать или заниматься какими-либо другими практиками. Чтобы избавиться от гнева, нужно также использовать анализ.

На чем основано сравнение бодхисаттвы с павлином? Оба могут питаться ядом и обращать его на пользу. Например, павлин, употребляя яд, становится обладателем пяти признаков красоты: крепкими и красивыми перьями, силой, звонким голосом, и т.д. Бодхисаттва же, используя страсть, гнев и неведение углубляет свое постижение реальности, извлекает огромное благо для других, находит путь к наиболее высоким (восьмой, девятой и десятой) ступеням бодхисаттвы. Но причина не только в этом, у них есть и другие сходные качества. Например, одно из замечательных качеств прекрасной птицы то, что павлин, как говорят, не убивает насекомых. Бодхисаттва также не приносит вреда ни одному живому существу.

Рассмотрим метод принятия и обезвреживания яда. Как же нужно относиться к пяти объектам чувственного восприятия, чтобы через них оказать помощь другим? Бодхисаттве следует принимать дары без излишней восторженности или надменности. Надо сознавать опасность, которую они в себе таят, знать пороки пяти объектов чувственного восприятия (видимого, слышимого, обоняемого, вкушаемого и осязаемого), но внешне всем своим видом при получении дара нужно выразить радость, дабы помочь милостынедателю обрести собрание благих заслуг. Нельзя выказывать то, что думаете о порочности всех объектов восприятия, иначе тот, кто делает давание, подумает, что не смог совершить добродетель и почувствует себя несчастным. Пять объектов чувственного восприятия будут влиять положительно, если вы проникнитесь мыслью об их порочности и не станете привязываться к ним.

**Ныне, когда не по собственной воле кружимся,
Мару – привязанность к Я – и слуг его –
К счастью стремленье, желания личные –
надо отбросить как труп
И взвалить на себя тяжкое бремя деяний для блага чужого.**

Обдумав все сказанное выше, необходимо приступить к самой практике. Она обладает многими особенностями, которые мы рассмотрим ниже.

«Ныне, когда не по собственной воле кружимся» – речь идет не только о тех, кто находится в колесе сансары. Архаты и пратьекабудды, лишенные *привязанности к Я*, вышли за ее пределы. *Привязанность к Я* (bdag 'dzin) – это то, что они отвергли. Но *забота о себе* (rang gces 'dzin) есть у всех живых существ, в том числе и у них. Хотя сансара и оставлена архатами и пратьекабуддами, но есть причина, по которой они не могут достичь состояния Будды и, сами того не желая, кружатся на одном месте. Эта причина – *забота о себе*. По этому вопросу есть разные точки зрения. Мадхьямики-

сватантрики утверждают, что архаты и пратьекабудды лишены *привязанности к Я* индивида, но имеют *привязанность к Я* дхарм, а это равносильно *цеплянию за истинность* (bden 'dzin). Следовательно, у них есть омрачение, как результат неведения. Для мадхьямиков-прасангиков *привязанность к Я* и *цепляние за истинность* – одно и то же. Поэтому мадхьямики-прасангики стоят на той позиции, что архаты и пратьекабудды лишены как *привязанности к Я*, так и *цепляния за истинность*, но у них остается *забота о себе*. Следует придерживаться точки зрения последних: отсутствие *привязанности к Я* не говорит об отсутствии *заботы о себе*. *Привязанность к Я*, таким образом, рассматривается как мара-царь, а *забота о себе* – как слуга мара. Нужно выбросить как ненужный труп *привязанность к Я* и *заботу о себе* и вместо этого принять самое трудное, что может быть для человека: стремление действовать ради блага других.

**Страданий живого всего, что одной со мной крови,
Гонимого деяниями и с осквернениями свыкшегося,
Фундамент – стремление к личному счастью.**

Все без исключения живые существа гонимы кармой – собственными прошлыми деяниями. Все имеют большую привычку к осквернениям-клешам, свыклись с ними, в том числе и мы. Все мы от этого испытываем много страданий. Причина их кроется в стремлении к личному счастью и в *привязанности к Я*.

**Когда стремления личные все ещё держат
Их надо отбросить; блаженство и счастье свое
отдать всем живущем.**

**Когда все, что ни сделали, к нам возвращается злом –
Это ответ на смятенность ума. Спросим себя:
помогла ли нам наша привязанность к Я?**

Бодхисаттвы в большинстве своем не подвержены опасности проявления *привязанности к Я*. Но иногда, в силу инерции, могут проявляться остаточные тенденции прежних привязанностей. Тогда следует эти проявления распознать и строго осудить, напомнив себе о том, что они с безначальных времен являются причиной множества страданий. Необходимо осудить свои пороки и особенно *привязанность к Я*. Как противоядие против этих тенденций надо отдавать живым существам все лучшее, что имеете. Щедрость – это лучшее противоядие против минутных проявлений эгоцентризма.

Обычно люди на добро отвечают добром, но если вместо этого они начинают плохо о вас отзываться, возводить напраслину и вообще обходиться несправедливо, не ищите причину этого в ком-то кроме себя самого, не обвиняйте других, сокрушаясь: «помогай, не помогай – все одинаково: от людей никогда не дождешься ничего хорошего». Причина кроется в блуждании, смятении вашего ума, а оно возникает из-за стремления удовлетворить свое «Я». Имея такую доминанту, наше сознание все время отвлекается на себя и это мешает вам сосредоточиться на чем-либо другом. *Забота о себе* порождает стремление к своему благу и ненависть к другим, и все ваши несчастья – это ответ на смятение вашего собственного ума. Ныне следует думать так: видимо, в прошлых рождениях эти люди делали мне добро, а я отвечал им злом, так что не надо теперь гневаться на них; лучше спросить себя, помогло ли мне то, что раньше я добивался целей, которые ставила мне моя *привязанность к Я*?

**Когда тело поражает нестерпимая болезнь -
Значит, вред причиняли телам живых существ,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне надо принять на себя все болезни!**

Если вы очень серьезно заболели – это значит, что в этой или прошлых жизнях вы избивали, мучили и убивали живых существ, и теперь ваши прошлые дурные деяния, как бумеранг, достигают вас. Именно они – дурные деяния – причина ваших страданий, подобно смертоносному оружию

уничтожающая все ваше счастье и благополучие. Когда оружие дурных деяний оборачивается против вас болезнью, следует мысленно принять на себя все нестерпимые страдания от болезней всех живых существ, добавив их к своей болезни. Для этого перед собой созерцайте Поле заслуг (tshogs zhing), а вокруг себя всех матерей – живых существ. Искренне раскаяваясь в дурных деяниях, содеянных в прошлом, представляйте, что из вашей левой ноздри исходят лучи ослепительно белого света, которыми вы отдаете им все свое счастье и благополучие. Эти лучи достигают каждого живого существа. Затем вы собираете все их страдания от болезней в образе черных лучей, втягиваете их через правую ноздрю и растворяете в глубине своего сердца. Затем, продолжая созерцание, поместите Учителя над своей головой и обратитесь к нему с мольбой о благословении на то, чтобы все болезни живых существ созрели в вашем теле, а все ваше здоровье и счастье созрели в живых существах. Благословение имеет очень важное значение. Как вы знаете, сознание формируется из отдельных моментов. Учитель, благословляя вас, уничтожает неблагою мысль, содержащуюся в предыдущем моменте сознания, и таким образом в следующем моменте ваше сознание пребывает в благом состоянии. Мы же можем менять неблагое состояние сознания на благое силой веры. Можно все болезни живых существ собирать у себя именно в том месте, где у вас сейчас болит. И когда они там растворятся, думайте с верой, что ваша *забота о себе* получила по заслугам. Этим вы тушите огонь озабоченности собой, пылающий в вашем сердце. Подобным же образом поступайте при чтении следующих четверостиший. Этот метод называется «принятие и отдача» (gtong len). Практику «принятия и отдачи» можно выполнять постоянно в течение всего дня. Для этого пригоден любой негативный фактор. В ходе этой практики созерцайте Учителя над своей головой.

**Если душевные муки поднялись -
Значит, раньше мы смуту вносили в души чужие
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне страдания все нужно принять на себя!**

Душевные переживания возникают обычно по какой-либо причине. Когда же у вас беспричинно пропадает настроение и терзают душевные муки – это значит, что в этой или прошлых жизнях вы доставляли своему Учителю, родителям или друзьям много переживаний. Глубоко раскайтесь в этом, выполняйте практику «принятия и отдачи», принимая на себя все душевные муки живых существ и отдавая им все самое лучшее, что у вас есть.

**Если нас мучат жестокие голод и жажда –
Значит, раньше мы были жадны, воровали и грабили,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне все жажды и голода муки надо принять на себя!**

Созревшим плодом проявления скупости и таких деяний, как обман и воровство ради обладания чужим богатством, или же просто большой привязанности к имуществу являются сильные муки от голода и жажды, например, во время поста. Их нужно воспринимать как проявление доброты Трех Драгоценностей, так как, испытав эти страдания во время поста, вы сможете уйти от великих страданий низших уделов в будущем. Практикуя, принимайте сверх всех своих страданий все без остатка страдания живых существ от голода и жажды в практике «принятия и отдачи», как было описано выше.

**Когда власть имущие люди третируют нас, страдать заставляют -
Значит, гневались сами мы раньше на тех, кого ниже считали и
в рабство людей обращали,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Отныне и телом, и жизнью надо рабски служить другим людям!**

Иногда люди, стоящие выше вас по положению, несправедливо ругают и унижают вас, доставляя тем самым телесные и душевные муки. Это – созревший плод ваших собственных деяний: в этой или

прошлых жизнях вы под влиянием ненависти и неприязни унижали и оскорбляли других, всячески ими помыкали.

Выполняйте практику «принятия и отдачи» и испросите благословения у Учителя, восседающего на макушке вашей головы, рабски служить всем живым существам и приносить им благо.

**Когда неприятные речи приходится слушать –
Значит, сами злословили, по-разному речью грешили,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне надо бранить только свои недостатки!**

Если вы слышите в свой адрес несправедливые упреки или брань, принижение ваших заслуг и необоснованные обвинения, не надо стенать о несправедливости: это плоды проступков речи – клеветы, сквернословия и лжи – совершённых вами в прошлом. Так что прямо сейчас надо раскаяться в пороках своей собственной речи и избавляться от них, а не стараться возложить вину на кого-то другого.

**Если в нечистом краю родились -
Значит, раньше всех видели в свете плохом,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне надо смотреть на людей чистым взглядом!**

Есть края чистые, с красивым ландшафтом. Там рождаются люди с благой кармой. Есть и такие места, где много насекомых и хищных зверей. Люди, живущие в них, чувствуют себя неудобно. Это – места рождения людей с дурной кармой. Если вы родились именно в таком месте, то знайте, что в прошлом вам все виделось в плохом свете, вы постоянно видели людей с дурной стороны. Чтобы исправить эту плохую карму, смотрите на все неприятное, как на форму, в которой Три Драгоценности пришли помочь живым существам. Если вам кто-то вредит, надо думать, что он делает это в силу благословения Трёх Драгоценностей с тем, чтобы помочь вам очистить карму.

**Если самые близкие друзья оставляют -
Значит, сами негодными средствами среди других
вносили раздоры,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Отныне ж не станем друзей разлучать!**

Если лучшие друзья вас покидают – это происходит из-за того, что сами раньше развязывали ссоры в чужом кругу и, пользуясь наговорами и тому подобным, привлекали к себе чужих друзей, в особенности Учителей или учеников. Теперь же выполняй практику «принятия и отдачи» и дай зарок впредь не допускать такого.

**Если праведники нам не рады -
Значит, раньше, их оставляя, сближались с дурными людьми,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне же нужно дурных всех друзей нам оставить!**

Праведники – это люди, достигшие высоких реализаций или Учителя.

Не огорчайтесь из-за того, что они не радуются вашим подношениям и знакам почтения, но проанализируйте лучше самого себя. Не истолковывайте их отношение превратно. Это не проявление недоброжелательности Учителей, просто вы сами в прошлых рождениях бездумно оставляли праведных людей и искали общества неправедных. Конечно, не надо оставлять их своим состраданием, но и не следует идти за ними в плохом. Осуществляйте практику «принятия и отдачи» и расстаньтесь с дурными людьми.

Когда страдаем от напраслин, что другие возводят –

**Значит, праведников раньше унижали и порочили,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Отныне не станем хулу на других возводить!**

**Если растратилось все наше достояние –
Значит, нуждами других пренебрегали,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Отныне же печься о других!**

Пренебрежение интересами других, присвоение чужого имущества, эгоцентрические взгляды – дескать, будь, что будет, лишь бы мне было хорошо – приводят к таким последствиям. Оружие прошлых деяний карает вас таким образом. В будущем нужно считаться с чужими интересами. Дайте зарок отныне другим оставлять лучшее, а себе брать то, что похуже, а не наоборот. При невозможности претворения в жизнь этого сейчас, готовьтесь к этому мысленно. Созерцая Учителя на макушке своей головы, выполняйте практику «принятия и отдачи».

**Если в мыслях печаль и на сердце смутно –
Значит, раньше другим скверну копить помогали,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Отныне не будем причиной других осквернения!**

Порой бывает так, что без видимой на то причины возникает подавленное настроение, или во время созерцания Божества не удается добиться ясности образа. Сознание как бы подернуто пеленой мрака. Не обвиняйте из-за этого ни в чем не повинных злых духов или хранителей учения (сахюсанов), не ищите причины во внешних факторах. Есть, конечно, нечистые силы, но больше всего мы сами себе мешаем. Надо, прежде всего, заглянуть в себя. Если уж обвинять демона, то не внешнего, а внутреннего, имя которому *привязанность к Я*. Например, если в дацане вы нарушаете дисциплину, то шеретуй и другие сердятся и накапливают дурную карму. Надо взять обязательство не становиться для других условием накопления грехов. Скажите вашей *привязанности к Я*: «с безначальных времен ты создавала дурную карму, уничтожала благую и насылала на меня оружие прошлых дурных деяний, теперь довольно», и выполняйте практику «отдачи – принятия».

**Если задуманное не исполняется и будоражит ум –
Значит, раньше чинили препятствия благим делам других,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Прекратить надо ныне такие препоны чинить!**

Что такое *неисполнение задуманного*? Возьмем пример из области Дхармы: родители отдают сына в монастырь, надеясь, что из него получится хороший геше – полезный и нужный для всех человек, но этого не происходит: ребенок, повзрослев, предается другим занятиям. Таким образом, он не оправдывает надежд родителей. Это значит, что он в прошлой жизни чинил помехи другим во время проповеди Дхармы, исполнения добродейний, выполнения практики в уединении. Добродейние, задуманное другими, он превращал в недобродейние. Из-за этого оружие прошлых деяний настигает этих людей. Поэтому отказывайтесь создавать препятствия на пути чужих добродейний. Помогайте произрастанию благих семян у других.

**Когда что ни сделаем – Учитель не рад,
Значит, раньше лицемерно относились к чистой Дхарме,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Отныне же надо быть искренним в Дхарме!**

Эту тему мы уже затрагивали выше. Порой в ответ на все знаки внимания и почтения с нашей стороны Учитель выражает неудовольствие. Не нужно возмущаться этим, здесь нет его вины. Это результат того, что в прошлом вы кривили душой по отношению к Дхарме. Некоторые на глазах у Учителей ведут себя кротко, стараются выполнять все полученные обеты и обязательства – не пьют, не курят, и т.п. Со стороны посмотришь – вроде бы вполне верующие люди. А за спиной Учителей они ведут совершенно иной образ жизни: пьянствуют, сквернословят и прочее. Это и влечет за собой возмездие оружия прошлых деяний. Выполняйте практику «принятия и отдачи» и примите обязательство не лицемерить перед Дхармой впредь.

Ваш внутренний мир и ваше поведение должны гармонизировать друг с другом. Некоторые люди созрели снаружи, но не созрели внутри. Их поведение, на первый взгляд, вполне достойно, но если разобраться – человек внутренне не подготовлен. Иные наоборот: созрели внутри, но не созрели снаружи. Такие могут, например, вести себя развязно, грубо разговаривать и т.п., но, в конечном счете, оказывается, что они хорошие люди. Лучше быть созревшим внутри, но все-таки важно быть созревшим и внутри, и снаружи, поскольку другие, глядя на наше внешне неблагопристойное поведение, сами могут накопить много грехов.

В наше время у многих людей нет достаточно благой кармы, чтобы родиться в лучших мирах. Причина этого – несоблюдение нравственности. Монахам, живущим в монастырях, особенно важно вести себя нравственно. Нужна внутренняя чистота, но если ее трудно зародить сразу, то, по крайней мере, они должны внешне вести себя подобающим образом. В противном случае не только они, но и миряне накопят плохую карму, дурно отзываясь о них, но что хуже всего, миряне могут потерять из-за этого веру в само Учение.

**Если без всякой причины все от нас отвернулись –
Значит, раньше глаза закрывали на совесть и стыд,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось
Ныне надо стыдиться делать дурное!**

Иногда без всякой видимой причины люди начинают отзываться о вас дурно, хотя вы ничего дурного и не делали, унижают ваше достоинство, необоснованно вас обвиняют. Не ищите других причин кроме той, что вы сами, пренебрегая стыдом и совестью, плохо относились к своему Учителю, родителям и друзьям. Видимо, вы, вопреки их увещаниям, совершали десять видов недобродетельных поступков, и из-за этого оружие ваших прошлых недобродетельных деяний настаивает на вас сейчас. Выполняйте практику «принятия и отдачи» и дайте обязательство не совершать непристойных дел впредь.

**Если ближайшее окружение, едва приобретешь,
становится враждебно,
Значит, раньше со всеми были несдержаны и грубы,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне надо ко всем относиться по-доброму!**

Это относится к руководителям и к другим влиятельным людям. Бывает, что достигая высокого положения в обществе, человек собирает вокруг себя, что называется, «своих людей». Но однажды они, разочаровавшись в нем, уходят, оставив его в одиночестве. Именно так оружие собственных дурных деяний карает тех, кто имеет дурной, склочный характер, груб со всеми, ругается, никому ласкового слова не скажет. Если это случилось, нужно зарубить себе на носу, что нельзя давать волю своему дурному нраву. Старайтесь быть добрее и человечнее с людьми, проявлять терпимость. Нужно воспитывать в себе эти качества и так исправлять ситуацию.

**Если все близкие оборачиваются врагами –
Значит, раньше мы сами недобрые мысли таили,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Отныне надо отбросить коварство и лукавство!**

Когда ваши близкие друзья в одночасье становятся врагами, это значит, что вы в прошлом таили недобрые намерения в отношении других людей. Может, вы и не вредили им своими действиями, но тайно желали этого, и оружие ваших дурных деяний таким образом настигает вас. Практикуйте «принятие и отдачу» и откажитесь от коварства и лукавства.

**Если возникают препятствия к Дхарме в виде тяжелой болезни
– наподобие рака,
Значит, бесстыдно присваивали имущество сангхи,
попирая законы,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Отныне нужно оставить такие деянья!**

Под препятствиями не следует понимать только болезни. Бывают помехи и другого рода, например человек, засыпает во время практики Дхармы или просто не может вступить в ее двери. Но в данном случае имеется в виду именно тяжелая болезнь, такая, как рак. Наличие такой болезни говорит о том, что в прошлой жизни вы, не придерживаясь нравственных законов и не думая о последствиях, присваивали имущество общины – одежду, еду и другие вещи. Например, если после того, как монах (гелонг) потерял свои обеты, совершив кражу у другого человека, и, уже не являясь монахом, остается в монастыре и пользуется вещами общины, скажем, питается вместе со всеми, то это очень тяжелый проступок, и оружие кармы непременно настигнет его за незаконное пользование имуществом сангхи. Подобным же образом и мы с вами можем пострадать, если совершим такого рода проступки.

**Если внезапно поражает заразная болезнь –
Значит, раньше нарушали мы свои обеты,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Отныне нужно отказаться от всех недобродетельных поступков!**

Причиной болезней с острыми клиническими проявлениями, особенно инфекционных – туберкулеза, малярии, гепатита и тому подобное, являются в большой степени не внешние, но внутренние факторы. Обычно в случае таких заболеваний все предпочитают винить других людей и обстоятельства. На самом же деле глубинная причина болезни заключается в том, что человек совершил проступки, нарушающие принятые им обеты – личного освобождения, бодхисатовские или тантрийские. Например, принимая определенные тантрийские обеты, ученик дает клятву, что при условии их несоблюдения у него расколется голова, или же он пьет воду-начу в свидетельство принятия обязательств. При нарушении их оружие его собственных дурных деяний поражает его в виде инфекционных заболеваний. То же самое может произойти и с вами. В этом случае не надо падать духом. Отнеситесь к этому, как к плоду кармы и исправляйте ситуацию: выполнив практику «принятия и отдачи» поклянитесь впредь не совершать недобродетельных деяний, как вообще, так и, в особенности, тех, которые нарушают ваши обеты.

**Если ум затемнен для любого учения,
Значит, прежде оставляли «на потом» изучение Дхармы,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось
Ныне нужно вырабатывать интуицию через слушание,
обдумывание и созерцание!**

Бывает так, что разум человека безнадежно помутнен: юные послушники не могут одолеть буддийскую философию, светские ученики не в состоянии получать знания в обычных школах и институтах.

Среди учащихся дацанов некоторые обладают способностью выучивать наизусть тексты, другие хорошо усваивают философию. Но бывают и такие, которым, ни там, ни тут нечем похвастаться, как говорится, «лес дремучий». В любой области такие люди обнаруживают слабые способности. С чем же все это нужно связывать? Это оружие прошлых дурных деяний карает тех, кто не следует проповеданному – бросает изучение Дхармы, или откладывает его на неопределенно долгий срок.

Буддисты говорят: «учитесь, даже если завтра вас ждет смерть». Самое главное – учиться. Тем не менее, мы сами зачастую этому не следуем. Скажи нам, что придется уже через день умирать – все равно учиться не будем. Однако необходимость получения знаний очень велика. Надо учиться, даже если в результате остаются только отпечатки в потоке сознания. Следует учиться всему, что может дать благие качества. В основном люди учатся для того, чтобы быть максимально полезными для других. Например, врачи, имея свою практику, хотя и обеспечивают этим свое собственное существование, но в основном все-таки нацелены на то, чтобы приносить здоровье и долголетие другим людям. Обучаясь чему-либо, люди хотят принести больше пользы другим. Но для этого нужно пройти долгий и кропотливый путь познания. Если вы уделяете мало внимания развитию интеллекта у себя и у других – дескать, зачем морочить себе голову, лучше идти торговать на рынок – то это приведет к тому, что в будущей жизни у вас будут плохие способности. Хороший интеллект бывает у тех, кто уважительно относился к знанию других и сам старался учиться. Не стремиться к благим качествам – это большой порок. Поэтому, изучая Дхарму в созерцаниях по Ламриму, по практике *преображения мышления*, не следует прекращать занятия ни на один день, даже если завтра вас ждет смерть. Если вы считаете, что у вас слабый интеллект – не смущайтесь. Он нарабатывается с благими привычками. Самое главное – учиться и учиться. Понимание пополняется каплями знаний, и в следующих жизнях учиться будет намного легче. В противном же случае из жизни в жизнь у вас будет происходить спад интеллектуального уровня. Выполняйте практику «принятия и отдачи» и впредь проявляйте больше усердия в изучении Дхармы.

**Если во время практики Дхармы давит сон –
Значит, накапливали скверну по отношению к чистой Дхарме,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне нужно сносить все тяготы ради реализации Дхармы!**

Это наш с вами общий недостаток. В обычной жизни, бывает, мы бодры, а выполняя практику созерцания, или какую-либо другую, имеем обыкновение засыпать. Люди, подверженные этому, в этой или в прошлой жизни накопили скверну по отношению к Учению. Учение бывает двух видов: теоретическое и реализованное. Теоретическое – это то, которое представлено текстами Писания. Реализованное – это Учение, которое воплотилось в потоке сознания индивидуума. Тот, кто бросает книги, сутры куда ни попадая, усаживается на них, наступает ногами, гадит возле ступ – тот накапливает скверну неверного отношения к теоретической Дхарме. Тот, кто проявляет неуважение и отзывается плохо о мудрых людях, прославившихся своими знаниями (таких, например, как геше, лхарамбы) накапливает скверну непочитания реализованной Дхармы. И оружие прошлых дурных деяний непременно поразит тех, кто не почитает Дхарму. С вами может случиться то же самое. Поэтому выполняйте практику «принятия и отдачи» и дайте клятву впредь не допускать такого. Дайте себе зарок преодолеть любые испытания на пути овладения Дхармой.

**Если омрачения радуют, и сильна отвлекаемость –
Значит, раньше не обдумывали пороки сансары и невечность бытия,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне нужно сильнее развивать отречение от сансары!**

Что значит любить свои омрачения? Некоторым, завидующим чужому богатству – одежде, еде и вещам – нравится брать то, что плохо лежит. Значит, им нравится иметь желания. Если человек любит ссориться и драться – он любит гнев, если очень любит спать – то невежество. Рассеянность, отвлекаемость проявляется в разных ситуациях. Например, собирается человек уйти в затворничество и вспоминает незавершенное дело. Приступая к нему, вспоминает дела поважнее. Так и носится от одного незавершенного дела к другому и, в итоге, ни одного из этих дел не может довести до конца. Это плод отсутствия обдумывания невечности бытия, пороков сансары, ценности человеческого рождения и т. д. Выполняйте практику «принятия и отдачи» и дайте себе клятву осознать невечность бытия и зародить отречение от сансары, которое приходит с пониманием ее пороков. Осознавание пороков сансары, невечности бытия – это этап низшей духовной личности. Это не столь уж незначительный этап, чтобы на него не обращать внимания. Необходимо очень серьезно отнестись к нему. Отречение – это этап средней личности. Старайтесь в медитациях достичь понимания этих вещей, иначе будете получать удовольствие от своих омрачений, и ваша рассеянность будет прогрессировать. Тогда не найдете времени, чтобы заниматься Дхармой.

**Если, как ни стараешься, практика деградирует –
Значит, пренебрегали законами кармы, причины и плода,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне нужно усердствовать в терпении и других деяниях!**

Иногда, несмотря на все усилия, преследуют постоянные неудачи в занятиях Дхармой. Хотя, вроде все и стараешься делать правильно, нет прогресса в практике, и вообще, ничего не меняется в лучшую сторону. Дхарма призвана служить тому, чтобы человек внутренне менялся. Но, когда он остается таким же, каким и был, или, хуже того, чувствует регресс в своем развитии – это значит, что он в прошлых перерождениях, игнорируя закон деяний и плода, совершал 10 недобродетельных поступков. Поэтому-то его и покарало оружие прошлых дурных деяний. Выполняя практику «отдачи и принятия» дайте клятву ради совершенствования проходить через любые испытания с великим терпением и, начиная с этого времени быть внимательным к своим поступкам, стараться, чтобы они соответствовали Дхарме.

**Если ритуалы нам не помогают –
Значит, раньше уповали на силы тьмы,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне же нужно отринуть их от себя!**

Здесь имеются в виду так называемые «ритуалы исправления». Когда человек заболел, или для исправления другого вреда, обычно проводят ритуалы, посвященные, например, таким божествам, как Зеленая Тара, Белая Тара, Будда Врачевания и другим. Есть крупные ритуалы, куда входят подношения и хвалы Сахьюсанам (Защитникам Учения). Когда после всех этих ритуалов нет видимых улучшений, не думайте, что в этом виноват тот, кто проводил ритуалы или сами ритуалы. Дело в том, что эти больные в прошлых рождениях всегда полагались на «силы тьмы» (буквально: «черной стороны»), искали помощи у тех, кто вредил буддийскому Учению и занимались делами, которые запрещены Дхармой. Из-за этого оружие прошлых дурных деяний и покарало их. Если вы сами оказались в такой ситуации – поклянитесь впредь не обращаться за помощью к «силам тьмы».

**Если молитвы не достигают Трех Драгоценностей -
Значит, раньше Буддам не доверяли,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне нужно искать опору только в Трех Драгоценностях!**

Когда мы обращаемся к Трем Драгоценностям с молитвой и желаем получить результаты, иногда могут быть неудачи. Значит, наши молитвы не дошли до Трех Драгоценностей. Некоторые могут подумать: «сколько я им всего поднес – чай, молоко, водку, делал простирания, – а они мне не

помогают!». Это значит, что в прошлом у вас не было веры в буддизм, в Три Драгоценности. Вот почему оружие прошлых дурных деяний карает вас. Выполняйте практику «принятия и отдачи» и дайте клятву, что и в радости, и в печали, вне зависимости от результатов ваших молитв, всегда будете верить Будде – тому, кто показывает прибежище, Учению – самому прибежищу и Общине – спутнику на пути к прибежищу.

**Если обеты грязнятся, злые духи мешают,
То накопили проступки дурные перед Богами и Мантрой,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне нужно исправить все ложные взгляды!**

Накопление скверны по отношению к божествам и Мантре влечет за собой появление препятствий от нарушения обетов, вредное воздействие духов болезней. Есть два класса божеств: сансарные и нирванистические. Им посвящены различные ритуалы. Под сансарными имеются в виду небожители, сабдаки, и подобные им божества, нирванистическими являются такие, например, защитники Учения, как Гонбо, Лхамо и другие. Игнорируя их и Учение в целом, вы допускали ошибки. Здесь идет речь не о тех мантрах, которые вы начитываете, но об Учении в целом, начиная с пути *обычной личности* до уровня тайной тантры. Выполняйте практику «принятия и отдачи» и дайте клятву исправить все взгляды, противоречащие Учению.

**Если не по воле своей на чужбине скитаемся –
Значит, с мест родных высылали Учителей и святых людей,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Отныне не надо кого бы то ни было с мест родных высылать!**

Раньше в Тибете существовал обычай сильно провинившихся людей отправлять после тюрьмы на вечное поселение в отдаленные и безлюдные места. Если то же случилось и с вами, если приходится покидать не по своей воле Родину, это значит, что раньше вы сами, пользуясь своей властью, высылали вашего Учителя и других людей в далекие края и заставляли их скитаться на чужбине. Не полюбившимся вам людям вы, возможно, не давали даже «места под солнцем». В Тибете во время трескучих морозов в ясную погоду прогуливаются под солнцем, чтобы согреться. Это называется «стоять под солнцем». Выполняйте практику «принятия и отдачи» и дайте клятву никого не высылать в холодные и мрачные места, лишая Родины.

**Если обрушиваются бедствия – град ли, иль засуха -
Значит, мы не хранили как надо свои обеты и клятвы,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне же нужно держать в чистоте их!**

В жизни крестьян-земледельцев засуха, когда поле высыхает дотла, является большой бедой. Еще большее несчастье, если спелый урожай побьет градом. Саранча или другие вредные насекомые, безжалостно уничтожающие посевы, тоже большое бедствие. Первопричина этого не внешние факторы, а внутренние. Значит, вы в прошлой жизни нарушали нравственные обеты, и оружие прошлых деяний поражает вас. Выполняйте практику «принятия и отдачи» и обещайте никогда больше не преступать обеты и обязательства, принятые вами.

**Если хочешь обогатиться, но приходит нищета –
Значит, раньше были скупы в подношениях
Трем Драгоценностям,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне нужно усердным быть в Дхарме и щедрости!**

Неудачи в торговле и вообще ущерб в повседневных делах, преследующие вас, несмотря на все ваши усилия, говорят о том, что вы в прошлой жизни были скупы, не делились ни с кем своим имуществом и не делали подношений Трем Драгоценностям. Оружие прошлых дурных деяний карает вас за корыстолюбие. Выполнив практику «принятия и отдачи», дайте клятву всегда заниматься даянием и делать подношения Трем Драгоценностям. Оказывайте уважение общине, радуйте нищих и делайте это с правильной внутренней мотивацией.

**Если окружающие обижают из-за непривлекательной
внешности –
Значит, плохо сделанные статуи Божеств гнев у нас вызывали,
иль иконы сжигали,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне нужно статуи Божеств изготавливать и терпимо ко всему
относиться!**

Непривлекательная внешность – это изъян. Осуществляя благо других, не так уж важно быть красавцем, хотя внешний вид имеет большое значение для того, чтобы собрать людей вокруг себя. Имея непривлекательный вид, труднее заставить людей поверить в то, что говоришь. Среди восьми созревших плодов при рождении человеком, как сказано в Ламриме, должно иметь красоту. Одна из причин телесных изъянов может заключаться в том, что в прошлых рождениях, будучи мастером-ваятелем, вы делали свою работу плохо: изготавливали изображения божеств кривыми, косыми, без конечностей и тому подобное. Оружие прошлых дурных деяний поражает также тех, кто плохо отзывался о теле Будды и символах Трех Драгоценностей. Например, мы иногда, по причине плохой работы мастера, критикуем изображения божеств или книги. Кроме того, во времена диктатуры коммунистической идеологии велась атеистическая агитация, призывающая выбрасывать все символы Божеств, Трех Драгоценностей в мусорную кучу, в огонь, в воду. Этому учили и детей. Все это в итоге приводит к обретению уродства, физической неполноценности. Некоторых людей с некрасивой внешностью недолюбливают даже родственники (дети, жена, родители), что же говорить о чужих. Это результат того, что в прошлом эти люди гневались на некрасивых и уродов, дразнили их. Выполните практику «принятия и отдачи» и дайте клятву, что будете по мере ваших возможностей и способностей изготавливать символы Трех Драгоценностей, восстанавливать сломанные и поврежденные скульптуры Божеств, стараясь использовать для этого самые лучшие и ценные материалы, стремиться к тому, чтобы работа получилась как можно лучше, чтобы увидев её, люди испытывали благоговение и у них зарождалась вера. Кроме этого нужно заниматься самосовершенствованием. Нельзя вести себя неуравновешенно. Часто меняющиеся состояния, такие как внезапная радость и внезапное горе приводят, в конце концов, к дурному. Нужно терпеливо учиться спокойствию. Следует всегда контролировать себя, быть всегда уважительным и спокойным со всеми, быть терпимым.

**Если, несмотря на все старания, проявляются страсть и гнев –
Значит, сжились с дурным своим и коварным нравом,
И оружие этих деяний против нас самих обернулось.
Теперь же эту привычку следует вырвать с корнем!**

Устойчивое сохранение привязанности к близким и неприязни к врагам, хотя и сделано все для устранения этого пристрастия, объясняется закоснелостью вашего эгоцентризма. Мы его принимаем за достоинство, поэтому и проявляются страсть и гнев и не желают сдаваться. Это говорит о том, что наша *привязанность к Я* побеждает нас. В прошлом, видимо, вы замечали в себе пороки, но не осознавали их вредности и не работали над тем, чтобы их уничтожить. Поэтому оружие прошлых дурных деяний и поражает вас. Повторяйте практику «принятия и отдачи», признайте в *привязанности к Я* своего самого злого врага и дайте клятву очистить от нее свой ум.

**Если мы практикуем, но нет результата –
Значит, раньше воззрений дурных мы держались,
И оружие этих деяний против нас самих обернулось.
Отныне же нужно трудиться только для блага других!**

Вам будет очень трудно достичь цели вашей духовной практики (медитации по Ламриму, тантрийской практики стадий зарождения и завершения и других), если в прошлых рождениях вы старались для себя больше, чем для других. Выполняйте практику «принятия и отдачи» и дайте клятву впредь заботится не о себе, а только о других.

**Если усердны в добродейниях, а ум не обуздать,
Значит раньше слишком стремились счастья достичь
в этой жизни,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Отныне же нужно стремиться только к Нирване!**

Собрание добродейний – это поклоны, чтение текстов, созерцание. Этим мы как бы приучаем свой ум к исполнению добродейний. Так мы обуздываем свой коварный ум: грубый превращаем в мягкий, глупый – в мудрый и т. п., подобно тому, как обрабатывают кожу. Если же необузданностью ума мы остаемся похожи на людей, не имеющих отношения к Дхарме, значит, раньше добродейния мы исполняли для достижения целей *этой* жизни: ради славы, доброго имени, благосостояния и т. п., то есть преследовали временные цели. В этом случае никакое добродейние не даст хороших плодов. Поэтому впредь все добродейния нужно посвящать высоким целям: достижению состояния Будды, нирваны, уничтожению всех омрачений сознания, отказавшись делать что-либо ради этой жизни.

**Если в затворе досадуем, когда сразу же нет результата –
Значит, бесстыдно друзей оставляли ради новых, получше,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Отныне же будем верными в дружбе!**

Досада, которая возникает во время созерцания в затворничестве, когда не хватает терпения практиковать и раздражаешься из-за отсутствия немедленных результатов, также коренится в ваших поступках. Значит, в прошлой жизни вы были непостоянны в дружбе, были неверны своим друзьям, относились к ним высокомерно, считали, что где-то есть друзья получше. Некоторые, чтобы обрести нового друга, покидают старого, а затем идут к третьему. Или, например, у одного Учителя получают наставления, а через некоторое время высокомерно оставляют его и не чувствуют при этом ни капли стыда. Не делайте так и выполняйте практику «принятия и отдачи» и дайте клятву быть верными своим друзьям.

**Если лихо другие обводят нас вокруг пальца –
Значит, раньше мы были заносчивы и ненасытны,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Ныне нужно умерить все эти пороки!**

Когда другие весьма проворно мошенничают с нами, мы, зачастую, поддаемся их обману и, как следствие, испытываем массу затруднений. Значит, в прошлой жизни, не зная предела своим желаниям, ради извлечения выгоды, мы обманывали других, и поэтому оружие прошлых дурных деяний настаивает на нас. Выполняйте практику «отдачи – принятия» и дайте обязательство умерить свои желания к сансарным объектам.

**Если слушание и анализ Дхармы чередуются со страстью
и гневом –**

**Значит, раньше мы не смогли обнаружить Мары
 пороков в сердце своем,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Теперь же, найдя, в чем помеха, надо отбросить ее!**

Любая духовная практика направлена на то, чтобы уменьшить проявление омрачений и служить противоядием против них, помогает обуздать привязанность к близким и неприязнь к врагам. Иногда активная практика чередуется с проявлением этих губительных эмоций. Это значит, что вы, в настоящей или прошлой жизни, не задумывались над тем, что пороки Мары заложены в вашем сердце, в вас самих, что вы движимы гневом и другими клешами. Выполняйте практику «принятия и отдачи», поймите, что *привязанность к Я* – самый большой изъян, и отбросьте его без сожаления.

**Если нам на добро отвечают злом -
Значит, сами мы были неблагодарны к другим,
И оружие этих деяний дурных против нас самих обернулось.
Отныне благодарность надо вознести на макушку своей головы!**

Бывает так, что в ответ на хорошее отношение и помощь люди проявляют черную неблагодарность. Это значит, что в прошлой жизни вы в ответ на доброту, проявленную к вам, «подкладывали свинью» и таким образом оружие прошлых дурных деяний карает вас. Выполняйте практику «принятия и отдачи» и покланитесь, что впредь вы всегда будете помнить о доброте других.

«Вознести на макушку своей головы» – это значит выработать особое отношение к чему-либо, придать чему-либо большое значение. Например, слова Далай Ламы мы возносим на макушку своей головы. Дайте обещание не поддаваться ложным, губительным взглядам, не проявлять ни к кому неуважения. Даже если кто-то вредит вам, созерцайте его на вашей макушке, как если бы он был для вас самым дорогим человеком.

**Короче, когда вместо желанного то, чего не желаем,
 нежданно приходит,
Как кузнеца поразил тот же меч, что он сам изготовил –
Это оружие прошлых деяний дурных настигает,
И надо отныне стеречься грехи совершать!**

В предыдущих строках шла речь о том, что дурные деяния прошлой жизни оборачиваются для нас страданиями, что все наши страдания – это не что иное, как плод наших деяний, совершённых в прошлом. В этой и следующих строках говорится о том, что можно воочию увидеть результат своих дурных деяний, совершённых в этой жизни, еще в этом рождении. Быстрое созревание плодов кармы видно на таком примере: ребенок, который ведет себя хорошо, повзрослев, становится уравновешенным и добрым человеком. Если же он ведет себя плохо, то, естественно, не приходится ждать чего-то хорошего, когда он вырастет. Кузнец, изготовив меч, продает его, и меч, переходя из рук в руки, в конце концов, попадает к палачу кузнеца. Также и дурные деяния, совершённые нами, могут дать плод страдания в этой же жизни. Выполняйте практику «принятия и отдачи», и впредь опасайтесь совершать, какие бы то ни было греховные поступки.

**Страдальцы в участиях дурных испытывают много мучений -
Это оружие прошлых деяний дурных их настигает,
Подобно стреле, убившей того, кто сделал ее.
Ныне же надо стеречься греховных деяний!**

Изготовитель стрел, также как кузнец, может создать причину своей гибели. Есть такая легенда: некий мастер изготовлял и продавал остро заточенные отравленные стрелы. Однажды, когда началась

война с соседним царством, он не вернулся с поля боя, так как его убила стрела, сделанная им же самим. Все живые существа, страдающие в трех низших мирах, пожидают плоды своих собственных дурных деяний. Выполняйте практику «принятия и отдачи» и обязуйтесь впредь быть осторожнее, чтобы не совершать проступков.

**Много страданий приходит к тому, кто в миру живет,
своим домом,
Подобно тому, как лелеемый сын убивает родителей -
Это оружие прошлых деяний дурных настигает,
Ныне надо войти в семью «ушедших от мира»!**

Проблем человека, живущего в миру, семьей, всех и не перечислить: искать средства, чтобы содержать семью, защищаться от врагов и т. п. Когда они обрушиваются, это похоже на то, как если бы сын, воспитанный с сердечной добротой, вдруг взял и убил своих родителей. Причиной тому опять же наши проступки. Значит, мы сами вносили раздор в чужую семью, создавали семейные проблемы другим. Выполняйте практику «принятия и отдачи» и примите решение уйти от мира, стать монахом, потому что семья – источник многих бед и страданий.

**Итак, я поймал врага!
Схватил преступника, вора, который прикинувшись другом,
подкрадывался и грабил!
О, чудо! Им оказалась собственная привязанность к Я,
нет сомнений в этом!**

Мы поняли, что причина всех наших бед – вкоренившаяся привычка *заботы о себе и привязанности к нашему Я*. Из-за них мы накопили много отрицательной кармы в прошлых перерождениях. Это – самые злые враги, демоны. Так что корень всех наших страданий находится в нас же самих.

При выполнении практики зарождения бодхичитты методом *замены себя на других* необходимо много раз обдумывать пороки заботы о себе. Следуя этому методу, нужно сначала уравнивать себя с другими, а потом уже заменять себя на других. Нужно рассматривать изъяны *озабоченности собой* с разных точек зрения и прояснять, как много в ней отрицательного. Все, какие есть, недостатки порождены тем, что мы лелеем нашу самость. И это – не небылица, это действительное положение вещей. Благодаря доброте Дхармы и своего Учителя, нам удалось узнать настоящего врага.

Мы поймали вора и грабителя, притаившегося в нас, и готового в удобный момент совершить кражу. Именно так поступает *привязанность к Я*. Но зачастую мы воспринимаем эту привязанность как друга, а не как врага, и она, пользуясь этим, исподтишка ворует у нас наши благие заслуги. Очень трудно распознать вора, прикидывающегося своим, труднее, чем врага. Враг узнается по тому, как он к нам относится. Он обычно питает к нам чувство неприязни. Вор же всегда держится в тени. Этот вор – *привязанность к Я* – затаивается внутри нас самих. Он принимает наш собственный облик, заставляя нас думать, что мы с ним единое целое. Он предстает всегда славным и милым, кажется, что кроме помощи и выручки он ни на что другое и не способен. Вот такого вора нужно уметь узнавать в лицо.

«О, чудо!» – крик удивления, вырывающийся у ученика по поводу величия Дхармы и великого милосердия Учителя. Именно через них он познает своего истинного врага. Большинство людей не знает, кто их настоящий враг. Некоторые, хотя и знают, но имеют сомнения. Ученик же уверен в этом твердо.

Тут же поднимаю над собой кармическое оружие (чакру),

**Трижды гневно раскручиваю его над головой,
Широко расставляю ноги – две истины,
во всю ширь раскрываю глаза – метод и интуицию,
Обнажаю клыки – четыре силы – и пронзаю врага оружием!**

Было много раз упомянуто оружие дурных деяний, которое сражает людей за прошлые злые дела. Мы берем его, поднимаем над головой и раскручиваем трижды в великом гневe, чтобы в прах уничтожить своего злейшего врага – *привязанность к Я*. Наш гнев такой же, как у Ямандаги. Дхармаракшита был йогинoм, практикующим Ямандагу. В монастыре Раден, где жил Атиша, Бромтомпа и другие знаменитые Учителя, была огромная икона (*танка*), ранее, вероятно, принадлежавшая Дхармаракшите, на которой был изображен его Идам – Ямандага.

Есть одна легенда, связанная именно с этой *танка*. Во времена распространения буддизма в Индии, когда существовал Институт Наланда, было нашествие мусульман. Мусульмане (или лало) предавали все огню и разрушению. Для буддизма это был тяжелый период упадка. Нашествие было трехкратное. Один из индийских пандитов, защитником, которого был Ямандага, в гневe дал пощечину его изображению на *танка*, рассердившись на Ямандагу за то, что он допускает войска варваров в Индию. Тогда, говорят, потонуло большое количество тюрков, переправлявшихся в это время через Ганг. После этого тюрки, понеся большие потери, повернули назад, и буддизм вновь расцвел.

Дхармаракшита много лет занимался развитием бодхичитты по методу *замены себя на других*. Наряду с этим он практиковал Ямандагу. Поэтому он обращался именно к Ямандаге, чтобы уничтожить свою *привязанность к Я*: «Все оружие, которое держишь в руках, опусти на голову моему злейшему врагу!». Все виды оружия в руках Ямандаги символизируют относительную и абсолютную бодхичитту. Дхармаракшита применял для борьбы со своим *эго* относительную бодхичитту, абсолютную бодхичитту и их обоюдное увязывание (*zung 'jug*), которое является самым действенным средством подавления *привязанности к Я*, а также обращение к Идаму.

Две ноги символизируют две истины – относительную и абсолютную. Они широко расставлены в знак готовности встретить врага. Правая согнутая нога символизирует относительную истину, левая выпрямленная нога символизирует абсолютную истину. Чтобы показать необходимость парного вхождения метода и интуиции, глаза у Идама широко раскрыты. Они символизируют метод – относительную бодхичитту, и интуицию – абсолютную бодхичитту.

Четыре клыка символизируют четыре силы. Оружие в руках Ямандаги символизирует относительную и абсолютную бодхичитту для уничтожения *привязанности к Я*.

**Как царь магии, поражающий своих врагов,
Притяни к себе клятвопреступника, ведущего меня и других
к смерти –
Свирепого людоеда, которого зовут «демон привязанности к Я».
Он носится с оружием кармы по лесу и нет никому спасения!**

Существуют различные тантрийские ритуалы для подавления врагов. Например, есть способ «царя магии», лишаящий врага памяти. Но напроочь забыть о себе и полюбить других – это самый лучший способ уничтожения веры в истинное существование своего «я». Этот метод подобен методу «царя магии». Иначе это называется методом культивирования бодхичитты посредством *замены себя на других*.

В дремучем темном лесу сансары мы, лишенные своей воли, носимся от «вершины сансары» до «ада нестерпимых мучений», держа в руках оружие дурных деяний, которое создало наше иллюзорное Я. Это Я похоже на демона.

Вообще есть много видов демонов. У нас в Тибете говорят, что если уронил на землю цампу – то и это, наверное, проделки демонов. Вера в индивидуальное Я – это демон, который поражает всех. Он

поражает нас до самого основания. Он мешает человеку сделать что-нибудь полезное для других. Следовательно, наш демон пагубен и для других. Хотя и, кажется, что некоторые стараются что-либо предпринять ради блага других, но, в конечном счете, оказывается, что они действуют в собственных интересах. Поэтому *привязанность к Я* мешает и нам, и другим, лишает всего самого дорогого. Значит, нельзя давать ей волю, нельзя отпускать ее восвояси. Нужно притянуть этого врага к себе и с гневом поразить.

Притяни, притяни же его, гневный Ямандага!

Срази, срази в самое сердце моего врага – привязанность к Я!

**С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
заблуждениям!**

**С криком МАРАЯ! порazi в самое сердце врага –
привязанность к Я и его слугу-палача!**

«Притяни, притяни» — произносится два раза. При первом произношении призывается относительная бодхичитта, а при втором – абсолютная. Эти две бодхичитты имеют гневную сущность, направленную на индивидуальное Я. Гнев двух видов бодхичитты подобен гневу Ямандаги. Дармаракшита призывает на помощь своего Идама, потому что Ямандага обладает могучей силой и энергией, способной покорить всех и вся.

Когда призывают два раза «срази, срази», так же сперва обращаются к относительной бодхичитте, а затем к абсолютной. Их призывают для того, чтобы они, проявившись во всей силе и мощи, уничтожили *привязанность к Я* и его слугу-палача. *Привязанность к Я* это самый главный враг. Если вы его уничтожаете, то обязательно надо уничтожить и его подручного-палача (gshed ma), вооруженного мечом.

Это можно пояснить на таком примере. Допустим, некий царь, пользуясь своей властью, постоянно вредит вам. Если вы окажете ему сопротивление, тут же прибегут на помощь его ближние, потому что сколь бы он не был зол и плох, его родня всегда его поддержит. Чтобы победить этого царя, нужно победить и его родственников. Точно также *привязанность к Я* и его слугу – *заботу о себе* следует уничтожать вместе.

ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ – это призыв растоптать главу заблуждению. Заблуждение – это опять же наша *привязанность к Я*. Призыв обращен к относительной и абсолютной бодхичитте.

МАРАЯ – также призыв подавить врагов, его часто можно встретить в ритуалах защитников-сахьюсанов, где он означает призыв уничтожить внешних врагов и препятствия. В данном же случае это призыв уничтожить внутреннего врага.

ХУМ, ХУМ! Великий Идам, сотвори чудо!

ЦЗА-ЦЗА! Свяжи клятвой этого врага!

ПЕД-ПЕД! Великого Яму уничтожь!

ШИГ-ШИГ! Разруби тугие узлы!

Двоекратный призыв – *ХУМ, ХУМ* – также обращен к относительной и абсолютной бодхичитте. Призыв обращен к Ямандаге, чтобы он показал всем свои сиддхи – мощь и магическую силу.

ЦЗА-ЦЗА – это притягивающий слог. Двоекратное произношение имеет такое же значение, как и в предыдущих строках. Некоторые йогины, имеющие большие духовные достижения благодаря созерцательной практике, притягивают к себе нелюдь (*мимаин*). Они объясняют им: «Вы приносите людям много вреда. Отныне не делайте этого, в противном случае я вас убью!». Нелюдь им отвечает: «Никому больше не сделаем зла, отбросим все свои плохие замыслы и будем помогать людям во всем». Так они приводятся к клятве. Йогины, как говорится, вырывают у них клятву. Из-за довлеющего над ними обязательства нелюдь, хоть иногда и хочет совершить зло, не в силах этого сделать. Точно также мы притягиваем свое *ЭГО* и заставляем его служить другим.

привязанность к Я и его слугу-палача!

В большинстве люди с малых лет хотят благополучия для себя. Если человек растет в богатой семье, он с малых лет живет в удовольствиях и хочет, чтобы они были с ним всегда. Однако к этому нужно создать причины: накопить собрание заслуг и мудрости. Для того чтобы накопить собрание заслуг, нужно совершать даяние, хранить нравственность, вырабатывать терпение, развивать усердие и сосредоточение (дхьяну). Практикуя запредельную интуицию (праджняпарамиту), накапливается собрание мудрости. При условии выполнения всего этого человек достигает истинного счастья. Ошибочно хотеть счастья, не создав для этого причины. Алчное стремление может быть в Дхарме и в миру. Желать стать знатным и известным геше, но не прилагать для этого никаких усилий, оставляя все на уровне желаний – значит быть алчным в Дхарме. Желать стать большим начальником или ученым, но не хотеть трудиться ради этого – это мирская алчность. Все это также появляется из-за потакания своему Я.

**Очень легковверны в дружбе и легко забываем стыд,
До всего жадные, стараемся все приобрести воровством и
грабежом!**

**С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
заблуждениям!**

**С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага -
привязанность к Я и его слугу-палача!**

Перед тем, как выбрать Учителя или просто друга, необходимо внимательно изучить и проверить его. Не следует сразу заводить дружбу. У первого попавшегося учителя не стоит просить наставлений, или же первому попавшемуся человеку рассказывать свою тайну. Делать так – признак легкомыслия.

Некоторые, не довольствуясь своими вещами, воруют или отнимают их у других. Проводят много времени в поисках богатства. На душе у таких людей всегда пусто: они чувствуют хронический недостаток во всем. Богатство, если и помогает, то только в начале. Даяние нищим и подношение Трех Драгоценностям – вот истинные причины богатства и счастья. Но они не создают этих причин. Это происходит из-за наличия эгоцентризма. Поэтому нужно «растоптать главу» губительным заблуждениям и поразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

**Склонные к лести и хитроумным намекам ради выгоды,
Повязаны корыстью, хотя и всего в достатке!**

**С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
заблуждениям!**

**С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага – привязанность
к Я и его слугу-палача!**

Есть несправедные методы добывания средств для существования.

Первый из них – выманивание лестью, когда человеку всячески угождают, говорят приятные ему слова с целью получить взамен вознаграждение. Но не будет проступком, если вы хвалите человека за его благие качества и не преследуете при этом корыстных целей.

Второй – выманивание намеками. Например, монах говорит милостынедателю: «Чай у меня еще есть, но совсем недавно кончилось мясо». Или же: «Помнишь, в тот раз ты мне приносил одну вещицу, а ведь она мне очень пригодилась».

В тексте указано два вида несправедных действий, а всего их пять. Третий – выманивание через подарки. При виде милостынедателя некоторые суетятся, бегают, ставят чай на стол, заводят приятную беседу, подносят хадак для того, чтобы выпросить, что ему нужно.

Четвертый – выманивание силой. Когда монах говорит милостынедателью: «Вот это именно то, что мне нужно. Отдай это мне. Тебе нужно накопить добродетель». Здесь такая ситуация, что милостынедатель не хочет отдавать вам что-то, но вы так настаиваете, что ему трудно отказать вам.

Пятый – выманивание лицемерием. Создавая видимость нравственного поведения, получать подношения от мирян, самому же втихаря употреблять водку, курить табак и т. д.

Некоторые люди скупы, имущество свое прячут в сундуки, ни с кем не делятся, не делают подношений Трем Драгоценностям, не дают подаяния нищим. Отчего это происходит? Несомненно, от *привязанности к Я*.

**Мало что сделавшие для других, но очень хвастливые,
Блистаем гордостью, хотя нет и пригоршни добрых дел!
С криком *ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ!* растопчи главу губительным
зablуждениям!
С криком *МАРАЯ!* порази в самое сердце врага - привязанность
к *Я* и его слугу-палача!**

Некоторые, сделав очень мало полезной для других работы, раздувают ее значение до грандиозных масштабов. Хотя сделанную работу они не могут наглядно продемонстрировать, находят нужным много раз о ней напоминать. Не исполнив и половины того, о чем рассказывают, они порождают огромную гордыню.

Некоторые, сделав что-нибудь незначительное для дацана, рассказывают об этом так, как если бы совершили очень важное дело. У таких людей очень большое самомнение. Порой они считают, что все, что ни происходит, делается только благодаря их заслугам. Такое чувство у них порождается эгоцентризмом. Поэтому нужно попирать ногами свои заблуждения и поразить в сердце *привязанность к Я* и его кровавого слугу. Если бы кто-нибудь с мясом вырвал заботу о себе из своего сознания и подумал о пользе для других – совершилось бы великое дело. И люди бы это заметили и хорошо на это отозвались.

**У многих понабрали обетов, но мало ценим своих Учителей,
Собрали много учеников, но мало о них заботимся!
С криком *ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ!* растопчи главу губительным
зablуждениям!
С криком *МАРАЯ!* порази в самое сердце врага - привязанность к
Я и его слугу-палача!**

Особенно хорошо это нужно усвоить тем, кто получает первые посвящения от Учителя, или вообще впервые имеет дело с буддизмом. Таким людям мы настоятельно говорим: «Не вверяйтесь многим Учителям». Достаточно иметь двух – трех Учителей и совершенно искренне повериться им. Надо следить за тем, чтобы вверение было правильное и искреннее. Вверяясь благим друзьям, необходимо соблюдать нравственность, т. е. принимать обеты и обязательства. К сожалению, мы, в противоположность этому, получаем много наставлений у первых встречных и не спешим принимать нравственные обеты. Иногда занимаемся тем, что хулим своих Учителей, обвиняем их в своих неудачах. Это то, что касается учеников.

Теперь об Учителях. Принимать на себя заботу об учениках нелегкое дело. Перед тем, как выбрать учеников, нужно хорошо их проверить. После того, как ученики выбраны, нужно давать наставлениясообразно их умственным наклонностям. Учитель выполняет два вида даяния: даяние Дхармы и даяние имущества. Насколько важно осуществить даяние Дхармы, настолько же важно совершать даяние имущества: еды, одежды и прочих вещей – всего, что необходимо. Подобным образом Учитель должен воспитывать своих учеников, избегая двух крайностей. В противоположность этому некоторые учителя

указать на вашу ошибку, обосновать собственные суждения, подкрепить их ссылками на Писание и т. п. Пустословы же мало что могут объяснить по сути, но стараются одурачить людей рассказами о том, как они узрели Будду, общались с нечистой силой, получили предсказание от божества и тому подобное. Про таких говорят: «те, кто познал непостижимые вещи». Многие, не зная теоретическую и практическую Дхарму, несут сущую белиберду. Все это коренится в потакании своему Я, именно оно заставляет человека совершать греховные поступки.

**Много подчиненных, но никто о них не печется,
Много начальников, но не на кого им опереться!
С криком *ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ!* растопчи главу губительным
заблуждениям!**

**С криком *МАРАЯ!* порази в самое сердце врага –
привязанность к Я и его слугу-палача!**

Человек, став начальником, принимает на себя ответственность за многих людей – своих подчиненных. Хорошо, когда он относится к ним с заботой и вниманием, старается обеспечить хорошей зарплатой, беспокоится о том, чтобы у них была еда, одежда, и прочее. Хороший начальник должен также поощрять добросовестных работников и наказывать нерадивых. Однако есть руководители, совершенно равнодушные к своим служащим. Им все равно – хорошо работают их подчиненные или плохо, они беспокоятся только о своем положении и стараются ни с кем не осложнять отношений: если накажешь нерадивого – наживешь врага, если поощришь усердного – с его возросшим самомнением потом не будет сладу. Так что лучше никого не трогать. Поэтому и подчиненные начинают относиться к своему начальнику с равнодушием, и, в конце концов, отворачиваются от него.

У некоторых много влиятельных друзей, но в час беды никто из них не приходит на помощь. Это следствие равнодушного отношения начальника к подчиненным и подчиненных к начальнику в прошлом. То, что влиятельные друзья не приходят вам на помощь в трудный час, происходит из-за вашего же эгоцентризма. Поэтому нужно попирать ногами заблуждения и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

**Большие ученые, но достоинств меньше, чем у злого духа,
Большие ламы, но страсть и гнев грубее, чем у Мары!
С криком *ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ!* растопчи главу губительным
заблуждениям!**

**С криком *МАРАЯ!* порази в самое сердце врага –
привязанность к Я и его слугу-палача!**

Хорошо, если люди, занимающие высокое положение, обладают и высокими нравственными качествами. Когда люди, занимающие большой пост, имеют меньше достоинств, чем у злого духа – это весьма прискорбно. Бывают высокие ламы, у которых страсть и гнев грубее, чем у Мары. Настоящий лама – это человек, подавивший страсть, гнев и невежество, зародивший бодхичитту и обладающий многими высокими качествами. Если же некоторые только носят высокое имя ламы, но не обладают необходимыми достоинствами – какая польза может быть от этих людей! Таким «ламам» нужно стыдиться. Корень этих пороков заключен в эгоцентризме. Поэтому нужно попирать ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

**Возрения возвышенны, но повадки хуже, чем у пса,
Развеяли по ветру основу всех благих заслуг!
С криком *ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ!* растопчи главу губительным
заблуждениям!**

С криком *МАРАЯ!* порази в самое сердце врага –

привязанность к Я и его слугу-палача!

Некоторые, хотя и говорят, что придерживаются высоких воззрений (таких, например, как махамудра или зогчен), ведут себя хуже, чем свиньи или собаки: пьянствуют, развратничают, лезут в драки и т. п. В Тибете свинью считают нечисто плотным животным. Она предпочитает места, где побольше грязи и нечистот. Говорят, что употребившему мясо свиньи трудно хранить нравственность, у него тупеет ум. Вот такой свинье уподобляется человек, не хранящий нравственность. Некоторые, считая себя тантристами, не придерживаются нравственных обетов. Но будь ты хоть сиддха – ты обязательно должен придерживаться нравственности. Нравственность – основа всех благих качеств. Те, кто пренебрегают этим, пускают по ветру свое счастье. Корень этих пороков заключен в эгоцентризме. Поэтому нужно попирать ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

**Очень печёмся обо всех своих нуждах,
А все плохое перекладываем на других!
С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
заблуждениям!
С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага –
привязанность к Я и его слугу-палача!**

Настоящий буддист должен желать другим счастья, славы и т.п., а на себя брать все плохое. Но, зачастую, бывает иначе. Мы, например, не любим признавать свои ошибки, стараемся свалить свою вину на других, а чужие заслуги приписать себе, причем эта установка часто лежит на самом дне нашего сознания. Корень этих пороков заключен в эгоцентризме. Поэтому нужно попирать ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

**Облачившись в монашеское одеяние, ищем покровительства
у злого духа,
Приняв святые обеты, выполняем указания Мары!
С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
заблуждениям!
С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага –
привязанность к Я и его слугу-палача!**

Став монахом, человек обращается к Трем Драгоценностям и надевает монашеское одеяние. С этой поры он должен вести образ жизни, отличный от образа жизни мирянина-домохозяина. Некоторые, став неполными или полными монахами, пока все идет нормально, поклоняются Трем Драгоценностям, но как только случится несчастье – просят помощи у сабдаков (духов местности), вместо того, чтобы обратиться к Трем Драгоценностям. Правильней было бы соблюдать обеты и обязательства, принятые перед Тремя Драгоценностями: остерегаться непопозволенного и исполнять должное. Но все-таки некоторые ведут себя так, как если бы выполняли указания Мары. Поведение монахов иногда бывает хуже поведения домохозяев. Корень этих пороков заключен в цеплянии за Я. Поэтому нужно попирать ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я*, и его слугу.

**Живем в уединенном месте, но предаемся развлечениям,
Получили буддийское учение, но занимаемся гаданием
и ритуалами бон-по!
С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
заблуждениям!
С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага –
привязанность к Я и его слугу-палача!**

Монастырь многим отличается от деревни. Это место, где люди предаются слушанию, обдумыванию, созерцанию и, тем самым, накапливают добродетели. Ставший монахом обязательно должен заниматься такими видами деятельности. Подчас наш ум отвлекается в сторону внешними факторами. Мы часто ездим по селам, выполняем ритуалы, и так бессмысленно проводим свою жизнь. Получая от своих Учителей буддийское Учение, мы должны заниматься практикой, должны слушать, обдумывать и созерцать. Но нам больше нравится заниматься гаданием и бонскими ритуалами. Дхарма превращается просто в способ заработать себе на жизнь. Среди ритуалов бон-по есть такие, где из цампы делают фигурки врагов, которые затем уничтожаются разными видами оружия. Заниматься всем этим – большая ошибка. В этом случае наша практика начинает развиваться в неправильном направлении. Корень этих пороков заключен в *привязанности к Я*. Поэтому нужно попирать ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

**Оставляя обеты, ведущие к освобождению,
становимся домохозяевами,
Выбрасываем свое счастье, чтобы увязнуть в страданиях!
С криком *ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ!* растопчи главу губительным
заблуждениям!
С криком *МАРАЯ!* порази в самое сердце врага –
привязанность к *Я* и его слугу-палача!**

Вступая в двери Учения, мы становимся монахами и принимаем обеты личного освобождения. Ради чего мы их принимаем? Ради того, чтобы достичь освобождения (нирваны). Поэтому, казалось бы, следовало приложить все усилия для их сохранения, но вместо этого мы вовсе не ищем пути освобождения, а с головой уходим в мирские заботы. Даже неполный монах, принявший обеты, должен оставить свой дом, семью. Но вопреки этому мы еще больше привязываемся к ним. Некоторые нарушают свои обеты и возвращаются к жизни мирянина. Это все равно, что бросить в воду все свое счастье и благо, или вылить в воду чай, вместо того чтобы выпить его. Именно это ведет людей к страданиям. Тот, кто держит свои обеты, соблюдает нравственность, в итоге достигает нирваны, где нет страданий. Но тот, кто отвергает причину блаженства (нравственность), отвергает и ее плод (нирвану). Столь желанное счастье уходит и столь нежеланное страдание приходит оттого, что люди, приняв обеты, придерживаются нравов мирянина. Корень этих пороков заключен в *привязанности к Я*. Поэтому нужно попирать ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

**Покинув брод, ведущий к свободе, скитаемся в дальних краях,
Получив драгоценное человеческое тело, делаем все,
чтобы попасть в ад!
С криком *ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ!* растопчи главу губительным
заблуждениям!
С криком *МАРАЯ!* порази в самое сердце врага –
привязанность к *Я* и его слугу-палача!**

**Оставляем Учение-Дхарму ради коммерческой выгоды,
Бежим в селения, оставляя Учителя и монастырский двор!
С криком *ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ!* растопчи главу губительным
заблуждениям!
С криком *МАРАЯ!* порази в самое сердце врага –
привязанность к *Я* и его слугу-палача!**

Несравненное чистое Учение – это путь к свободе. Гонимая за выгодой в торговле, многие теряют его, а недобродетельным и пустым времяпрепровождением накапливают причины для рождения в низших мирах. Занимаясь торговлей, многие люди нарушают клятву не говорить ложь: плохую вещь

происходит по вине эгоцентризма. Поэтому нужно попить ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

**Когда учат доброму, полезному, относимся с гневом,
как к врагам,
Когда лестью дурачат, наивно принимаем все за доброту!
С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
заблуждениям!
С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага –
привязанность к Я и его слугу-палача!**

В наше время очень часто дети воспринимают слова своих родителей с гневом, как будто они сказаны врагом, а не матерью или отцом, которые хотят своим чадам только добра. Многие подвержены этому пороку. Ученики воспринимают с гневом слова своего Учителя, который с добрыми намерениями отмечает их недостатки. Обижаются, что, дескать, от Учителя доброго слова не услышишь. Есть и другой порок: когда дурные люди говорят приятные слова с целью одурачить и ввести в заблуждение, их воспринимают как слова друга. Вот, дескать, правильно говоришь, какой ты хороший человек. Это признак человека? не умеющего отличать добро от зла. И это тоже происходит по вине эгоцентризма. Поэтому нужно попить ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

**Раскрываем недругам то, что поведали нам,
как доверенным людям,
Дружбу заводим, и ворует затем самое ценное, совесть оставив!
С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
заблуждениям!
С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага –
привязанность к Я и его слугу-палача!**

Будучи начальником, человек имеет дело и с хорошими, и с плохими людьми. Бывает, что он полагается на подчиненного, как на близкого себе человека, а тот вместо того, чтобы ответить на доверие добром и хранить доверенные ему тайны, передает их недоброжелателям. Есть люди, которые под личиной дружбы узнают все ваши недостатки, а затем предают вас. Бывает, что вы думаете о человеке как о своем близком, сердечном друге, а он в этом вам подыгрывает, вызывает на откровенность, узнает ваши слабые стороны, а потом начинает это использовать в своих целях, для того, чтобы оказать на вас давление. Если подобное случится с вами, не надо обижаться на такого человека, набрасываться на него. Во всем виновата ваша *привязанность к Я*. На нее надо в первую очередь набрасываться!

**Вспыльчивы и подозрительны,
Трудны в общении, дурного, неуживчивого нрава!
С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
заблуждениям!
С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага –
привязанность к Я и его слугу-палача!**

Некоторые сансарные боги и нирванистические, использующие мирские методы, обладают ярко выраженной вспыльчивостью. Есть божество Дорже-легпа (rdo rje legs pa), он очень быстро оказывает помощь, когда его просят. Его местопребывание – провинция Цан. В Тибете его зовут также Цан-цен Дорже-легпа. Второй слог (цен) говорит о том, что он принадлежит разряду «цен» (btsan). Он весьма вспыльчив и наказывает за малейшую оплошность. В гневе, с высоко задранном носом, охваченные

гордостью, мы, порой, бываем, похожи на Дорже-легпа. Мы не должны предаваться гордыне и гневу. Есть люди, которые, как услышат о себе что-нибудь плохое, сразу сердятся. Такими быть не надо.

Также встречаются излишне подозрительные люди. Они вечно тревожатся за себя, боятся, что кто-нибудь может им навредить, сказать о них плохое. Неуживчивый нрав также весьма часто встречающееся явление. Неуживчивый человек каждого воспринимает как потенциального врага. С таким восприятием трудно ужиться не только с врагом, но и с другом. Все это происходит из-за эгоцентризма. Поэтому нужно попирать ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

**Не слушаем советов, за спиной поступая дурно,
Если ищут согласия – не идем навстречу, ищем повод для ссор!
С криком *ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ!* растопчи главу губительным
заблуждениям!
С криком *МАРАЯ!* порази в самое сердце врага –
привязанность к *Я* и его слугу-палача!**

К словам Учителя нужно прислушиваться, их нужно исполнять. Есть люди, которые в противоположность этому делают то, что осуждается. На помощь всегда нужно отвечать помощью. Даже врагу не следует желать ничего плохого: с ним нужно искать примирения. Но есть люди, которые ищут столкновений.

**На всякое слово готовы раздражаться,
Всегда погружены в свои обиды!
С криком *ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ!* растопчи главу губительным
заблуждениям!
С криком *МАРАЯ!* порази в самое сердце врага –
привязанность к *Я* и его слугу-палача!**

Здесь говорится о тех, кто очень вспыльчив: обижается из-за нескольких слов, трудно переносит обиду, не может о ней долго забыть, как осел. Все это возникает благодаря эгоцентризму. Непослушание, обидчивость возникают из-за себялюбия.

**Тех, кто к успеху стремится, стараемся мы придержать, к тем,
кто хочет стать лучше, относимся мы как к врагам;
Вождельнем влекомы, распутничаем, как молодые!
С криком *ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ!* растопчи главу губительным
заблуждениям!
С криком *МАРАЯ!* порази в самое сердце врага –
привязанность к *Я* и его слугу-палача!**

Здесь говорится о тех, кто из-за эгоцентризма не видит хорошего в других людях, завидует, когда у кого-то что-то, получается, будь то практика или проповедь Дхармы, хотя, казалось бы, этому нужно сорадоваться. Например, когда молодежь выучилась, начинает расти, некоторые стараются не давать ей хода из опасения, что кто-то может продвинуться и занять его место. Они беспокоятся: «как бы другие меня не опередили, не дай бог, чтобы кто-то был лучше, чем я». Когда кто-то делает полезное для всех дело, они говорят: «Все это делается со злым умыслом». Принижать чужие заслуги, чужие благие качества людей толкает *привязанность к Я*.

Некоторые, позабыв о своих женах, заводят романы; случается и наоборот: жены изменяют своим мужьям. Если у человека есть супруг или супруга, следует хранить им верность. Многие поступают противоположным образом из-за вождельения. Ничего хорошего в будущем у таких людей не может быть. Корнем этих неправедных дел является эгоцентризм. Поэтому нужно попирать ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

**Бросаем старых друзей, с которыми были близки,
Новых друзей заведя, обещаем им все на свете!
С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
 заблуждениям!**

**С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага –
 привязанность к Я и его слугу-палача!**

Есть люди, которые, увидев, что их старые друзья попали в беду, оставляют их. Иные расстаются с друзьями из-за малейших неувязок. Конечно, это очень плохо. Раз подружились, надо беречь дружбу, укреплять ее. Есть такие, кто легко меняет друзей. При первой встрече много обещают, дескать, помогу, поддержу и тому подобное, а потом выясняется, что все это пустые слова. Эти пороки возникают из себялюбия. Поэтому нужно попирать ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

**Не имея ясновидения, врем мы, что есть;
Не имея милосердия, тем, кто доверился, в душу плюем!
С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
 заблуждениям!**

**С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага –
 привязанность к Я и его слугу-палача!**

Бывает, что из-за тщеславия люди лгут, что у них ясновидение. Это чревато тем, что когда другие узнают правду, они перестанут им доверять, как обманщикам и выскочкам. Ответственность за лживые слова тяжким бременем ложится на плечи таких людей.

Из-за *заботы о себе* некоторые бывают лишены милосердия и сострадания. По этой причине, получив малейший повод для недовольства, такие люди унижают и оскорбляют других. Поэтому нужно попирать ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

**Мало что знаем и сбивчиво все объясняем,
Мало слышали наставлений – и другим прививаем
 ложные взгляды!
С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
 заблуждениям!
С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага –
 привязанность к Я и его слугу-палача!**

Бывает, что из-за себялюбия человек мало что смог изучить. Такие люди, объясняя что-либо, часто сбиваются и вводят других в заблуждение. Неуч опасен тем, что может сеять лживые воззрения. Осваивая какой-либо раздел Учения, надо изучить много трудов – только так можно составить ясное представление о предмете. Знакомство с авторитетными источниками дает возможность понять, как нужно слушать, обдумывать и созерцать то или иное положение буддийского Учения. Знакомясь с письменными трудами буддизма, человек извлекает из них много полезного и интересного. Тот же, кто мало знает, может необоснованно отрицать правдивые высказывания других. Надо много учиться, чтобы получить пользу для себя и стать полезным для других. Некоторые упорно идут к цели, но иных эгоцентризм, потакание себе останавливают в тот момент, когда нужно серьезно заняться духовным развитием, толкают на всякого рода поблажки: «Ты, мол, устал, отдохни, не перенапрягайся».

**Погрязнув в страсти и гнев – всех других порицаем,
Погрязнув в зависти – на других возводим напраслину!
С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным**

зablуждениям!
С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага –
привязанность к Я и его слугу-палача!

Из-за себялюбия люди воспитали в себе страсть и гнев. Мы, в большинстве своем, бываем очень сильно привязаны к своим близким, а к чужим испытываем неприязнь. Себялюбие также порождает зависть, когда люди, видя хорошее в других, его отрицают, а плохое приписывают. Поэтому нужно попирать ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

И не приблизившись к учебе, убиваем в себе стремление
к великому,
Не полагаемся на Учителя, пренебрегаем его наставлениями!
С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
зablуждениям!
С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага –
привязанность к Я и его слугу-палача!

Есть такой вид лени, когда люди не хотят замахиваться на большие задачи, хотят делать что-нибудь понемногу, дескать, большое у меня и в голове не уместится; здесь говорится о таком пороке. Например, есть люди, принявшие монашество в пожилом возрасте и не имеющие никаких знаний. Такие люди, как правило, просят посвящать их в незначительные практики, объясняя это тем, что не могут усвоить многое. Прежде чем опускать руки, надо пробовать свои силы, но из-за лени многие заранее ставят на себе крест. Причина этому – потакание своему Я.

Некоторые из-за большого самомнения не полагаются на духовного наставника, думают, что можно и без Учителя приобрести знания своими силами. Этого делать не следует. Дело в том, что существует такое понятие, как передача теоретических знаний и передача практического опыта. Без них, если даже кто-то и добьется каких-нибудь результатов, он не получит действительно важных и ценных знаний. Поступающий таким образом входит в противоречие с Учением Будды. Поэтому нужно попирать ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

Не получив наставлений в разделах Писанья,
строим собственные ложные «теории»,
Не очистив свое отношение, о других отзываемся плохо!
С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
зablуждениям!
С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага –
привязанность к Я и его слугу-палача!

Если практиковать буддийское Учение, то нужно это делать в рамках Писания (*трипитаки*). Буддийскую практику не следует переиначивать согласно своему пониманию. Если это происходит, то только из-за привязанности к своему Я. Нужно научиться созерцать чистое видение. Не имея его, не надо высказывать ложные суждения. Некоторые по этой же причине не перестают вредить своим недругам, если не открыто, так исподтишка. Здесь опять же виновата *привязанность к Я*. Поэтому нужно попирать ногами заблуждение и сразить в сердце *привязанность к Я* и его слугу.

Не порицая того, что не следует Дхарме,
Хорошо разьясненную Дхарму стараемся мы опровергнуть!
С криком ЧЕМ-СЕ-ЧЕМ! растопчи главу губительным
зablуждениям!
С криком МАРАЯ! порази в самое сердце врага –
привязанность к Я и его слугу-палача!

неведение. Оно подавляется Ямандагой в двух его аспектах. Сила, которая непосредственно поражает *привязанность к Я* – это мудрость недвойственности великого блаженства и шуньи, другими словами, Дхармовое тело Татхагаты, т.е. Ямандага в истинном аспекте. Но он пребывает в потоке Ямандаги в условном аспекте. Вместе они составляют могучую силу, способную подавить нашего злейшего врага – *неведение*.

Оружие – понимание бессамости – символизирует дубина. Она со страшной силой раскручивается над головой. Конечно, мудрость понимания бессамости не надо крутить над головой. Этими словами символически передается ее сила, подобная вращающейся дубине. Идамы обычно пребывают в величественной форме. Так и здесь Ямандага всем своим видом выражает великий гнев.

**Молю, великим гневным методом спаси от этого врага!
Молю, великой интуицией разрушь зло двойственной мысли!
Молю, великим милосердием защити от плодов дурных деяний!
Я действительно убедился, что привязанность к Я – мой враг,
молю, его уничтожь!**

Великая интуиция, напрямую постигающая бессамость явлений, представляет собой огромную силу. Эта сила удвоится, если интуицию соединить с состраданием, милосердием и бодхичиттой. Без них она будет порождать архатов и пратьекабудд. Великая интуиция, постигающая бессамость, уничтожает неверные взгляды, т.е. цепляние за Я.

**Все страдания мятущихся в сансаре
Молю, взвали на мою привязанность к Я!
Весь яд пяти клеш, что ни есть
Молю, взвали на мою заботу о себе!**

Все страдания исходят из *привязанности к Я*. Противоядием ей является воспитание *заботы о других* (gzhan gces 'dzin). Без этого нет никакой возможности достичь состояния Будды. Согласно тому, как объяснялось выше, нужно созерцать вокруг себя всех живых существ в облике людей и при вдохе принимать на себя все их страдания, «взваливать» их на свою *привязанность к Я*, как бы забрасывать ее ими, созерцая при этом, что таким образом ваша *привязанность к Я* угашается, а при выдохе отдавать им все самое ценное. Так воспитывается *забота о других*. Она зарождается с большим трудом. Поэтому нужно учиться этому постоянно. Упражняясь мысленно, человек становится готовым осуществить свои альтруистические намерения на деле. Таким путем с корнем вырывается потакание себе, *привязанность к Я*.

Пять омрачений (*неведение, страсть, гнев, гордость и зависть*) и все страдания живых существ сконцентрируйте на своей *заботе о себе*. Здесь также с вдохом и выдохом надо делать практику «принятия и отдачи» «Корень всех недобродетельных поступков берет начало в *заботе о себе*» – мы рассеиваем сомнения в этом благодаря доброте Учителя и Дхармы.

**Хотя и познал я без сомнений,
Что корни всех без исключения омрачений
в привязанности к Я
Но все еще держусь я за неё, в душе лелея.
Молю, разрушь привязанность же эту!**

Но, даже поняв эту истину, мы все еще находимся под властью *привязанности к Я*, действуем под ее влиянием и в глубине души испытываем удовлетворение от этой привязанности. И мы просим Ямандагу уничтожить то, что мы сами удерживаем внутри себя.

**Сейчас, когда я увидел единственную причину всех несчастий,
Я смотрю на всех существ как очень милосердных ко мне.**

**Пусть страсти всех других людей во мне созреют,
А я основу счастья своего им посвящаю!**

Когда в каком-нибудь коллективе возникают конфликты и начинают искать их источник, часто обнаруживают, что все склоки провоцирует один и тот же человек. Так и здесь: единственная причина всех несчастий – это наша *привязанность к Я*. Когда это понимаешь, становится ясно, что нет никаких причин винить в наших несчастьях других людей, по сути, они очень милосердны к нам. Не стоит гневаться на того человека, который унижает вас. Рассматривайте его, как исключительно доброго к вам человека. Ведь для того чтобы выработать терпение, не обойтись без недруга. Живя в атмосфере мира и спокойствия трудно узнать, насколько эффективно развивается практика терпения. Но при встрече с провоцирующим фактором это становится ясно, как день. Для того, кто вырабатывает терпение, раздражитель – это мерило практики и Учитель. Живых существ, помогающих вам преодолевать цепляние за *заботу о себе*, также считайте своими Учителями. Человеческое рождение – это плод нашей добродетельной жизни в прошлом. Оно возникает благодаря большому запасу благих заслуг. Они, в свою очередь, накапливаются только благодаря живым существам. Парамиты даяния, нравственности, терпения, вырабатываются благодаря живым существам. Сострадание, опять же, можно зародить только к другим, а не к себе. Все живые существа устремлены к счастью, но испытывают страдания, а сострадание можно развить именно к тем существам, которые охвачены муками. Сострадание не проявится к живым существам, пребывающим в счастье. Созерцая великое сострадание, можно действительно зародить его в уме. А на основе него можно зародить бодхичитту, которая поможет достигнуть вам состояния Будды.

Так что все объекты нашего сострадания – живые существа – если разобраться, наделены огромной добротой по отношению к нам.

Помня о доброте живых существ, нужно принять у них все грехи и омрачения, которые они уже накопили, или накопят в будущем. Нужно молиться, чтобы плод дурной кармы живых существ созрел в нас самих. Такая практика поможет нам уменьшить силу влияния дурной кармы, накопленной нами в прошлом.

Наряду с этим нужно отдавать живым существам все свои духовные заслуги: прошлые, настоящие и будущие. Это принятие и отдачу нужно сочетать с вдохом и выдохом.

**Так, все, что свершили дурного другие телом, речью и помыслом
В трех временах – все беру на себя,
И пусть загрязнения-клеши обратятся в помощников
просветлению,
Как яд оперенью павлина блеск придает!**

Если от чистого сердца выполнять практику «принятия и отдачи» и взять себе все болезни и дурную карму, а также омрачения – источник страданий всех живых существ, «взвалить» их на свою *заботу о себе*, то это будет не помехой на пути к просветлению, но, напротив, сопутствующим этому фактором.

**Благодаря тому, что всю основу счастья своего я отдал всем
живущим,
Пусть они – вороны, проглотившие яд – исцеляться этим,
как лекарством!
И пусть все они, храня стремленье к просветленью,
Быстро станут Татхагатами-Буддами!**

Все духовные заслуги мы посвящаем тому, чтобы воздать за доброту живых существ – наших матерей. Пусть этими заслугами живые существа уничтожат свои страдания и обретут все то, чего желают: бедные – богатство, голодные – еду, больные – здоровье, жаждущие – воду, замерзающие – тепло, страдающие от жары – прохладу и т. д.

И мы делаем благопожелание, чтобы живые существа сохранили стремление к просветлению и достигли состояния Будды. Это самое лучшее пожелание, какое только может быть. Стремление к просветлению надо приравнивать к самой жизни. Если жизнь прервется – исчезнут все надежды. Точно также, если оборвется стремление к просветлению, не будет достижения нирваны.

**Пусть все существа, некогда бывшие моими отцами и
матерями,
Пока не достигнут просветления в чистой земле Акаништхе,
В своих скитаниях в шести мирах
Помогают друг другу достичь просветленья!**

Порой наши отношения складываются из вражды и зависти друг к другу. Но мы молимся, чтобы отныне все живые существа, в противоположность этому, всегда жили в мире и согласии, помогая друг другу достичь пробуждения так же, как мать помогает сыну. Термин Акаништха ('og min) имеет два значения: первое – это та чистая земля, в которой живые существа впервые обретают свободу, и второе – состояние практикующего, когда он движется по пути без учебы, самотеком.

**Ныне ради блага даже одного живого существа
Я готов погрузиться в три дурных участи,
И пусть я буду нести в них страдания,
Безупречно творя деянья Великих Героев!**

Нужно быть постоянно готовым к тому, чтобы испытывать мучения во всех трех низших мирах – адах, мире голодных духов, мире животных – даже ради одного единственного живого существа, что уж говорить о всех. Об этом сказано в «Ритуале подношения Учителю»:

*« Дай силы совершенствовать парамиту
Радостного усердия, подвигающего к состраданию,
Несокрушимости и высшему пробуждению,
Даже если потребуется сидеть
В нестерпимом огне океаны кальп
Ради каждого живого существа»*

Сострадание, подвигающее к тому, чтобы быть готовым даже ради одного существа идти в ад, рождает вдохновение, а оно, в свою очередь – усердие, ведущее к просветлению. Нужно зародить мысль – готовность страдать в аду даже ради того, чтобы одна маленькая вошь достигла состояния Будды. Это относится к полю деятельности великих, благородных Бодхисаттв. На него надо вступить с ощущением радости и удовлетворенности.

**И сразу пусть охранники ада
Примут меня, как своего Учителя,
И град орудий превратится в дождь из цветов,
И распространятся покой и блаженство, чуждые мучений!**

Когда на благо всех живых существ вы будете скитаться по огненным равнинам адских миров, слуги Ямы встретят вас, как Учителя. Конечно, если у вас чистые помыслы, такое не может произойти в

**Жизнь, подобно дереву у воды, не имеет собственной сущности,
Подобна дымке на горизонте: как приблизишься – пропадает,
Подобна миражам, прекрасным, если смотришь издали.
Истинность дхарм подобна обманчивому образу в зеркале,
Бытие подобно облакам и туманам.**

«Эй, вы!» – по-тибетски «Кае!» – так тибетцы окликают друг друга. В данном случае мы обращаемся к самим себе. *Привязанность к Я* и *забота о себе*, о которых велась речь выше – обусловлены, они возникают от причин и условий. Из этих двух главным является *привязанность к Я*, а второстепенным – *забота о себе*. В практике *преобразования мышления* мы много раз размышляли о пороках *заботы о себе* для того, чтобы взрастить *заботу о других*. Она же, в свою очередь, помогает нам зародить относительную бодхичитту.

Далее пойдет речь об абсолютной бодхичитте, которую нам также необходимо зародить. Относительная и абсолютная бодхичитта – соотносятся как метод (thabs) и интуиция (shes rab). Одна только относительная бодхичитта не приведет к достижению состояния Будды. Нужна еще и интуиция, познающая пустотность. Относительная и абсолютная бодхичитты подобны паре лебединых крыльев. С одним крылом лебедь не может взлететь. Поэтому, только практикуя их одновременно, можно достичь просветления. То, что непосредственно подавляет корень омрачений – это постижение пустотности, и ничто другое. Но надо понимать, что *привязанность к Я* и *забота о себе* – это не пустота в буквальном смысле, а обусловленность. Обусловленность – это то, что определяет их пустотную природу.

Все обусловленное не имеет истинного бытия (в абсолютном смысле), т. к. всегда возникает в зависимости от чего-либо другого, определено множеством причин и условий. Истинное – это то, что имеет самостоятельное существование, т.е. в своем существовании ни на что не опирается. То, что явления не существуют сами по себе, но в своем становлении обусловлены, и является сущностью пустотности.

«*Постоянные перемены...*» Здесь можно привести иллюстрирующий пример. Хранитель дисциплины в дацане (*гекю*) – это выборная должность, его избирают большинством голосов. Предположим, что некий монах стал хранителем дисциплины, поскольку все остальные сочли его достойным занять этот пост. А через несколько дней его назначили запевалой во время молитв – *унзы*. Теперь этого монаха будут называть не *гекю*, а *унзы*. А затем по каким-то причинам он становится не *гекю*, не *унзы*, а снова простым монахом. Вот сколько изменений он претерпел. Если бы он был с самого начала только *гекю*, все знали бы его только в этом качестве. Но изменения его статуса проявляют неистинность каждой из его ролей. Так и все явления изменяются подобно иллюзии.

«*Подобно огненному кругу...*» Если взять зажженную лучину и делать ею вращательные движения, создается видимость огненного круга. На самом деле реального круга нет, но, кажется, что он есть. Так и все обусловленное не имеет истинной реальности, хотя и кажется таковой.

«*Подобно дереву у воды...*» Если дерево растет возле быстрой реки то, как бы не был крепок его ствол, оно будет очень уязвимо. Его может повалить в воду сильный порыв ветра или подмывающее его корни течение. Достаточно малейшего негативного воздействия, и оно погибнет. Также и наша жизнь – она не имеет собственной, независимой сущности, уязвима и может оборваться по малейшей причине.

«*Подобна дымке на горизонте...*» Иногда на ночном горизонте бывает красноватая дымка, которая видна издали и исчезает вблизи. Также вся реальность (dngos po), покуда не изучена, кажется существующей. Но, при ближайшем рассмотрении, не обнаружить ее истинного существования.

«*Подобна миражам...*» В пустыне, в жару, игра солнечных лучей создает миражи. Это удивительное зрелище. Кажется, что видишь озера и пальмы, но подойдешь поближе – и все исчезает. Миражи – это только видимость, за ними нет реальности. Так и все обусловленные явления, пока их не исследуешь, кажутся существующими в действительности. Но, если попробуешь найти в них истинное существование, то из этого ничего не выйдет.

«Подобна обманчивому образу в зеркале...» Когда смотришь на отражение своего лица в зеркале, то можно подумать, что оно находится внутри зеркала. Отражение в зеркале кажется настоящим лицом. Но отражения внешних объектов в зеркале – это не сами объекты. Точно также все дхармы кажутся абсолютно истинными, но они не таковы на самом деле. Все дхармы ежесекундно разрушаются. Их разрушаемость есть признак их неистинности. Будь они на самом деле истинны, то не разрушались бы.

«...Подобно облакам и туманам» Густые облака и туман можно наблюдать в горах, по поясу хребтов. За какие-то минуты они способны исчезнуть. Это один из признаков не вечности. Подобным же образом все формы бытия кажутся неизменными, но исчезают так же легко, как и туман или облака. Все формы бытия не вечны, и это является признаком их неистинности.

**Враг – привязанность к Я – и его слуга-палач таковы же:
Кажется, что существуют, но, ни в одном моменте их нет,
Кажется, что истинны, но истинность их нигде не проявляется,
Кажется, что проявляются, – но уходят от утверждения их
абсолютной истинности и отрицания всякого их бытия.
Какое же оружие прошлых деяний может существовать?**

Мы привели множество примеров того, чему подобны элементы бытия: огненному кругу, дереву, растущему у воды, красноватой дымке, миражу, отражению в зеркале, облакам, туману и определили их характеристики: иллюзорность, видимость, отсутствие сущности, разрушаемость, правдоподобность и т. д. Главные наши враги – *привязанность к Я* и его ставленник, *забота о себе* – таковы же: они могут показаться реальными, но их нет ни в одном промежутке времени, ни в одном объекте, даже в мельчайшей пылинке.

Итак, все явления не имеют абсолютного, истинного существования. Но нужно ли думать, что их вообще нет? Если да, то это будет крайностью отрицания (*skur ba 'debs pa*). Не следует придерживаться и другой крайности – утверждения их безусловного существования (*sgro 'dogs pa*). Поэтому надо знать, что явления существуют подобно иллюзии, не имеющей сущности.

**Но хотя все и не имеет собственной природы,
Отражение луны в полной чаше возникает.
Хоть пестрота деяний и плодов ложна,
Имея обыденное видение, надо осуществлять принятие
и отбрасывание.**

До этого обсуждалось отсутствие истинного бытия явлений с точки зрения несуществования их *собственной природы* (*rang bshin*). Теперь речь идет о существовании явлений *в обозначениях*. Некоторые могут подумать, что раз нет абсолютного, истинного существования, то вообще неправомерно что-либо говорить о явлениях, но это не так. Определенной совокупности причин и условий мы приписываем некое обозначение, и поэтому можно говорить о существовании явлений в обозначениях. Закон деяний и плода как раз и зиждется на этой основе. Поэтому необходимо соблюдать принятие (благого) и отвержение (дурного).

**Хотя огонь конца кальпы, когда видим его в сновидениях,
И не имеет собственной природы, но жар его страшит.
Также и участи дурные, хотя и не имеют собственной природы,
Но страшно в них вариться и кипеть, и избегать их нужно.**

Если кто-то во сне увидит огонь конца кальпы, то почувствует невыразимый ужас. Он будет метаться и проснется в холодном поту. Хотя этот сон не имеет сущности, в нем присутствует страх, а вместе с ним и страдание. Ады и прочие миры не имеют истинного существования, но страдание в них

есть. Когда живые существа варятся в кипятке и горят в огне, они страдают. Поэтому нужно уничтожить все причины этих страданий. Страдания не истинны, но они испытываются живыми существами. Не надо думать, что если нет истинного существования страданий, то и не надо их бояться. Все равно надо соблюдать нравственность и не совершать греховных деяний, чтобы не попасть в ад.

**В горячечном бреде, хоть тьма еще не наступила,
Кажется, что мечешься в глубокой пещере.
Также, хотя неведение и не имеет собственной природы,
Тремя видами интуиции нужно прояснить заблуждения.**

Хотя на самом деле нет темноты, но в бреде лихорадки человеку кажется, что он проходит по глубокой и длинной пещере. Хотя на самом деле нет заблуждений и омрачений, *привязанности к Я и самоозабоченности*, именно из-за них приходят страдания. Поэтому при помощи трех видов интуиции (возникших от слушания, размышления, созерцания) нужно уничтожить эти обманчивые видения. Когда тремя видами интуиции очистим в сознании все отпечатки иллюзий счастья и страдания, тогда все предметы, которые казались истинными, обнаружат свою пустотность.

**Веселое пение, хотя мы и слышим его,
Не имеет собственной природы,
Однако приятные слуху звуки
Могут развеять душевное горе.**

Музыкант играет на флейте или арфе, певец поет песню. Если разобраться, то ни музыки, ни пения не существует в действительности. Тем не менее, красивая внешность артиста и мелодичные звуки поднимают наше настроение. Например, человек в минуты сильного горя может отвлечься от страдания в театре, на зрелищном спектакле.

**Хотя деяния, причины с их плодами, полностью осуществленные,
Ни по отдельности, ни вместе все, не имеют собственной
природы,
Все-таки дхармы рождаются и разрушаются, как явленность,
Разнообразные страдания испытываются, как имеющие бытие;
Поэтому, имея обыденное видение, надо осуществлять
принятие и отбрасывание!**

Если исследовать карму – закон причины и плода – то мы увидим, что причины и их плоды лишены сущности, как все вместе, так и по отдельности, но, несмотря на это, способны проявляться, рождаться и разрушаться. Они имеют относительное существование. И так как явления, будучи относительными, появляются и исчезают, то из определенной причины произрастает соответствующий плод, и приходится испытывать страдание или радость.

**Каплями воды наполняется сосуд,
Но не первой каплей он не наполняется
И не каждой из последующих –
Взаимообусловленной их совокупностью наполняется сосуд.
Также, хотя и вкушаем плоды блаженств и страданий,
Не от первого момента действия причины они возникают,
Не от последнего и прочих –
Взаимообусловленной их совокупностью вкушаются
блаженства и страдания.
Поэтому, имея обыденное видение, надо осуществлять
принятие и отбрасывание!**

Когда сосуд заполняется водой по каплям, он не может быть заполнен первой каплей, последней каплей и каждой каплей по отдельности. Он заполняется, когда собирается много капель. Точно так же и счастье, и страдание, не возникают от первой, последней и каждой по отдельности причин. Они возникают благодаря накоплению причин и условий. Поэтому они не имеют истинного существования. Однако же не стоит их игнорировать на том основании, что они не истинны. Нужно правильно осуществлять принятие и отбрасывание.

**Удивительно! Если не подвергать анализу явления,
оставляя как есть, пребывая в естественной радости,
Явления, хотя и не обнаружить их сущности,
Проявляются, как существующие.
Глубину этого Учения трудно узреть людям с плохими
способностями!**

Мы говорим, что все явления существуют как проявления (snang ba). Они не истинны, и в этом отношении – пустотны. Эти два базовых понятия – проявленность и пустотность – не противоречат друг другу. Они возникают всегда в паре. Так как все явления пустотны в истинном смысле, они существуют только как проявления. Они лишены истинного существования и самобытия.

**Если же ныне будем пребывать в таком созерцании,
Как сможет остаться уверенность в реальности
обыденного видения?!
Какое будет «существование» и «несуществование»?!
Что за «истинность» и «ложность»?!**

Здесь говорится о таком виде созерцания (mnyam par 'jom), в котором отсутствует мысль об относительном. Иногда даже возникает дискуссия, есть ли в этом состоянии бодхичитта. В нем нет ничего, кроме прямого видения пустотности. В пустотности нет относительной реальности (kun rdzob pa'i chos), нет проявлений, нет ни существования, ни не-существования, нет отрицания и утверждения, нет «истинности» и «ложности». Неправильно будет говорить о том, что что-то имеет истинную природу. Но так же нельзя говорить, что существует неистинность, ложность.

**Не обнаруживая собственной природы в объекте и субъекте,
Оставив всякое принятие и отвержение, в абсолютном недеянии,
Пребывая в этом длительное время, не создавая умственных
построений,
Ни на что не отвлекаясь, станем Махасаттвами!**

Мы говорим, что все объекты не имеют *собственной природы*. Исходя из этого кто-то может сделать вывод, что пустотность сама ею наделена. Но это не так. Сама пустотность, как таковая, не имеет истинности, это просто ярлык, которым мы пользуемся.

«Оставив всякое принятие и отвержение...» В абсолютном смысле нет «принимаемого» и «отвергаемого».

«В абсолютном недеянии...» В самой пустотности нет активности эмпирической реальности.

«Пребывая в этом длительное время...» Универсальный принцип всех явлений (gnas lug) пуст. И это нечто постоянное. Если длительное время пребывать в понимании этого не отвлекаясь ни на что другое, не создавая умственных построений, то можно быстро достичь переживания пустотности и стать *высшей личностью*.

**Вначале породив относительную бодхичитту,
Станем практиковать бодхичитту абсолютную, и этим
Два собрания беспрепятственно полностью собрав,**

Да достигнем двух целей – блага для себя и для других!

Относительная бодхичитта зарождается, как мы говорили выше, двумя способами: *семичленным методом* и *методом замены себя на другого*. Второй метод – основной и наиболее действенный. В первой части текста была дана методика зарождения относительной бодхичитты: были указаны многие пороки привязанности к Я и способы их подавления. Во второй части рассматривается, как нужно возвращать абсолютную бодхичитту через понимание пустотности. Относительная бодхичитта помогает накапливать собрание благих заслуг и осуществлять *цели других*, абсолютная – помогает накапливать собрание мудрости и осуществить *свою цель*. Эти два собрания создают причину для достижения просветления.

В густом лесу, где бродит множество ужасных хищных зверей, изучал и реализовывал Дхарму великий йогин Дхармаракшита. Этот Учитель, излагая в этих стихах [свою] возвышенную проповедь, обращался мыслью к дремучему лесу ужасов нашего порочного времени. Он передал [свое учение] Атише. Атиша, ради обращения множества труднообратимых существ, практиковал его постоянно, где бы ни был. Он так сказал в [своих] стихах о достижении реализации:

**«Я, оставив царство, суровым подвижничеством
Накопил духовные заслуги и благодаря этому встретил
Учителя.
Доверившись нектару его возвышенного Учения,
получил посвящение в Дхарму.
Ныне, благодаря мудрости моего духовного друга,
овладел переданными наставлениями.
Не оставаясь безучастным к вероучению, разбрасывая семена
мудрости, живу в полном согласии с Учением.
Эта Дхарма принесет пользу в наше порочное время, хоть и
взираю на него я с безмерным удивлением».**

В Индии и Тибете у него появилось множество учеников, число которых не охватить мыслью, и из них лучший – предсказанный несчетным множеством Божеств-Идамов, Победительницей Тарой и другими, сосуд Учения, ученическое имя которого было Упасика. Чтобы укротить варварский Тибет, Атиша передал ему Дхарму, усмиряющую злобность, и они вдвоем, Учитель и ученик, ученый-пандит и переводчик-лотзава, сделали перевод.

Эта практика *преобразования мышления* Учителя Дхармаракшиты передавалась: от Джово Атиши Дромтонбе, далее Потове, Шараве, Чикаве, Дрильбупе, Хлаченпо, Хладжови-гонбо, Оджове, Кенбо Мартону, Кенбо Шераб-дордже, от него Кенбо Бударатне, от него Киртишриле, от него Кельвасанпо, от него Нубчилунпа-сонамринчену, и от него Шоннукельчог-кончоквану.

Дхармаракшита практиковал в густом лесу, где было множество хищников. Он созерцал в нем и думал: «Как страшно находиться среди хищных зверей! Но еще страшнее находиться в сансаре, где есть *озабоченность собой*, карма и омрачения!»

Великий йогин Дхармаракшита, постигший теоретическую и практическую Дхарму, был знаком, как с буддийскими, так и небуддийскими воззрениями, но особенно тщательно он изучил учение Махаяны. У него было много учеников, и среди них самым лучшим был великий Атиша. Дхармаракшита передал ему все свое учение. Передача учения, дарование правомочности (dbang bskur), по сути, означает следующее: до посвящения наше сознание не властно над собой, так как находится под властью *заботы о себе*, получив же дхарму, мы получаем право и силу контролировать свое сознание. В свою очередь, Атиша этим учением смог обуздать умы многих своих учеников. Атиша осуществлял практику «преобразования мышления» везде, где бы он ни находился. В результате он реализовал смысл полученного учения, после чего и написал приведенные выше строки. У Атиши было много учеников, как в Индии, так и в Тибете, и лучший среди них – Бромтонпа (brom ston pa). Эту работу своего Учителя Атиша перевел вместе с ним. В те времена существовал порядок, которого

строго придерживались: каноническую литературу тибетские переводчики-лодзавы должны были переводить вместе и индийскими учеными-пандитами, знатоками Учения. Переводчик не имел права заниматься переводами в одиночку.